

Een cursus in Liefde



*Dit is een oproep om nu in mijn armen te komen
en je te laten troosten.
Beseft dat dit de hele wereld is,
het universum, het heel-al
en jij bestaat letterlijk in de omarming ervan.*

*Ervaar de liefde en de zachtmoedigheid.
Drink de veiligheid en de rust in.
Sluit je ogen en begin te zien
met een voorstellingsvermogen
dat gedachten en woorden overstijgt...*

Ons hart is het licht van de wereld.

Ten geleide bij de Nederlandse vertaling

Liefde is niet in woorden uit te drukken en een boek over liefde is dus een hele uitdaging. Beperkte woorden kunnen de oneindigheid van de liefde niet rechtstreeks uitdrukken. Ze kunnen alleen in communicatie treden met datgene in ons wat al weet wat liefde is. Woorden in de ene taal betekenen soms iets anders in een andere taal. We hebben daarom dit unieke werk zoveel mogelijk naar de geest en niet naar de letter vertaald. Niet minder dan vier personen hebben aan deze vertaling gewerkt om te verzekeren dat u, de lezer, wel de bevrijdende boodschap van liefde krijgt die u in dit boek zoekt.

Een woord dat centraal staat in de leringen van *Een Cursus in Liefde*, is 'afscheiding'. Dat woord is een goed voorbeeld van hoe woorden beperkt zijn want het is helemaal niet mogelijk om van de Bron afgescheiden te zijn. Afscheiding is slechts een concept en niet een realiteit, zoals grenzen tussen landen ook slechts een concept zijn. Ruimtevaarders ervaren iets heel bijzonders als ze de aarde zien en beseffen dat er helemaal geen grenzen te zien zijn. Een grens is niets meer dan een interpretatie en dus een oordeel. Waar wij de scheiding 'zien' tussen land en zee, zou je ook kunnen 'zien' dat land en zee elkaar daar raken. Afscheiding komt energetisch neer op een contractie van ons wezen, waardoor we meer 'materie' worden en dus een noodzakelijkerwijs gevoel van afscheiding ervaren. Op denkniveau is afscheiding een gereduceerde definitie van wie we zijn door het aanbrengen van denkbeeldige grenzen. Elke grens bestaat uit een oordeel: ik ben dit en niet dat – ik hoor hierbij en niet daarbij. Telkens als we een oordeel loslaten, geven we een grens op. Tel-

kens als we een grens opgeven, wordt onze identiteit verruimd. Als we het 'laatste oordeel' bereiken en dat opgeven, gaan de hemeldeuren open.

'Liefde kent geen grenzen, en daarom zijn er geen beperkingen aan alles wat uit liefde voortvloeit.'

EEN CURSUS IN LIEFDE - 20.39

De essentie van de hele cursus kan worden gevat in de simpele waarheid dat liefde alles met alles verbindt en dat liefde dus alleen te vinden is in relatie. Elke grens, elk oordeel is een ontkenning van de realiteit van eenheid, dit wil zeggen de relatie van alles met alles. Door onze focus te verplaatsen van de illusie van afgescheidenheid naar de waarheid van eenheid worden we vanzelf getransformeerd omdat we dan gewoonweg constant de waarheid bevestigen en de waarheid zal ons bevrijden (transformeren). Meer is niet nodig. Het hart is de deur naar de waarheid van ons wezen. We hoeven alleen door die deur te willen gaan. We hoeven alleen te leren kijken met de ogen van het hart om te zien wat de ogen van het lichaam niet kunnen zien en wat ons denkende ik nooit zal vatten.

DE UITGEVERS

Welkom

Velen van ons stellen zich de vraag: 'Hoe kan ik het best leven?' We vragen ons in alle ernst af: 'Wat is onze missie?' 'Hoe te zijn?' 'Wie zijn we?' De antwoorden komen met stukjes en beetjes, de ene dag in de vorm van een inzicht, de volgende dag door een incident dat wat licht op de zaak werpt of enig begrip oplevert. Hoe hard we echter ook studeren, ons best doen en ons onbevangen openstellen, we blijven het gevoel houden dat we niets concreets weten en geen zekerheid hebben. En dus doen we nog meer ons best. Maar er komt een moment dat we zover zijn dat we onze strijd willen opgeven. Dan willen we onze boosheid, frustratie, ongeduld, en zelfs onze wanhoop, verruilen voor vrede, kracht en doelgerichtheid.

Het moment is aangebroken om onze pogingen te staken. Het is tijd dat we niet langer om ons heen kijken in de hoop dat we in ons werk, onze partner, onze kinderen, onze spullen, onze favoriete instrumenten voor persoonlijke groei zullen vinden wat we zoeken.

We worden nu uitgenodigd deel te nemen aan het wonder van weer worden wie we werkelijk zijn. Er wordt ons een manier verschaft, een pad dat ieder van ons, als we het eenmaal met een beetje bereidwilligheid zijn ingeslagen, zeker naar huis zal leiden, naar de Liefde en het Zelf dat we allemaal zijn. Onze vragen zullen worden beantwoord, aan onze strijd zal een einde komen. Er wordt geen offer geëist, en er wordt ons evenmin gevraagd onszelf op te geven. In plaats daarvan zullen we met zekerheid aanspraak maken op onze kracht en ons geboorterecht;

het recht van ieder van ons te mogen 'zijn wie ik ben'.

Welkom op dit pad dat je deelt met velen, en welkom bij deze terugkeer tot het Zelf – dat voor iedereen uniek is. In de woorden van Een Cursus in Liefde: 'Laat je door de liefde omarmen. Laat de vreugde komen.'

WILMA VENCHI

Inhoud

Inleiding 13

Prelude 17

HOOFDSTUK 1	<i>Een Cursus in Liefde</i>	32
HOOFDSTUK 2	<i>Wat liefde is</i>	40
HOOFDSTUK 3	<i>De eerste les</i>	48
HOOFDSTUK 4	<i>De gerechtigheid van de liefde</i>	56
HOOFDSTUK 5	<i>De relatie</i>	66
HOOFDSTUK 6	<i>Vergeving/verbinding</i>	77
HOOFDSTUK 7	<i>Onthouden</i>	87
HOOFDSTUK 8	<i>De afscheidingsillusie van het lichaam</i>	97
HOOFDSTUK 9	<i>De terugkeer van de verloren zoon</i>	107
HOOFDSTUK 10	<i>Gebruiken en begrijpen</i>	127
HOOFDSTUK 11	<i>Vrije wil en bereidwilligheid</i>	140
HOOFDSTUK 12	<i>De oorsprong van de afscheiding</i>	148
HOOFDSTUK 13	<i>Observatie en ervaring</i>	157
HOOFDSTUK 14	<i>Speciale aardse en menselijke relaties</i>	162
HOOFDSTUK 15	<i>Het speciale zelf</i>	173
HOOFDSTUK 16	<i>Wat je ervoor in de plaats kiest</i>	178

HOOFDSTUK 17	<i>Bewust geen plannen maken</i>	187
HOOFDSTUK 18	<i>Het geëngageerde brein</i>	192
HOOFDSTUK 19	<i>Eén-zijn en dualiteit</i>	201
HOOFDSTUK 20	<i>Heelheid van hart – de omarming</i>	210
HOOFDSTUK 21	<i>Liefde is</i>	223
HOOFDSTUK 22	<i>Het snijpunt</i>	228
HOOFDSTUK 23	<i>Vrij zijn van het lichaam</i>	235
HOOFDSTUK 24	<i>De tijd van tederheid</i>	243
HOOFDSTUK 25	<i>Toewijding als een manier van in het leven staan</i>	245
HOOFDSTUK 26	<i>Het volle leven</i>	254
HOOFDSTUK 27	<i>Zijn</i>	262
HOOFDSTUK 28	<i>Getuigenis afleggen</i>	268
HOOFDSTUK 29	<i>Aandacht</i>	273
HOOFDSTUK 30	<i>Aanwezig zijn</i>	281
HOOFDSTUK 31	<i>De aard van het denken</i>	285
HOOFDSTUK 32	<i>Liefde tot liefde weergekeerd</i>	296
	<i>De oproep</i>	299
	<i>Een uitnodiging</i>	300
	<i>Register van sleutelbegrippen</i>	303

Inleiding

Het moment is nu. Een Cursus in Liefde is ons gegeven op dit specifieke historische moment, opdat we ons leven, onze cultuur, ons denken en ook ons aardse bestaan zelf kunnen veranderen om meer ten volle te worden wat we in waarheid al zijn. Het is een cursus waarin je kunt leren, een cursus die aanzet tot bezinning, maar het is ook een cursus die uitnodigt tot handelen, een cursus die meegaat met een gestage stroom die al in gang is gezet, waarin we worden opgeroepen ons denken en ons hart gezamenlijk in te zetten om samen te vloeien met deze ware, eeuwige stroom van waarheid.

Op een bepaalde manier is dit natuurlijk niets nieuws. Tegelijk is het wel degelijk nieuw, zowel in het heden als in de toekomst. Hoewel de principes van deze Cursus overeenkomen met de rijkste elementen van eigentijdse religies, vooral die van het boeddhisme en het christendom, worden tegelijkertijd de orthodoxie en de dogma's van onze tijd ter discussie gesteld en wordt met veel schoonheid en kracht een alternatief gepresenteerd.

We zijn op deze tijd voorbereid door de publicatie en verspreiding van de ideeën van een groot aantal voorlopers, profeten, leraren en gidsen. De ontwikkelingen in de filosofie, religie en wetenschap van onze tijd, en zelfs de bewegingen van de planeten en het universum, evenals de bewegingen van de kleinste stukjes materie en energie, dit alles leidt ons tot dit moment en brengt ons er binnen. Iedere wetenschappelijke ontdekking lijkt de lessen van de Cursus te bevestigen, of die nu afkomstig is uit de moleculaire biologie, de subatomaire natuurkunde of de as-

tronomie. De grote spirituele leraren van onze tijd, van welk geloofssysteem ook, bekrachtigen wat je in deze woorden zult lezen, en worden erdoor bekrachtigd.

Door het lezen van deze tekst word je uitgenodigd te worden wat je altijd bent geweest, en het verlangen dat je je hele leven hebt gevoeld zal worden vervuld.

De bron en de fundering van wat je hier zult lezen is geworteld in het leraarschap van Jezus – maar de woorden komen, zoals je spoedig zult ontdekken, eigenlijk uit de diepten van je eigen hart. In deze woorden, en daarna in en vanuit je eigen hart, zul jij de waarheid vinden die je van ganser harte zult verwelkomen, en je verstand en je hart zullen eindelijk in harmonie verenigd zijn. De ultieme waarheid is absoluut, zoals alleen de ultieme waarheid dat kan zijn. Het zal daarom ook jouw waarheid zijn, de waarheid die je in je hart altijd hebt gekend.

