

Besef van de onmacht van ons kleine zelf

Terug naar de inbraak als voorbeeld van een nare gebeurtenis die wel degelijk heel écht voelt voor ons. We voelen ons boos, verontwaardigd en wellicht ook angstig. De mensen met wie je over dit voorval en over je gevoelens praat zullen je geen ongelijk geven. Je hebt immers alle reden om je te voelen zoals je je voelt? In het vorige hoofdstuk schreef ik dat we onszelf niet af hoeven te schermers van onze boosheid en angst door het voorval en onze gevoelens glashard te ontkennen. Je eerste stap is niet achteruit maar vooruit in de eerlijke erkenning dat je gelooft dat er iets ergs is gebeurd en dat dit je van streek heeft gebracht.

ECIW nodigt ons dan uit om opnieuw te kijken en deze keer voorbij de uiterlijke vorm. De inbraak is slechts een vorm die ons laat zien dat we geloven in onze kwetsbaarheid, onze onschuld en in een schuldige buiten onszelf die ons heeft aangevallen. Als Jezus je uitnodigt om je boze gevoelens los te laten dan voelt dat vreemd en ongepast. Dat komt omdat we in eerste instantie denken dat we deze negatieve gevoelens automatisch hebben gekregen door de inbraak. Vervolgens leert ECIW dat we deze situatie als Zoon van God projecteren om het spel van afscheiding te spelen: ik ben het slachtoffer en er is een schuldige buiten me. Het is me gelukt om de tweeheid echt te laten lijken. Daarom willen we onbewust vasthouden aan onze boosheid. Het is haast een soort afhankelijkheid, een verslaving. Het is onze geheime agenda waarmee we onszelf bevestigen in onze nep-identiteit van een afgescheiden zelf. Logisch dat we zelf dit niet los willen- en kunnen laten.

Zoals we zagen komt onze eigen poging niet verder dan zo hard mogelijk roepen dat alles een nare droom is en dat we dit niet meer willen geloven. Dit lijkt precies in lijn met ECIW maar er schuilt toch vaak angst onder en de wens om als onaanraakbaar zelf boven de niveau II wereld te willen zweven. Totdat we toch luisteren naar die vage herinnering, die zachte Stem van ons Zelf. Het helpt om te zien hoe we als klein zelf niet kunt ontsnappen aan ons geloof in tweeheid. Onze opties op niveau II zijn beperkt en uitgeput. Een gevoel van liefde forceren terwijl we een hekel hebben aan die ander is onecht en dit biedt ons geen vrede. Doorschieten in ontkenning lijkt effectief maar leidt tot afstandelijkheid. En precies *dit* moment, waarin we beseffen dat we met lege handen staan, deze doorvoelde en eerlijke hulpeloosheid, mogen we in stilte aanbieden aan de Liefde. We mogen hiervoor ook denken aan Jezus, God, de Vader of aan de Heilige Gees. Aan alles