Hoewel een van de uitgangspunten van deze Cursus is dat tijd niet bestaat, zul je er dankzij de Cursus wel steeds iets bijleren. Je zult instrumenten krijgen, instrumenten die je altijd al in je hebt gehad, en eenvoudige oefeningen die de waarheid die je wordt aangereikt zullen versterken. Er zal je evenveel worden bijgebracht over ontleren als over leren, en je visie op en relatie met de wereld zullen geleidelijk aan grondig veranderen. Je zult aanwijzingen ontvangen precies op het moment dat je die nodig hebt, en na afloop zul jij zelf ook een gids voor en door de Cursus zijn, zowel door het voorbeeld dat je geeft, als door je relaties met anderen.

Moeilijk zal dat niet zijn. Dit leren is moeiteloos, het is een nieuwe manier van leren. De oefeningen zijn gering in aantal en eenvoudig uit te voeren. Het enige wat van je wordt gevraagd, werkelijk het enige wat wordt gevraagd, is 'een beetje bereidwilligheid'. Er wordt je niet gevraagd te lijden of te offeren. Alles wat je gevraagd wordt los te laten is wat je niet echt

bent, een maaksel van je eigen ego als gevolg van jouw afgescheidenheid. Wat je echt bent, ben je al. Het enige wat je hoeft te doen, is ervoor kiezen die waarheid te aanvaarden.

Hoewel het leren niet zo lastig is, kan het proces van ontleren wel gepaard gaan met pijn en moeite, wanneer je wordt gevraagd te kiezen voor eenheid in plaats van afgescheidenheid, voor relatie in plaats van ego, voor het universele in plaats van het individuele. Je betreedt een tijdperk van grenzeloze mogelijkheden voor jezelf en je soort. Het gaat om niets minder dan een revolutie.

Als je deze Cursus aanvaardt, zullen als gevolg daarvan veel uiterlijke aspecten van je leven, in praktische zin, veranderen. Je zult niet langer vastzitten aan dogma's. Je zult er geen 'speciale' relaties meer op na houden, terwijl alles wat je doet, zal bestaan in relatie tot anderen. Je zult weer rechtvaardigheid kennen in je leven, vrij van oordeel. Het model van je leven zal zijn gebaseerd op overvloed in plaats van op schaarste. Je zult het wonder aanvaarden van wat is, in plaats van te verlangen naar wat zou kunnen zijn of wat is geweest. Je zult uit liefde handelen in plaats van uit angst. Je zult de persoon worden die je altijd al wist dat je was en van wie je je desondanks, ironisch genoeg, op de een of andere manier vervreemd voelde. Je zult je eindelijk en waarlijk je zelf herinneren.

Alle woorden die je hier leest, kwamen tot Mari Perron en werden door haar ontvangen. Afgezien van enkele verbeteringen wat spelling of grammatica betreft, werd er weinig veranderd. In eerste instantie werd de Cursus door een groep mensen gevolgd, en daarna nog verschillende malen door andere groepen. Wij tweeën die het welkomstwoord en de inleiding schreven, zijn afkomstig uit de eerste van al deze groepen, de Oproep is geschreven door iemand die de cursus alleen heeft gevolgd door het boek te lezen, zoals velen van jullie ook zullen doen. Hoewel de woorden van de Cursus aan Jezus worden toegeschreven, zijn wij allen, van Jezus tot en met jou, even machtig,

even compleet, en ten diepste gelijk. De Leraar die dit werk schreef, is een vertegenwoordiger, een voorbeeld van de kracht – de gelijke kracht – die in jou en mij aanwezig is. Die kracht is de essentie van verbondenheid, en nu word je opgeroepen die verbondenheid echt te leven, of je Een Cursus in Liefde nu alleen leest of samen met een groep. Jij bent niet alleen, en dat ben je nooit geweest.

Het heel letterlijke wonder dat je hier met deze woorden wordt gegeven, is het ontdoen van tijd. Ieder van ons weet, zowel voor onszelf als in relatie tot onze eigen soort en andere soorten, dat we worden opgeroepen ons de werkelijkheid van ons zelf te herinneren. Een Cursus in Liefde zal, samen met andere materialen, verhelderingen en kanttekeningen, gechanneld of geleerd in relatie met elkaar, de tijd ontdoen ten gunste van onze eigen individuele kracht en waarheid die tot stand zal worden gebracht. De ultieme waarheid is niet relatief, noch afhankelijk van omstandigheden, noch arbitrair. Zij is absoluut – en zij is van jou. Wat een opluchting dat de tijd van zoeken voorbij is.

Het moment is nu.

DAN ODEGARD
September 2000

Prelude



Je bent je weg gegaan en het einde van de reis is in zicht. Je staat boven aan de steile rotswand met uitzicht op de nieuwe wereld die schittert van alle schoonheid van de hemel, vlak bij je in een gouden licht.

- P.16

Dit is Een Cursus in Liefde. Nu is het moment om deze cursus te gaan volgen. Je bent er klaar voor en er is behoefte aan de wonderen van liefde. P.1

Bid voor allen om je heen die een wonder nodig hebben. Bidden is vragen. Maar waar vraag je eigenlijk om? Dit is de eerste instructie van deze Cursus in Liefde. Iedereen heeft wonderen nodig. Dit is de eerste stap in wonderbereidheid: erom vragen dat iedereen mag deelnemen aan datgene waarmee wij hier bezig zijn. Door te bidden voor al degenen die een wonder nodig hebben, bid je dat allen leren zoals jij leert, en vraag je dat jouw denken verbonden mag worden met het denken van alle mensen. Je vraagt of er een einde kan komen aan je toestand van afgescheidenheid zodat je kunt leren in een toestand van eenheid. Het gaat om de fundamentele erkenning dat dit de enige manier is waarop je kunt leren. P.2

Het met het lichaam geïdentificeerde zelf of het ego kan niet leren want het is zelf niet meer dan een gedachte. Ook al heeft het ego vele cursussen gevolgd en vele lessen ontvangen, het ego kan niet echt leren omdat het zich bedreigd voelt. Ons wezen P.3

hoeft geen Cursus in Liefde te volgen. Als het ego niet kan leren en ons wezen niet hoeft te leren, voor wie is de Cursus in Liefde, en alle andere vergelijkbare cursussen, dan bedoeld? Onze ware identiteit leren kennen, de identiteit van het Zelf dat in staat is te leren, is iets wat ieder van ons te doen staat. Kan het ego dit leren? Nooit. Heeft ons wezen dit nodig? Nee. Voor wie is deze cursus dan bestemd?

- p.4 Dat is een essentiële vraag. Als Een Cursus in Liefde geen betekenis heeft voor het ego en onnodig is voor ons wezen, zou je, als er niet meer is dan deze twee toestanden, denken dat de Cursus geen doelgroep heeft. Aangezien het onmogelijk is deels ons wezen en deels ons ego te zijn, is het maar de vraag of er nog een andere toestand bestaat waarin het wel mogelijk is te leren.
- p.5 Voor de wereld als zijstaat, als geheel, is een tijdperk aangebroken waarin ontvankelijkheid voor wonderen bestaat. Cursussen en schrijvers hebben eerder al een deur geopend waardoor het ego zich bedreigd zag. Al diegenen die, met een gereduceerd ego, de wereld in gingen met de hoop hun ego te kunnen opgeven en met de intentie open te staan voor wonderen, hebben de mens bewust gemaakt van een nieuwe identiteit. Ze hebben een tijdperk ingeluid dat het einde betekent van onze identiteitscrisis. Zo'n tijdperk heeft de mens niet meer meegemaakt sinds Jezus op aarde rondliep.
- p.6 Wat is het in jou dat in staat is tot leren? Wat is het in jou dat onderkent dat het ego niet is wat jij bent? Wat is het in jou dat je wezen herkent? Wat is het in jou dat tussen twee werelden zweeft, de wereld waarin het ego heerst en de wereld van de geest? Wat is het dat het verschil herkent? Het is het Christusbewustzijn in jou.
- p.7 Het is gemakkelijk je een voorstelling te maken van het verschil tussen het Christusbewustzijn in jou en jouw ego; moeilijker is het in te zien wat het verschil is tussen het Christusbewustzijn in

jou en de goddelijke geest. De Christus in jou is dat wat in staat is – in menselijke vorm – te leren wat het betekent om een kind van God te zijn. De Christus in jou is datgene wat de kloof tussen de materiële en de geestelijke wereld kan overbruggen. Dat is wat er werkelijk wordt bedoeld met de ‘wederkomst van Christus’.

Het ego is door jou bedacht. Het Christusbewustzijn is door God geschapen. Het ego is de uitbreiding van wie jij denkt dat je bent. Het Christusbewustzijn is Gods uitbreiding van wie Hij is. Om een einde te kunnen maken aan de noodzaak tot leren, dien je te weten wie je bent en wat dat betekent. Waar diverse cursussen en lessen erin zijn geslaagd te wijzen op de zinloosheid van de identiteitscrisis en om de greep van het ego te verzwakken, is het doel van deze cursus je ware identiteit definitief vast te stellen en een einde te maken aan de sterke invloed van het ego. p.8

Er zijn nog maar weinig mensen die durven te geloven in de heerlijkheid van wie ze echt zijn, weinigen die zich kunnen losmaken van het idee dat het arrogant is zichzelf te zien in het licht van Gods gedachte over hen in plaats van in dat van hun eigen gedachten. Dat komt alleen maar doordat het ego nog niet definitief verdwenen is. Je hebt er gelijk in als je er niet naar verlangt op wat voor manier dan ook het ego te verheerlijken. Je weet dat het ego niet verheerlijkt dient te worden en dat je dat ook niet wilt. Om die reden kun je, zolang het ego er nog is, niet weten wie je echt bent. De enige heerlijkheid komt van God en Zijn schepping. Het lijdt geen twijfel dat de ware jij door God geschapen is. En daarom komt alle heerlijkheid jou toe. Alle heerlijkheid is voor jou, en je pogingen deze buiten het bereik van je ego te houden zijn dapper maar overbodig. Het ego kan de heerlijkheid die jouw wezen toebehoort niet opeisen. p.9

Velen van jullie verlangen ernaar ‘gewone mensen’ te zijn, een goed leven te leiden zonder aanspraak te maken op heerlijkheid, zonder grootse ideeën over jezelf te hebben. Het is moge- p.10

lijk veel goed te doen zonder in te zien wie je bent, maar het is onmogelijk te zijn wie je echt bent, en de wereld is er voor wie je echt bent. De wereld is er om jou je Zelf en je broeders en zusters te laten herkennen. Het is even zinloos hiermee op te houden voor dit is verwezenlijkt terwijl het binnen je bereik ligt, als om te geloven in je ego. Vraag jezelf af wat het is dat je tegenhoudt. Hoe nederig je keuze ook lijkt, je laat nog steeds je ego de keuze maken. Dat is geen nederigheid maar angst.

- P.11 Wanneer je denkt dat je maar tot een bepaald punt kunt gaan met je aanvaarding van de waarheid over jezelf zoals God jou heeft geschapen, doe je afstand van liefde en geef je toe aan angst. Misschien maak je deze wereld tot een betere plek, maar je maakt geen einde aan de illusie. Door te aanvaarden dat je goede werken doet en een goed mens bent, dien je de illusie voor de egowereld in plaats van voor de hemel te kiezen. Je aanvaardt wat je als mogelijk beschouwt, en verwerpt wat je onmogelijk acht. Op die manier klamp je je vast aan de wetten van de mens en ben je onwetend over de wetten van God. Je houdt vast aan je menselijke natuur en je hebt geen idee over je goddelijke natuur.
- P.12 Wat betekent die gang van zaken anders dan een ontkenning van je ware zelf? Wat is die ontkenning anders dan angst vermomd als nederigheid? Wat is die ontkenning anders dan de ontkenning van God in jou? Wat is dit anders dan het mislopen van wonderen?
- P.13 Jij die je ware zelf niet kent zult je waarschijnlijk steeds zwaarder belast gaan voelen. Hoewel je na je ontdekkingen van deelaspecten van de waarheid aanvankelijk misschien een golf van energie hebt ervaren, hoewel je misschien zelfs hebt ervaren dat wonderen je schijnbaar 'overkwamen', zijn deze energie en deze ervaringen die je hart verlichtten gedoemd om te verdwijnen zolang je ermee doorgaat je ware zelf te ontkennen, en zullen ze uiteindelijk even ver weg zijn en onwerkelijk gaan lijken als een

luchtspiegeling. Het enige wat je dan overhoudt, is het geloof dat je je dient in te spannen en te worstelen om goed te zijn en goed te doen, een overtuiging die duidelijk aantoont dat je bent vergeten wie je echt bent.

Ach, Kind van God, je hoeft helemaal niet je best te doen, je hoeft niet belast te raken of moe te worden en er genoeg van te krijgen. Jij die veel goeds tot stand wilt brengen in de wereld beseft best dat het enige wat tot stand gebracht dient te worden je ware zelf is. Je bent hier om uit je slaap te ontwaken. Je bent niet hier om te ontwaken in dezelfde wereld, een wereld met iets minder zinloosheid dan vroeger maar waar de zinloosheid nog steeds de dienst uitmaakt, een wereld waarin het mogelijk lijkt een paar anderen te helpen maar zeker niet alle anderen; je bent hier om te ontwaken in een nieuwe wereld. Als je als enige verandering in je wereld ziet dat er iets minder zinloosheid is dan vroeger, dan ben je niet ontwaakt, maar zit je nog gevangen in de nachtmerrie die je ego heeft gemaakt. Door je ware zelf te ontkennen heb je ervoor gekozen te proberen zin te ontwaren in de nachtmerrie in plaats van uit die nachtmerrie te ontwaken. Dat werkt niet en dat zal het ook nooit doen. P.14

Door niet te accepteren wie je echt bent, toon je aan dat je denkt dat het mogelijk is te geloven in een stukje van de waarheid maar niet de hele waarheid. Zo hebben velen van jullie het idee aanvaard dat je meer bent dan je lichaam maar toch het geloof in je lichaam behouden. Daarmee heb je jezelf nog verder in verwarring gebracht door te aanvaarden dat je uit twee zelden bestaat: een ego-zelf dat wordt vertegenwoordigd door je lichaam en een spiritueel zelf dat voor jou een onzichtbare wereld vertegenwoordigt waarin je wel kunt geloven maar waaraan je niet kunt deelnemen. Daarmee heb je het ego in conflict gebracht met de geest en het een interne en onzichtbare vijand verschaft om tegen te strijden. Dat was nu juist niet de bedoeling van de leringen over de waarheid, die juist het tegendeel beogen van deze tot conflict leidende situatie. De waarheid verenigt. Zij ver- P.15

deelt niet. De waarheid nodigt uit tot vrede, niet tot conflict. Een gedeeltelijke waarheid is niet alleen onmogelijk maar ook schadelijk. Want deze ongelijke strijd wordt vroeg of laat gewonnen door het ego. De geest zoals jij die hebt gedefinieerd is te amorf, te onduidelijk gedefinieerd en te ongeloofwaardig om deze strijd tegen dat wat jij als je werkelijkheid waarneemt te kunnen winnen.

- p.16 Jij die de waarheid dicht genaderd bent en haar op een of andere manier toch weer de rug toekeert en weigert haar te zien, draai je om en kijk nog eens. Je bent je weg gegaan en het einde van de reis is in zicht. Je staat boven aan de steile rotswand met uitzicht op de nieuwe wereld die schittert van alle schoonheid van de hemel, vlak bij je in een gouden licht. Terwijl je steeds de mogelijkheid had dit te zien, heb je het elke keer weer de rug toegekeerd en gezucht, en je keek weer naar een wereld die je vertrouwd was, en je koos voor die wereld. Je ziet niet dat deze keuze, ook al heb je die gemaakt met de goede bedoeling terug te gaan en anders te handelen, nog steeds een keuze voor de illusie betekent, terwijl je ook voor de hemel had kunnen kiezen. Toch weet je dat je de wereld alleen kunt veranderen door voor de hemel te kiezen. Het is het inruilen van de ene wereld voor de andere. Dat durf je niet te doen. Je bent zo bang om de wereld die je kent los te laten, dat je deze wereld, al is het er een vol conflicten, ziekte en dood, niet wilt inruilen, niet achter je wilt laten.
- p.17 Terwijl God je onbekend blijft en jij onbekend blijft voor jezelf, blijft ook de hemel verborgen. Door de hemel de rug toe te keren, keer je ook je ware Zelf en God de rug toe. Je goede bedoelingen zullen de wereld niet overwinnen en geen einde maken aan de illusie. Velen hebben, gedurende de hele wereldgeschiedenis, goede, heldhaftige en soms zelfs wonderbaarlijke daden verricht, maar de wereld veranderde niet en bleef een oord vol ellende en wanhoop. Wat is nu arroganter? Geloven dat jij op eigen houtje iets kunt wat miljoenen anderen niet hebben gekund? Of geloven dat jij, in harmonie met God, dat wel kunt?

Wat klinkt aannemelijker? Ervoor kiezen nog eens te proberen wat anderen hebben geprobeerd en wat hun niet is gelukt? Of ervoor kiezen het oude achter je te laten en voor een nieuwe weg te kiezen, een weg waarin jij het volbrachte wordt, en met dat volbrachte het nieuwe tot leven wekt?

Wat is het verschil tussen je goede voornemens en willen met God? Het verschil zit hem in wat jij denkt dat je bent en wie God weet dat je bent. Zolang dit verschil blijft bestaan, kun jij je wil niet delen met God of datgene doen wat God voor jou heeft bestemd. In wie jij denkt dat je bent, wordt de keuze onthuld die jij hebt gemaakt. Het is ofwel de keuze een ding te zijn, afgescheiden te zijn van God, of de keuze één te zijn met God. Het is de keuze tussen jezelf te kennen als een object zoals je altijd hebt gedaan, of de keuze je Zelf te kennen zoals God je heeft geschapen. Het is het verschil tussen God nu willen kennen, en willen wachten met God kennen tot je hebt besloten dat je dat waard bent of tot een ander nader te bepalen tijdstip, bijvoorbeeld het moment van je dood. P.18

Wat zijn goede voornemens anders dan een keuze om te doen wat je kunt, alleen, op eigen houtje, tegen de stroom in? Dat is de reden dat goede bedoelingen zo vaak totaal stranden en waarom, als al het mogelijke is geprobeerd, het resultaat zo vaak niet lijkt op te wegen tegen de inspanning. Je kunt je weg naar de hemel of naar God niet verdienen met goede voornemens of inspanning. Je kunt het niet verdienen, en je zult ook nooit het gevoel krijgen dat je dit hebt verdiend: te worden aangewezen als iemand die waardevol genoeg is voor al wat God reeds vrijelijk schenkt. Dat idee kun je beter laten varen. P.19

Je hebt besloten dat je weet hoe je goede werken kunt verrichten maar dat je niet weet wat God van je vraagt. Je denkt: als God me zou vragen een brug te bouwen, dan zou ik een brug bouwen, en dat is waarschijnlijk waar. Toch zul je die brug niet worden. Je weigert in te zien dat het Christusbewustzijn in jou de P.20

brug verschaft waar je alleen maar overheen hoeft te lopen om de afstand tussen hemel en hel te overbruggen, tussen jouw afgescheiden zelf en de vereniging met God en al je broeders en zusters. Liever denk je dat een goede daad hier en een beetje liefdadigheid daar belangrijker is. Liever offer je jezelf op en help je anderen, zonder te beseffen dat je anderen niet kunt helpen voordat je jezelf hebt geholpen. Je verkiest onzelfzuchtigheid boven het ware zelf, want dat is de manier die jij hebt gekozen om je ego af te schaffen en God te behagen. Dat heeft veel weg van de opstelling van een moeder die besluit zich op te offeren voor haar kinderen zonder te beseffen dat haar offer niet alleen onnodig maar ook onwenselijk is.

- p.21 Je goede voornemens behagen noch mishagen God. God wacht er alleen maar op dat je terugkeert naar de hemel, je geboorterecht aanvaardt en bent wie je echt bent.
- p.22 Een andere oorzaak van mislukking ligt aan het andere einde van het spectrum, met een concentratie op het zelf die eindeloos lijkt en een grenzeloze belangstelling lijkt te wekken. Hoewel vergeving en bevrijding van schuld noodzakelijk zijn, en het ook nodig is geschenken en dat wat tot vreugde leidt te herkennen, hebben deze belangrijke lessen enkel de bedoeling iemand voor te bereiden op het maken van een nieuwe keuze. Langdurige belangstelling voor het zelf dat je denkt te zijn, kan even schadelijk zijn als de onzelfzuchtigheid van hen die erop gespist zijn goede werken te doen. In plaats van tot kennis van God te leiden, kan langdurige belangstelling voor dat zelf ertoe leiden dat het ego nog sterker verankerd raakt.
- p.23 Dan zijn er nog de zoekers: weer een andere groep mensen die zich bij de afgrond gedragen alsof ze tegen een muur op zijn gelopen in plaats van bij een brug te zijn aangeland. De plek waar je bent gestopt, is precies de plek waarnaar je dient terug te keren. Zij die doorgaan met zoeken, hebben misschien de leer van een bepaalde spirituele of religieuze traditie achter zich gelaten,

alleen om weer een andere te vinden en daarna weer een andere. Voor hen die erop gericht zijn te zoeken valt er altijd meer te zoeken, maar zij die vinden, dienen stil te staan om zich te realiseren wat ze hebben gevonden en te beseffen dat ze niet meer dienen te zoeken.

Geduld is eeuwig, maar de wereld is dat niet. God heeft eindeloos geduld, maar de wereld heeft dat niet. God is geduldig, want God ziet je zoals je bent. De Christus in jou is ook nog steeds en voor altijd aanwezig. Maar de verzwakking van je ego door wat dan ook dat je geleerd hebt, heeft ruimte gelaten voor kracht, een kracht die naar binnen is geslopen als door een klein gaatje in de wapenuitrusting van je ego, een kracht die groeit en die geen vertraging duldt. Het is niet je ego dat ongeduldig wordt en naar verandering verlangt, want je ego heeft er alleen maar baat bij dat alles hetzelfde blijft. In plaats daarvan is het een geestesgesteldheid van mededogen die zich roert tegen de zinloosheid van ellende en lijden. Je ziel die probeert te weten te komen wat haar te doen staat, je ziel die niet gelooft in de antwoorden die haar gegeven zijn. P.24

Het is door het Christusbewustzijn in jou, door Degene die weet wat het is om Gods kind te zijn en ook om als een mensenkind op aarde rond te lopen, dat je het dualisme kunt overwinnen dat zelfs de meest scherpzinnige leerlingen bedreigt. Dit is niet jouw helper zoals de Heilige Geest dat is, het is je eigen identiteit. Terwijl de Heilige Geest terecht werd aangeropen om je waarneming te veranderen en je te tonen wat onwaar is en wat waar, is het nu het geschikte moment om in deze tijd van herkenning van je onverdeelde Zelf de Christus in jou te herkennen. P.25

Laat ons voorlopig spreken over de familie van God in termen van de familie van de mens of, kortweg, in termen die je herkent. De familie der mensen bestaat uit vele families maar wordt één familie genoemd, de familie der mensen. Deze familie P.26

wordt één soort genoemd, de menselijke soort. Binnen deze familie der mensen bestaan er individuele families en daartussen bevindt zich wat jij 'jouw' familie noemt. Een familie bestaat uit vele leden maar wordt één familie genoemd. Alle leden van een bepaalde familie stammen af van dezelfde voorouders, hebben dezelfde stamboom. Binnen die stamboom vinden we genen als dragers van bepaalde karaktertrekken en neigingen. Een kind uit een bepaalde familie kan lijken op een ander kind van een ver familielid of op een familielid dat vele jaren eerder leefde en stierf. Daar vind je niets vreemds of buitenissigs aan. Dat is inherent aan familie, zoals jij tegen familie aan kijkt. Meer dan door de fysieke aard van families, de stamboom en de voorouders, wordt de familie bijeengehouden door liefde. In feite is de familie de enige plaats waar onvoorwaardelijke liefde als aanvaardbaar wordt gezien. Daarom zal de liefde van de ouder voor het kind hetzelfde zijn, ook al wordt het ene kind als goed en het andere als slecht gezien. Een zoon of dochter dient de liefde die hem of haar wordt gegeven niet te verdienen, en ook dit wordt als aanvaardbaar en zelfs als 'juist' gezien.

p.27 Natuurlijk is God anders van aard dan de mens. God heeft geen fysieke vorm en brengt geen fysieke nakomelingen voort. God heeft echter wel een zoon, een kind, een nakomeling, die moet bestaan in een of andere vorm die op de Vader lijkt. Binnen het verhaal van het menselijk ras is er het verhaal over de komst van Gods zoon, Jezus Christus, die werd geboren, opgroeide tot een man, stierf en herrees om voort te bestaan in een andere vorm dan die van een mens. Zij die dit verhaal geloven, hebben aanvaard dat Jezus Gods zoon was al voordat hij werd geboren, terwijl hij op aarde rondliep en nadat hij stierf en herrees. Of jij dit nu gelooft of niet, het benadert de waarheid in een vorm die jij kunt begrijpen. Jezus is eenvoudig het voorbeeldleven, het leven dat liet zien wat het betekent een kind van God te zijn.

p.28 Zoals een deel van jou denkt dat je onwaardig bent en gemaakt om te lijden en te strijden, zo weet een ander deel van jou dat dit

niet waar is. Denk eens terug en je zult je herinneren dat je al sinds de vroegste tijden weet dat het leven niet is wat het lijkt en ook niet zoals het bedoeld is, dat jij niet bent wat je lijkt en ook niet zoals je bedoeld bent. Het deel van jou dat tekeergaat tegen onrechtvaardigheid, pijn en verschrikking, doet dat vanuit een plek waar niet wordt aanvaard, en nooit aanvaard zal worden, dat deze dingen zo bedoeld waren voor jou of voor degenen die samen met jou de aarde bewandelen. En toch vertelt je geschiedenis, waarin je zo gelooft, dat de wereld altijd zo is geweest en dat er niet aan te ontsnappen valt. In zo'n zinloze wereld zou de vraag niet moeten zijn waarom zo veel mensen zich het leven benemen, maar waarom zo weinigen dat doen.

Pijn en verschrikking kunnen veel verschillende vormen aannemen, van lichamelijke ziekte tot marteling, tot het verlies van liefde, en tussen al deze angstwekkende gebeurtenissen bevindt zich ook het even pijnlijke leven van de doellozen, waarin de uren verstrijken in het eindeloze geploeter dat de prijs is van je voortbestaan hier. Zelfs zij die veel hebben bestudeerd en veel lessen hebben geleerd, laten wat ze geleerd en onderwezen hebben voor wat het is om de kost te verdienen, net zolang tot het onder zo'n dikke laag stof bedolven ligt dat het aan hun zicht onttrokken is. Dat is de prijs die je betaalt als je je omdraait op het moment dat de hemel binnen bereik was, de prijs als je blijft geloven in de wetten van de wereld voor het voortbestaan van het lichaam. Het is de houding van hen die weten dat dit niet is zoals het bedoeld is, en die vervolgens weer twijfelen aan wat ze weten. Zo is het altijd al geweest, roepen zij. Ze klagen dat ze maar één echte wereld zien, terwijl de hemel op hen wacht, net voorbij hun bereidwilligheid de volgende stap te zetten. P.29

Jij bent geschapen naar de gelijkenis van je Vader en de familie der mensen is geschapen naar het evenbeeld van de familie van God. Net zoals de kinderen in jouw 'echte wereld' opgroeien en hun familie verlaten, om los van hun familie hun 'eigen' leven te beginnen, zo heb jij dat als lid van Gods familie ook gedaan. In P.30

de familie der mensen wordt het als de normale gang van zaken beschouwd dat een kind zich losmaakt en de leeftijd bereikt waarop het op eigen benen wil staan, en toch wordt een terugkeer naar de 'familie van oorsprong' ook als natuurlijk beschouwd. Kinderen gaan een poosje weg, vol verlangen hun onafhankelijkheid te bewijzen, en komen later weer terug. De terugkeer is een symbool voor rijpheid, aanvaarding en vaak voor vergeving.

- p.31 Wat betekent het om in God te geloven? Je erkent dat je God niet kunt kennen op dezelfde manier als je een ander mens kent, en toch blijf je maar zoeken naar deze vorm van kennen. Echter, zelfs voor het kennen van andere mensen is de essentie dat je weet waar ze voor staan, wat hun waarheid is, welke regels ze gehoorzamen, hoe ze denken en hoe wat ze denken aansluit bij wat ze doen. God heeft je het Woord gegeven waardoor je Hem kunt kennen. God gaf je het vleesgeworden woord als voorbeeld om naar te leven – het voorbeeld van een levende God. Wat heb je verder nog nodig? Je zoekt naar een vorm terwijl je de inhoud al hebt. Wat heeft dat voor zin?
- p.32 Wanneer je het werk van een schrijver leest, heb je het gevoel dat je niet alleen de personages, maar ook de schrijver zelf kent. Maar als je de schrijver dan in werkelijkheid ontmoet, herken je maar zelden wat je in zijn werk zag. Als je een schrijver in werkelijkheid ontmoet, bekijk je zijn vorm. Als je zijn woorden leest, zie je zijn inhoud. Als je ophoudt te kijken met de ogen van het ego, houd je op met kijken naar de vorm en houd je op met zoeken naar vorm. Dan begin je de inhoud te zien.
- p.33 Van God heb je alleen de inhoud. Er is geen vorm om te zien, maar in de inhoud wordt ook de vorm onthuld. Dat is het ware zien. Want inhoud is alles en vorm is niets.
- p.34 De inhoud van God is liefde. Jezus belichaamde God door liefde te belichamen. Hij kwam om een ommekeer te bewerkstelligen

in de manier waarop over God werd gedacht, om een einde te maken aan het zien van God in menselijke termen van wraak, straf en oordeel.

Jezus deed dit niet alleen door in menselijke vorm God te belichamen, maar ook doordat hij een beeld van kracht verschaftte dat op waarheid berustte, in plaats van op een verkeerd beeld. Voorafgaand aan de komst van het vleesgeworden woord, de incarnatie, bestond de enige voorstelling die de mens zich van een almachtig wezen kon maken uit een wezen wiens kracht leek op de macht van de machtigen onder henzelf. Jezus nam zo duidelijk stelling tegen mensen met dit soort macht dat hij ter dood werd gebracht. Maar Jezus liet geen machteloos volk achter. Jezus onderwees wat ware kracht was, de kracht van de liefde, een kracht die door zijn wederopstanding werd bevestigd. p.35

Samen met de Christus in jou kan Jezus je leren wie je bent en hoe je in een nieuwe wereld kunt leven naar wie je bent. Hij kan de hemel voor je openen en samen met jou door de poorten binnengaan, zodat je deze wereld eindelijk kunt inruilen voor je echte thuis. Maar het is niet je lichaam dat door de hemelpoort zal gaan, evenmin als het de ogen van je lichaam zullen zijn die de nieuwe wereld zien die jij zult aanschouwen en met je mee zult nemen. Het zou waanzin zijn te denken dat je een fysieke wereld van dimensie, vorm en omvang zoals de oude wereld kunt zien en van de ene plek naar de andere kunt overbrengen. Bij de nieuwe wereld gaat het niet om vorm, maar om inhoud. Een inhoud die even gemakkelijk kan worden overgebracht als de woorden van een schrijver op een bladzijde. p.36

Hoe velen zouden niet bereid zijn naar de hemel te reizen als ze op een bus konden stappen en erheen konden worden vervoerd? Toch beschikt ieder van jullie over het innerlijke vermogen de hemel te bereiken. Alleen door jezelf te kennen zoals je werkelijk bent, zal het je lukken je angst voor dit vermogen te laten varen. Jezus aanvaardde zijn kracht en bracht daardoor de p.37

kracht van de hemel naar de aarde. Dat is wat de Christus in jou je kan leren doen. Dat is wondergerichtheid. Dat is liefde.

- p.38 Dat is één-zijn. De Christus in jou onderwijst je in zoverre dat hij kennis overbrengt die je al bezit en waartoe je opnieuw toegang krijgt op het moment dat je je verbindt met jouw echte Zelf. Wanneer dit eenmaal is voltooid, ben jij voltooid. Omdat je compleet bent. Als jouw verbinding met Christus de voltooiing en afronding van alle lessen betekent, wie is het dan die de lessen aanbiedt? Die leraar is Jezus.
- p.39 De Christus in jou is de staat van eenheid waarin we allemaal delen. Deze gedeelde identiteit maakte ook Jezus één met Christus. Deze twee namen, Jezus en Christus, betekenen wezenlijk hetzelfde, omdat één-zijn is waar we altijd in hebben deelgenomen en altijd in zullen deelnemen. Jij bent voor eeuwig één met Christus. De enige manier waarop je je een andere voorstelling van Jezus kunt maken dan als de Christus, is door Jezus alleen te zien als een man, de Jezus van de geschiedenis. Dat is dezelfde beperkte manier waarop je ook jezelf kunt zien – als man of vrouw, als een wezen dat op een bepaald moment in de geschiedenis bestaat. Je probleem zit hem in deze eendimensionale, of op zijn best driedimensionale manier van kijken. Als je jezelf niet kunt zien als ‘iets anders dan’ een man of vrouw die in een bepaalde tijd op een bepaalde plaats leeft, kun je je tijdloze Zelf onmogelijk zien. Daarom komt Jezus in deze lezingen nogmaals naar je toe, op een manier die jij kunt aanvaarden, om je te leiden voorbij jouw beperkte concept van de waarheid.
- p.40 Het verhaal dat een rups verandert in een vlinder, lijkt zelfs voor een klein kind ongelooflijk. Maar dat maakt het niet minder waar. Hoewel sommigen de vlinder mooier vinden, is deze wezenlijk hetzelfde gebleven als de rups. De rups hield niet op te bestaan; hij transformeerde slechts in datgene wat hij altijd al was. Daardoor lijkt het misschien of de vlinder tegelijk vlinder en rups is, twee aparte dingen die één zijn geworden. Je bent je

er terdege van bewust dat je, als je de transformatie niet 'met je eigen ogen' zou kunnen zien, niet zou geloven dat deze twee schijnbaar ongelijksoortige wezens een en dezelfde waren. Als iemand je het verhaal van deze transformatie zou vertellen zonder je het bewijs ervan te kunnen laten zien, zou je hem ervan beschuldigen een sprookje te vertellen, alleen bedoeld om je te vermaken.

Hoe velen van jullie kijken op dezelfde manier aan tegen het verhaal van je eigen Zelf? Het is een mooi sprookje, als mythe kan het ermee door, maar iets anders zal het niet worden zolang de ogen van je lichaam het bewijs niet kunnen aanschouwen. Dat is de waanzin van de nachtmerrie waaruit je niet wilt ontwaken. Het is alsof je zegt: 'Ik doe mijn ogen niet open voordat iemand me bewijst dat ze zullen zien als ze geopend zijn.' Je zit in het duister op een bewijs te wachten terwijl alleen je eigen licht het duister kan verdrijven. P.41

Je bereidwilligheid om te leren is duidelijk, anders zou je dit boek niet lezen. Maar je leert, en dan sta je het ego toe dat het alles wat je hebt geleerd van je komt afpakken, en dat steeds opnieuw. Het ego is er razend knap in je zover te krijgen dat je steeds opnieuw omkeert, net zolang tot je het gevoel krijgt dat je voortdurend een draaideur in en uit loopt. P.42

Voordat je begon met leren, was jij je Zelf en het ego kan je Zelf niet van je afpakken, het kan het alleen overschaduwen. De lessen die je daarom nu nodig hebt, bestaan eruit je te helpen het ego van je Zelf te scheiden, je te helpen slechts één stem te horen. P.43

Deze keer kiezen we voor een directe benadering, een benadering die bovenal het abstracte leren en de ingewikkelde mechanismen van de denkkeest die je zo op het verkeerde been blijft zetten, achter zich blijkt te laten. We nemen afstand van het intellect, de trots van het ego, en benaderen deze laatste les vanuit het domein van het hart. Hier eindigt alle verwarring. Daarom noemen we dit een Cursus in Liefde. P.44

Een Cursus in Liefde



Een keuze voor liefde brengt liefde voort. Een keuze voor angst brengt angst voort. Welke keuze denk jij dat er gemaakt is om de wereld te maken die jij je thuis noemt? Deze wereld werd gemaakt als gevolg van jouw keuze, en een nieuwe wereld kan tot stand komen door een nieuwe keuze. Maar je dient te beseffen dat dit alles is wat er is. Liefde of gebrek aan liefde. Liefde is het enige wat werkelijk is. -1.18

- 1.1 Ieder levend wezen heeft een hart. Laten we 'hart' definiëren als de kern van het wezen, de plaats waar alle gevoel vandaan komt. Alle waarachtige gevoel is liefde. Alle liefde prijst God. Alle liefde is de herkenning van de heerlijkheid van God en al wat God heeft geschapen. Liefde is de enige zuivere reactie van het geschapene op de schepper, de enige reactie van de schepper op het geschapene. Door te herkennen wat liefde is, zul jij terugkeren tot God en tot jouw Zelf.
- 1.2 Alle gevoel is het gevolg van liefde of een gebrek aan liefde. Andere redenen zijn er niet voor de gevoelens die je ervaart. Alle gevoelens worden door het hart voortgebracht en hebben niets te maken met het lichaam. Het hart is het altaar waarop al je offergaven aan God worden gelegd. Alle offergaven bestaan uit liefde of een gebrek aan liefde. Gebrek aan liefde is niets. Daarom zijn alle offergaven die vanuit een andere plaats dan liefde worden aangeboden niets. Alle offergaven die worden aangeboden vanuit een plaats waar angst of schuld heerst, zijn niets.

Liefde is de voorwaarde voor jouw werkelijkheid. In je menselijke vorm moet je hart kloppen, wil jouw ware zelf kunnen leven. Dat is de aard van jouw werkelijkheid. Liefde is even essentieel voor jouw wezen als het hart voor het lichaam. Zonder liefde zou je daarom niet bestaan. Liefde is er, ook al ben jij je er soms evenmin van bewust als van het kloppen van je hart. Een baby is niet minder levend omdat hij zich er niet van bewust is dat zijn hart klopt. Zo ben jij ook niet minder je Zelf, al realiseer jij je niet dat je zonder liefde niet zou bestaan. 1.3

Gods enige gedachte is liefde. Het is een gedachte zonder grenzen, eindeloos scheppend. Jij bestaat dankzij de uitbreiding van Gods gedachte van liefde. In precies deze zelfde gedachte besta ik samen met jou. Dat je dit niet begrijpt, komt alleen doordat je de aard van je eigen gedachten niet begrijpt. Jij hebt ze in je lichaam geplaatst en een beeld ervan gevormd dat geen betekenis heeft. 1.4

En toch: als jij je denken toelegt op leren, leer je. Laat dit een aanmoediging voor je zijn. Dit is een vermogen dat we samen kunnen gebruiken om opnieuw te leren. 1.5

Het enige waarmee je haast zou dienen te hebben is de waarheid te horen. Natuurlijk heeft elk van je handelwijzen wanneer je gehaast bent alleen maar een averechts effect. Laat je zorgen komen en laat ze gaan. Onthoud steeds dat ze er eenvoudigweg niet toe doen, behalve in termen van tijd, en dat je tijd bespaart door ze los te laten. Onthoud dat je zorgen geen enkele invloed hebben. Jij denkt dat als je zorgen invloed hebben op de tijd, dit een gevolg is, maar tijd is een illusie. Ook tijd doet er niet toe. Herinner jezelf ook daaraan. Dat maakt deel uit van het loslaten van de oude wereld om ruimte te maken voor de nieuwe. Realiseer je dat die dingen er niet toe doen en dat je ze niet met je mee zult dragen naar de nieuwe wereld. Je kunt ze dus net zo goed nu al loslaten. 1.6

- 1.7 Het is alsof je je zware bagage overal mee naartoe hebt gesjouwd, voor het geval je iets nodig zou kunnen hebben. Nu begin je erop te vertrouwen dat je al die spullen die je hebt meege dragen niet nodig zult hebben. Ach, je hebt geen dikke jas nodig, want je vertrouwt erop dat de zon zal schijnen en warmte je zal omringen. Je bent een immigrant die naar een Nieuwe Wereld komt met al je bezittingen bij de hand. Maar als je eenmaal een glimp hebt opgevangen van wat eens een verre kust was en nu heel dichtbij is, beseft je dat je niets nodig hebt van al die dingen die je vroeger bezat en je schatten noemde. Wat voel je je dom dat je dat alles van hot naar haar hebt gesjouwd. Wat een verspilling van tijd en energie dat je tempo werd vertraagd door zo'n zware last. Wat een opluchting is het te beseffen dat je die last niet meer hoeft te dragen. Wat zou het fijn zijn geweest als je meteen in het begin had geweten dat je die spullen niet nodig had. En wat ben je blij om ze achter te laten.
- 1.8 Je beseft nog niet hoe zwaar je last was. Als je letterlijk een zware en nutteloze hutkoffer van de ene wereld naar de andere had meege dragen terwijl een wijzer persoon je verteld had dat je hem niet nodig had, dan zou je, op het moment dat de waarheid tot je doordrong, jezelf de vraag stellen wat er jou nog meer was verteld en door jou was weggewimpeld. Je zou nog eens iets kunnen proberen en daarna nog eens; iets wat je eerder niet bereid was te proberen toen je er zo van overtuigd was dat jij gelijk had en de ander ongelijk. En met iedere stap die je probeerde en die bleek te werken, zou je vertrouwen in de wijsheid van deze leraar groeien. Misschien zou je bedenken dat je ook nog steeds van je fouten kunt leren en uiteindelijk toch hetzelfde leren, en dat zul je van tijd tot tijd zeker ook doen. Maar uiteindelijk zou het tot je doordringen dat het sneller en gemakkelijker is om te leren zonder fouten te maken, en uiteindelijk zou je ook beseffen dat de wijsheid van je leraar die van jezelf was geworden.
- 1.9 De drang om de wijsheid van een ander te toetsen, is de drang om je eigen weg te vinden en ervoor te zorgen dat het een bete-

De oproep

De komst van de Cursus is de oproep waar ik een groot deel van mijn leven op heb gewacht. Toen ik werd uitgenodigd me bij Mari, Dan en Wilma te voegen in dit avontuur, was de uitnodiging helder en diepgaand, maar toch had ik vragen, ernstige vragen, over de authenticiteit van dit werk in een wereld vol tegenstrijdige profetische boodschappen.

Die vragen werden beantwoord. Ik ben diep geraakt en tot actie aangezet. Dit is de aard van mijn oproep: om in de wereld naar de Cursus te handelen. Deze Cursus zal ieder van jullie op een unieke manier oproepen, zoals hij ieder van ons die te maken heeft met de verspreiding van dit werk, heeft opgeroepen. Onze oproepen zijn ons duidelijk gemaakt, hoewel ze zich in voortdurende daden van schepping blijven uitdrukken.

Het moment is nu. Het is niet nodig om nog langer te wachten. De waarheid is dat wij één zijn, zoals we allemaal intuïtief aanvoelden. De tijd van hunkering is voorbij. Wij zijn degenen die we wensten en hoopten te zijn. Dit is de tijd om volledig te worden waargenomen als degenen die vervuld zijn. Wij allemaal.

Dit is een beweging van gelijken die zich allemaal bemind voelen. Wij scheppen de werkelijkheid. Laat die werkelijkheid liefde zijn.

CRAIG NEAL

Een uitnodiging

Kunst, met inbegrip van de kunstzinnige uitdrukking van woorden, is een scheppingsdaad, en moet als zodanig in beweging zijn. Kunst moet leven en ademen. Zij heeft relatie nodig om levend te zijn. Muziek wil worden gehoord. Schilderijen willen worden gezien. Woorden willen worden gelezen. Maar bovenal willen zij ervaren worden. Ze willen in relatie treden met degene die ervaart, er dient aan te worden deelgenomen, er dient niet alleen te worden gegeven, maar ook te worden ontvangen.

Wanneer het geschreven woord eenmaal een gedrukte bladzijde wordt, gaat de ontvanger verder met de scheppingsdaad, en houdt hij of zij de woorden levend en in beweging. Dit zijn de macht en de schoonheid van alle kunst en alle boeken: dat ze bestaan in de verbondenheid tussen geveer en ontvanger. Door middel van hun uitdrukking worden geveer en ontvanger één.

Door woorden te delen op papier wordt er aan relaties – partnerschappen – een middel gegeven om zich te kunnen ontwikkelen. De werkrelaties die dit specifieke boek betreffen, lijken op zijn minst heel ongebruikelijk. Vanwege het unieke karakter van dit werk werd het in een eerder stadium dan bij de meeste manuscripten het geval is, een gedeelde ervaring en hierdoor werd de bewustwording van de eenheid, en het feit dat dit delen de samenwerkingsvorm zou worden, duidelijker. Daarom zijn er vooraan in dit boek twee namen gegeven, op een tamelijk ongebruikelijke manier. Geen van beide namen impliceren auteurschap in de gewone zin van het woord. Beide namen impliceren een verbondenheid met de geveer van de woorden en met de in-

spiratie en de expressie die van deze woorden afkomstig zijn. Deze uitnodiging is bedoeld om bekend te maken dat de eenheid niet stopt bij ons beiden, en dat de namen van degenen die tot nu toe betrokken waren bij de totstandkoming van dit werk geen definitieve lijst uitmaken, maar dat ze alleen maar een begin zijn van iets groters. De namen, vermeld in dit boek, worden alleen gegeven als een buiging naar het partnerschap dat zorgde dat deze woorden tot uitdrukking kwamen, naar het partnerschap met de uitgever waardoor de woorden in staat werden gesteld in deze vorm te verschijnen, en als een erkenning van de noodzaak jou deze woorden aan te bieden – aan allen die de woorden verder zullen dragen in nieuwe uitdrukkingvormen en ze daardoor levend zullen houden.

Hoewel de aanbieding van de Cursus in boekformaat een traditionele manier van aanbieden blijft, zijn de kleine verschillen daarin – het gebruik van het woord ‘aanbieders’ in plaats van auteurs, en de insluiting van anderen in verbondenheid en partnerschap met dit werk – een erkenning en herkenning van wat het is. Het is een bescheiden poging om een machtige beweging te beginnen, weg van het afgescheidene en het individuele, naar de eenheid waarin we allemaal in waarheid bestaan. Het is één manier om te zeggen en uit te drukken, om werkelijk te maken en te erkennen in de wereld dat scheppen niet geïsoleerd gebeurt, dat we niet van elkaar afgescheiden zijn, en dat dit, in kleine stapjes, een machtige beweging kan worden die de manier waarop we leven en waarop dingen worden gedaan, zal veranderen.

Wij zijn partners op deze weg. We zijn een relatie aangegaan waarin geen hiërarchie, geen verdeeldheid, geen specialiteit zijn. En toch hebben we elk unieke manieren om uit te drukken wie wij in verbondenheid en in eenheid zijn. Hiertoe roept deze uitnodiging je op.

Verbondenheid is wat is. Gemeenschap is verbondenheid met, verbondenheid tussen, verbondenheid uitgedrukt in het leven dat wij met elkaar leven en delen. In gemeenschap kunnen we zijn wie we zijn; het is de plaats waar we in veiligheid en zonder angst, in liefde en partnerschap tot uitdrukking kunnen brengen wie we zijn. We nodigen je uit deze gemeenschap te helpen creëren.

MARI PERRON, DAN ODEGARD,
WILMA VENCHI, CRAIG NEAL

Als je wilt reageren, kun je met een van ons contact opnemen op een van de volgende manieren:

Website: <http://www.eencursusinliefde.nl>

POSTADRES:

Uitgeverij GAIA

Wakkerendijk 62A

3755 DD EEMNES

Register van sleutelbegrippen

<i>Prelude</i>	<i>pagina 17</i>
P.2	De manier waarop je leert
P.3	Voor wie is deze cursus bestemd?
P.6	De Christus in jou en leren
P.7	De wederkomst van Christus
P.8	Een cursus om je identiteit vast te stellen
P.9	De heerlijkheid die van jou is
P.10	Waar de wereld voor bedoeld is
P.13	Ontkenning van je ware zelf
P.14	Alleen jij kan tot stand worden gebracht
P.15	Het ego is opstandig ten aanzien van de geest
P.16	De enige manier om de wereld te veranderen
P.18	Je goede voornemens
P.22	Langdurige belangstelling voor het zelf
P.23	Zoekers
P.25	Je identiteit – de Christus in jou
P.26	De familie van God
P.27	De aard van God; Jezus het voorbeeldleven
P.29	Wat het kost om je rug naar de hemel te keren
P.31	Inhoud is alles
P.35	Jezus en ware kracht
P.36	Jezus als leraar, aanbieder van lessen
P.39	Je gedeelde identiteit – de Christus in jou
P.42	Leerbereidheid en het ego
P.44	Waar de verwarring eindigt

HOOFDSTUK	1	<i>Een Cursus in Liefde</i>	<i>pagina 32</i>
	1.2	De oorzaak van alle emoties	
	1.3	De aard van jouw werkelijkheid	
	1.6	De oude wereld loslaten	
	1.9	De drang om in je eentje te leren	
	1.10	Geef je ego ontslag als je leraar	
	1.13	Het streven om op jezelf te staan	
	1.14	Inspanning onderscheiden van strijden	
	1.16	Liefde is wat je bent	
	1.18	Kiezen tussen liefde of gebrek aan liefde	
HOOFDSTUK	2	<i>Wat liefde is</i>	<i>pagina 40</i>
	2.1	Liefde kan niet worden geleerd, alleen herkend	
	2.2	Niets onwerkelijks bestaat	
	2.4	Liefde heeft geen eigenschappen	
	2.6	Liefde benoemen	
	2.8	Verwarring over de werkelijkheid van liefde	
	2.9	Het ware Zelf vergeet niet	
	2.10	Zien met de ogen van liefde	
	2.11	God en mededogen	
	2.12	Zien zoals God ziet	
	2.15	Kijk naar binnen, niet naar figuren uit het verleden	
	2.17	Niets staat alleen	
	2.19	De strijd van het ego; de langzame dood ervan	
	2.21	Als je intentie groot genoeg is kun je niet anders dan leren	
	2.23	De vrijheid om naar huis terug te keren	
HOOFDSTUK	3	<i>De eerste les</i>	<i>pagina 48</i>
	3.1	Liefde is	
	3.2	Jij bent liefde	
	3.3	Een collectief gedeeld universum	
	3.4	Vorm is niet wat jij bent	
	3.5	Symbolen zien	
	3.7	Vorm en weergave; jullie geven allen betekenis aan alles	

- 3.8 Liefde omvat alle betekenissen
- 3.10 Jouw concept van de denkfunctie
- 3.1 Vergelijken
- 3.13 Leren met het hart; overstappen van het verstand naar het hart
- 3.18 De hunkering van het hart zal je nu redden
- 3.19 De pijn van liefde
- 3.20 Bewijs voor de waarde van liefde
- 3.23 Bewijs voor de kracht van liefde

- HOOFDSTUK 4 *De gerechtigheid van de liefde* *pagina 56*
- 4.1 Wat het betekent om op een zuivere manier lief te hebben
- 4.2 Valse goden
- 4.3 Liefde en verlangen
- 4.6 Je hoeft geen vreemde te zijn voor je Zelf
- 4.8 Voorgaan in de richting van liefde of ervan weggaan
- 4.9 De wet van de liefde: winst en geen verlies
- 4.10 Geen winnaars en verliezers
- 4.12 Gedachten over liefde gebaseerd op sentiment
- 4.14 Ideeën over verliefdheid
- 4.17 Hopen op eerlijkheid in de liefde
- 4.18 Het apart zetten van liefde
- 4.21 Een plek die op een thuis lijkt
- 4.24 Een nieuwe wereld zien
- 4.25 Liefde vertoeft in vereniging
- 4.26 Vereniging vindt vanbinnen plaats
- 4.27 Een nieuwe wereld verrijst

- HOOFDSTUK 5 *De relatie* *pagina 66*
- 5.1 De verbinding van het menselijke en het goddelijke
- 5.2 Gedachten gewijd aan vereniging
- 5.4 Relatie is heilig
- 5.5 Wat waar is, is waar op alle gebieden

- 5.6 Alle waarheid ligt in relatie
- 5.7 Liefde verzamelt
- 5.10 Liefde verenigt
- 5.11 De gevoelens die je ervaart
- 5.12 Je kunt je niet verbinden met iets waarover
een oordeel wordt geveld
- 5.13 Achter de drang tot geweld
- 5.14 Wat binnen is en wat buiten
- 5.16 Je thuis is binnenin
- 5.17 Datgene waarmee je je wel en datgene
waarmee je je niet verenigt
- 5.20 Wijd je gedachten aan vereniging
- 5.21 De betekenis van de vrije wil
- 5.22 De wens afgescheiden te zijn, je vast te
klampen aan inspanning
- 5.24 De drijfveer te krijgen wat je wilt
- 5.25 Geef op wat je denkt te willen
- 5.28 Je echte wereld groter maken
- 5.29 Het verschil tussen verbondenheid en
afgescheidenheid
- 5.31 Wat de oorzaak is van je vervreemding
- 5.32 Eén prachtige dag

HOOFDSTUK 6 *Vergeving/verbinding* *pagina 77*

- 6.1 Verbinding berust op vergeving
- 6.2 Vergeef de wereld
- 6.3 Wensen wat er niet kan zijn
- 6.4 Ik werd het minst geaccepteerd...
- 6.5 Maak een nieuwe keuze!
- 6.8 Contrast als leermiddel
- 6.10 Je angst instandhouden
- 6.11 De hemel van je denkende ik
- 6.13 De strijd om te slagen
- 6.14 Wat vrede is
- 6.17 Scheppen is je nieuwe ontdekkingsreis
- 6.18 Wat ervoor nodig is om de wereld te
veranderen

- 6.19 De hemel is waar jij bent
 6.20 Gewaarzijn van een leven na de dood
 6.21 Wat je het meest vreest
- HOOFDSTUK 7 *Onthouden* *pagina 87*
- 7.1 Geven, ontvangen, onthouden
 7.9 De gevolgen van onthouden
 7.11 De twee vormen van onthouden: grieven
 en speciaalheid; niet geven voor jezelf
 7.16 Onthouden voor jezelf
 7.17 De heelheid van het hart
 7.21 De neiging te vertrouwen op de zintuigen
 voor het bewijs over de waarheid
 7.22 Open voor een nieuwe waarheid
- HOOFDSTUK 8 *De afscheidingsillusie van
 het lichaam* *pagina 97*
- 8.2 De taal van jouw hart
 8.4 Je herinneren wie je werkelijk bent
 8.6 Een manier om naar emoties te kijken
 8.8 Emoties als illusies
 8.10 Onder de oppervlakte kijken
 8.14 Een experiment: doe een stap bij je lichaam
 vandaan
 8.21 Verleden en toekomst
 8.24 Het denksysteem van God en van het ego
 8.25 Je herinneringen
- HOOFDSTUK 9 *De terugkeer van de verloren zoon* *pagina 107*
- 9.1 De wispelturigheid van emoties
 9.2 Het verlangen je hart te beschermen
 9.4 Vervormd beeld van relatie
 9.5 Het nut van het lichaam
 9.6 Jij schiep je lichaam
 9.7 Waarvoor het lichaam werd gemaakt
 9.9 Geef je geloof niet langer aan het lichaam

- 9.10 Kies voor een nieuw gebruik van je lichaam
- 9.12 Opvattingen over je hart
- 9.13 Opvattingen over je emoties
- 9.14 Het zelf dat luistert
- 9.15 Angst; het verlangen te beschermen
- 9.17 Angst en geloof in afgescheidenheid
- 9.21 Het tijdelijke vervangen door het tijdelijke lost
niets op
- 9.22 Daden van naastenliefde
- 9.23 Gevoelens van tekort en willen
- 9.24 Illusies vervangen door de waarheid
- 9.25 Het enige wat je wordt gevraagd op te geven;
voorzien in behoeften slokt al je tijd op
- 9.26 De noodzaak van relatie
- 9.27 Beseffen dat je niet alleen bent
- 9.29 Verloren zonen en dochters
- 9.30 Het ego als een fantasievriendje
- 9.31 Je kunt niet gebruikt worden
- 9.32 De lessen van de vogels in de lucht
- 9.33 Het idee van tijd; de vrije wil
- 9.35 Vergeving en verzoening / correctie
- 9.36 Eenheid en speciale relaties
- 9.37 Liefdesrelaties
- 9.39 Bij anderen zoeken wat je denkt te missen
- 9.41 Wedijver; afgoden; meelopen in de wedstrijd
- 9.43 Gebruik leidt tot onderworpenheid
- 9.44 Misbruiken is onjuist gebruiken
- 9.45 Wat is onjuist gebruik?
- 9.46 Je macht afstaan aan dingen
- 9.47 De wereld die God schiep
- 9.48 Zij die toegeven aan misbruik
- 9.49 Pogingen om het gedrag van misbruik te
veranderen
- 9.50 Gebruik vervangen door eenheid

HOOFDSTUK 10	<i>Gebruiken en begrijpen</i>	<i>pagina 127</i>
	10.1 Het lichaam als instrument	
	10.2 Vereniging betekent niet jouw vernietiging	
	10.3 Denksystemen; waar het hart bestaat	
	10.4 Je echte bron	
	10.5 Niet langer het lichaam als je thuis zien	
	10.6 Het lichaam als stoorzender	
	10.7 Negatieve boodschappen	
	10.8 De noodzaak van voortdurende bereidwilligheid	
	10.9 Het verlangen naar een beloning	
	10.10 Je hebt alles wat je nodig hebt	
	10.11 Wonderen, eenheid en magie	
	10.12 Geloof versus begrip	
	10.15 Het mysterie van het geloof	
	10.16 Het lichaam zien als wat het is	
	10.17 De keuzes die je hebt gemaakt	
	10.20 Sabotage door het afgescheiden zelf	
	10.21 Een eenmaal overschreden drempel	
	10.23 Een experiment: je lichaam buiten je plaatsen en voor je neerzetten	
	10.24 De aard van gedachten	
	10.27 Zien zonder de ogen van je lichaam	
	10.32 Een deur is bereikt	
HOOFDSTUK 11	<i>Vrije wil en bereidwilligheid</i>	<i>pagina 140</i>
	11.1 Verwarring over je bron	
	11.2 Creativiteit en de schepper	
	11.3 Pogingen deze cursus te leren	
	11.5 Het leerdoel van deze cursus	
	11.7 Bereidwilligheid brengt overtuiging	
	11.8 Vrije wil als bescherming tegen God	
	11.12 Een nieuwe keuze: de vrije wil gebruiken om te scheppen	
	11.14 Tijdelijke bereidwilligheid	
	11.15 Wat bereidwilligheid is	

- 11.17 Een roep die alleen trouw vraagt
- 11.18 Een uitnodiging aan liefde

HOOFDSTUK 12 *De oorsprong van de afscheiding* pagina 148

- 12.1 Het probleem met het woord liefde
- 12.2 Je een beetje beetgenomen voelen
- 12.4 Dat waarmee je geprobeerd hebt je te verbinden
- 12.5 Wat jou het meest vermoeit
- 12.6 Gods wil voor jou
- 12.7 Je verlangen naar rust
- 12.8 Onzekerheid en twijfel over jezelf
- 12.9 Herstellen van je relatie met je broeder
- 12.10 Er is iets fout gegaan
- 12.14 Eén was er nodig om een einde te maken aan de afscheiding
- 12.15 De keuze van Gods zoon voor afscheiding
- 12.16 De woorden Vader, Zoon en Heilige Geest
- 12.17 De geboorte van een idee
- 12.19 Het oorspronkelijke idee van afscheiding
- 12.20 De buitenkant van het leven
- 12.22 De deelname van de zoon
- 12.24 De uitbreiding van de zoon; de uitbreiding van de Vader
- 12.25 Uitbreiding is het patroon van de schepping

HOOFDSTUK 13 *Observatie en ervaring* pagina 157

- 13.1 Een oefening: herinner je de geestelijke dimensie van andere mensen
- 13.2 Een oefening: vragen wat je al weet
- 13.5 Wat je je herinnert is liefde
- 13.8 De herinneringen die jij hebt
- 13.12 De herinnering van vergeving keert terug

HOOFDSTUK 14	<i>Speciale aardse en menselijke relaties</i>	<i>pagina 162</i>
14.1	Gods schepping uitdagen	
14.2	Ernaar streven om anders te zijn	
14.3	Superioriteit en inferioriteit	
14.4	Opvattingen over de hemel	
14.8	Geef de wetten van chaos op	
14.9	Het fundament van de rede	
14.10	Meer eisen van je dierbaren; wonden en onderworpenheid	
14.11	Een intense relatie	
14.15	De wens om dingen voor jezelf te houden	
14.16	Jezelf als universum	
14.19	Jouw universum instandhouden	
14.20	Angst om liefde te verliezen	
14.22	Verwachten dat liefde je speciaal maakt	
14.23	Waarom je liefde geeft	
14.26	Vasthouden aan de speciaalheid van een ander	
14.27	Heerlijkheid en speciaalheid	
14.30	Liefde aan iets specifiek hechten	
14.31	Iedereen als één liefhebben	
HOOFDSTUK 15	<i>Het speciale zelf</i>	<i>pagina 173</i>
15.1	De schaduwkant van speciaalheid	
15.3	Het kleine zelf	
15.5	Speciaalheid in jouw cultuur instandhouden	
15.7	Je tot slaaf maken	
15.8	Loyaliteit: ondersteuning tegen angst	
15.9	Loyaliteit en speciaalheid ter discussie stellen	
15.11	Een manier om speciaalheid achter te laten	
15.12	Vraag je broeder voor je te kiezen	
HOOFDSTUK 16	<i>Wat je ervoor in de plaats kiest</i>	<i>pagina 178</i>
16.1	Liefde heeft maar één Bron	
16.3	Het probleemkind	

- 16.4 Ons oordeel over misdadigers
- 16.6 Oordeel maakt verschillend
- 16.7 Speciaalheid vervangen door een speciale functie
- 16.8 Vergeving vervangt oordeel
- 16.9 Luister naar je hart
- 16.10 Rede staat niet tegenover liefde
- 16.12 Vergeving ziet onschuld
- 16.13 Bescherming tegen een niet-vergeven wereld
- 16.16 Oordeel is niet jouw taak
- 16.18 Het recht om te oordelen
- 16.19 Gerechtigheid vereenzelvigen met wraak
- 16.20 Macht en oordeel
- 16.21 Kracht, machteloosheid, en het ontwaken van liefde voor het Zelf
- 16.23 Ons geboorterecht
- 16.24 God wil geen offer; je macht weggeven
- 16.25 Angst voor je eigen kracht
- 16.26 Kracht en liefde voor jouw Zelf

HOOFDSTUK 17 *Bewust geen plannen maken* pagina 187

- 17.1 De noodzaak om te zijn wie je bent
- 17.2 Bewustzijn; je plaats in het universum
- 17.5 Een aanname over wat onbekend is
- 17.6 Onbekende stadia binnengaan
- 17.7 Plannen voor het onbekende
- 17.8 Het onbekende is welwillend
- 17.9 Bereidwilligheid om te aanvaarden wat gegeven wordt
- 17.10 Het geloof in zonde
- 17.11 Oordeel en schuld
- 17.13 Keer terug naar je plaats in het universum
- 17.15 Je hardvochtige gedachten
- 17.16 Vergeef vanuit je hart
- 17.17 Denkgeest en hart met elkaar verenigd

HOOFDSTUK 18	<i>Het geëngageerde brein</i>	<i>pagina 192</i>
18.1	Adam en Eva en de geboorte van waarneming	
18.2	Een keten van lichamen	
18.5	De plaats die ik voor je bewaar	
18.6	Het lichaam als leermiddel	
18.8	De buitenwereld als een projectie	
18.9	Leren vanuit eenheid, leren vanuit afgescheidenheid	
18.10	Je geloofssysteem veranderen	
18.11	Gedeeld en individueel leren	
18.12	Tijd als maat van leren; het reduceren van de tijdfactor	
18.13	Het idee ter wereld brengen om van eenheid te leren	
18.14	Wensen om volledig deel te nemen	
18.16	De ene intelligentie; hoofd en hart zijn één	
18.17	Een gespleten denksysteem	
18.18	Transformatie naar een staat van eenheid	
18.20	Het denken één maken	
18.22	De kringlooprelatie tussen jou en het lichaam	
18.24	Het Zelf dat je uit de leercyclus hebt verwijderd	
HOOFDSTUK 19	<i>Eén-zijn en dualiteit</i>	<i>pagina 201</i>
19.2	De schepping van de wereld van afscheiding	
19.4	Transformatie als oplossing; eenmaking van hoofd en hart	
19.5	Je bent hier om te leren	
19.7	Een zuivere hunkering	
19.8	De rol die ik speelde; de rol die ik je vraag op je te nemen	
19.9	Zie hoe je bemind wordt	
19.10	Eenheid in relatie tot stand gebracht	
19.11	Mijn verklaringen getuigden van jullie komst	
19.12	De toestand van heelheid van hart; de apostelen	

- 19.13 Het denken overstijgen
- 19.17 Trainen om het gedachtesysteem links te laten liggen
- 19.18 Vragen/ bidden om terugkeer van eenheid
- 19.19 Terugreizen
- 19.20 Een verzoek op je leven terug te kijken
- 19.21 De reis zonder afstand
- 19.22 Het werkelijke en het onwerkelijke schiften
- 19.23 Waarneming veranderen en terugkijken
- 19.24 Ideeën over zelfverlossing

HOOFDSTUK 20 *Heelheid van hart – de omarming* pagina 210

- 20.3 Jij bent het hart van het koninkrijk
- 20.4 Je schoonheid; ons hart
- 20.5 Eén hart
- 20.6 Eén intelligentie
- 20.9 Zijn komt in de plaats van identiteit
- 20.10 De hartenklop van de wereld
- 20.13 Het rijk van Christus
- 20.15 Stel je een lichaam in een grot voor
- 20.17 Het één-zijn van je identiteit
- 20.19 Ding-zijn, individu-zijn
- 20.21 Heiligheid en eenheid van de omarming
- 20.23 De eerste stap is vergeten
- 20.25 Dankbaarheid is je oorspronkelijke natuur
- 20.26 Vrede is het fundament
- 20.27 Liefde is de Bron
- 20.28 Kracht is de uitdrukking van wie je bent
- 20.29 Wonderen zijn uitingen van liefde en daden van samenwerking
- 20.30 Gelijkheid is geen middelmatigheid of eenvormigheid
- 20.31 Samenwerking en de verwerping van angst
- 20.32 Je ware kracht aanvaarden
- 20.35 Weten wat je doet
- 20.36 Hoop en zekerheid

- 20.37 Weten in het nu
- 20.38 Hoop is...
- 20.39 Ieder-zijn vervangt ding-zijn
- 20.40 Ontvangen en wederkerigheid; oordeel niet over geschenken
- 20.41 Jouw volmaakte geschenken
- 20.42 Je dient niet anders te zijn dan je bent
- 20.44 Dienen in plaats van gebruiken
- 20.45 Bereid zijn te dienen en wereldvrede
- 20.47 Jouw persoonlijke zorgen
- 20.48 De optiek van liefde

HOOFDSTUK 21 *Liefde is* *pagina 223*

- 21.2 Eeuwigheid, je wezen en het individuele
- 21.4 Oproepen van het hart
- 21.5 Hoofd en hart; gebrek aan een gemeenschappelijke taal
- 21.6 Een gedeelde taal
- 21.7 Conflict in de interpretatie van betekenis
- 21.8 Verschillen in betekenis
- 21.9 Ware betekenis verandert niet
- 21.10 Zij die de waarheid kennen...

HOOFDSTUK 22 *Het snijpunt* *pagina 228*

- 22.1 Voorstellingen en verbeelding
- 22.2 Snijpunt – iets wat door iets heen gaat
- 22.7 Het snijpunt als relatie en partnerschap
- 22.9 Het toekennen van betekenis aan wat voorbijkomt
- 22.12 Betekenis geven; zinloosheid leidt tot blokkade
- 22.15 Betekenis op natuurlijke wijze onthuld
- 22.17 Jijzelf als laboratorium
- 22.20 Een oefening: het persoonlijke ‘ik’ laten oplossen

HOOFDSTUK 23	<i>Vrij zijn van het lichaam</i>	<i>pagina 235</i>
23.2	Ware kennis door middel van een relatie	
23.9	Hereniging door gedeeld geloof	
23.10	Geloof cultiveert vorm	
23.11	Geloof kan ook verbondenheid cultiveren	
23.13	Een ander soort geloof is nodig	
23.14	Jij als wonderdoener	
23.15	Je lichaam van verkeerde voorstellingen bevrijden	
23.17	Verbeelding en werkelijkheid	
23.19	Geest, inspiratie, verbeelding	
23.20	Verder gaan dan de vorm	
23.22	Oude overtuigingen loslaten	
23.23	Oude gewoontes ontleren	
23.24	De periode van volledige betrokkenheid bij het leven	
23.25	Wonderbereidheid	
23.26	Een oefening: ontleren	
23.27	De wens van het ego om de leiding te hebben	
23.29	Leerplan en lessen	
HOOFDSTUK 24	<i>De tijd van tederheid</i>	<i>pagina 243</i>
24.1	Tedere lessen	
24.4	Leren vanuit liefde; ten volle in het leven staan	
HOOFDSTUK 25	<i>Toewijding als een manier van in het leven staan</i>	<i>pagina 245</i>
25.3	Door het leven gaan en doen alsof	
25.5	Gevoelens van gemis	
25.7	Toewijding beoefenen	
25.8	Toewijding sluit niets uit	
25.9	Harmonie door actie	
25.11	Overtuigingen van speciaal-zijn loslaten	
25.13	Onkwetsbaarheid; de angst om verwond te worden	

- 25.15 Betrokkenheid en de eerste stap naar
vereniging
- 25.16 Wanneer het persoonlijke zelf aan de kant
stapt
- 25.17 Leven vanuit liefde
- 25.18 Je afvragen wat je het best kunt doen;
vraagtekens zetten
- 25.20 De eer voor jezelf willen; naar identiteit
zoeken
- 25.21 Een tijd van onderscheid
- 25.22 Onderscheid maken
- 25.23 Te rade gaan bij je nieuwe identiteit

HOOFDSTUK 26 *Het volle leven* pagina 254

- 26.1 Wat verstaan we onder een vol leven?
- 26.3 Tragedie; de angst voor de val
- 26.4 De betekenis van de kruisiging
- 26.5 Je kunt niet te dicht bij de zon vliegen
- 26.7 Angst voor zinloosheid
- 26.9 Geluk en zin komen vanzelf
- 26.14 Frustratie en ongeduld
- 26.15 De Cursus is alleen maar een aanzet
- 26.17 Voor altijd nieuw zijn
- 26.18 Een uitnodiging om je Zelf te vinden
- 26.20 Het antwoord van je hart
- 26.22 Gods idee over jou
- 26.23 Jouw plaats in het patroon
- 26.25 Wat een vol leven is
- 26.26 Heel zijn
- 26.27 Ik heb mijn blauwdruk vervuld

HOOFDSTUK 27 *Zijn* pagina 262

- 27.1 Zijn wordt verward met mens-zijn
- 27.4 Het doel van deze Cursus
- 27.6 Het Zelf kennen
- 27.7 Leven is een kwestie van relatie

- 27.8 Christus, de brug
- 27.11 Relatie als identiteit
- 27.13 Leven in het heden
- 27.15 Leven in relatie
- 27.17 De verwarring zal overgaan
- 27.18 De kracht van ware kennis
- 27.20 Het gevoel van zekerheid
- 27.21 Kun je vertrouwen hebben?

HOOFDSTUK 28 *Getuigenis afleggen* *pagina 268*

- 28.2 Getuigenis afleggen is niet...
- 28.4 Het toppunt van persoonlijke getuigenissen
- 28.5 Het vertrouwen van het ware weten
- 28.6 Na de dageraad wordt het dag op je reis
- 28.7 Jouw tijd om te schijnen
- 28.8 Een tijd van nederigheid
- 28.9 Doen en weten
- 28.10 Bevestiging zoeken
- 28.11 Je geroepen en geïnspireerd voelen om te handelen
- 28.13 Laat je leiden, beoefen matigheid, wees aandachtig

HOOFDSTUK 29 *Aandacht* *pagina 273*

- 29.1 Concentratie, bereidheid en dienstbaarheid
- 29.2 De ware betekenis van dienstbaarheid
- 29.3 God dienen
- 29.4 Je laten dienen
- 29.7 Verwezenlijking van je goddelijkheid
- 29.9 Dichter bij eenheid komen
- 29.10 Werk en dienstbaarheid
- 29.13 Je agenda, je leven
- 29.15 De cirkelvormige aard van het universum
- 29.16 Relatie en dienstbaarheid; gebruik en wantrouwen
- 29.18 Een oefening: ervoor kiezen je geloof te veranderen

- 29.20 Aanspraak maken op je erfgoed, erom vragen
- 29.22 Je talenten en dienstbaarheid
- 29.24 Een ononderbroken keten van geven en ontvangen
- 29.25 Noch het verleden, noch de toekomst doet ertoe

HOOFDSTUK 30 *Aanwezig zijn* *pagina 281*

- 30.2 Je gaat voorbij aan je Zelf
- 30.3 Wees als de kleine kinderen
- 30.4 Tijd zoals jij je die voorstelt
- 30.5 Universeel bewustzijn
- 30.7 Het oneindige en het eindige
- 30.8 De sleutel tot universeel bewustzijn
- 30.9 Eindige liefde bestaat niet
- 30.10 Iedere relatie is relatie met God
- 30.11 Winst zonder verlies
- 30.12 Wetten van God zijn wetten van de liefde
- 30.13 De Bron van liefde
- 30.14 De wetten van eenheid

HOOFDSTUK 31 *De aard van het denken* *pagina 285*

- 31.1 Eén Intelligentie, één Wil
- 31.5 Angst voor gelijk zijn
- 31.6 Het denken bestuderen
- 31.7 Het intellect is het wezen van jouw kleine zelf
- 31.9 Elk leven is onvervangbaar
- 31.10 Het Zelf in God vinden
- 31.11 Hogere gedachten; je losmaken van het geloof in je ego
- 31.13 Een gespleten denkkeest, depressie
- 31.14 Houden en verliezen, geven en ontvangen
- 31.15 Alles wat je afgezonderd wilt houden
- 31.17 Leer opnieuw wie je bent
- 31.18 Eerlijkheid en opbiechten

- 31.20 Dingen die naar liefde worden gebracht
- 31.25 De waarheid 'spreken'
- 31.26 Je verleden en wie je bent
- 31.27 Eén Intelligentie, één Waarheid
- 31.30 Naar jezelf zoeken in anderen
- 31.32 Verlossing – je terugkeer naar je Zelf
- 31.36 Relaties die erop rekenen dat niets zal veranderen
- 31.37 Relaties die wel verandering en groei verwachten

HOOFDSTUK 32	<i>Liefde tot liefde weergekeerd</i>	<i>pagina 296</i>
32.1	Wend je tot een andere Bron	
32.2	Wat wil liefde mij laten doen?	
32.3	Jij bent thuis	
32.4	Je bent tot Liefde weergekeerd	
32.5	Houd op met denken	
32.6	Het laatste en definitieve wonder	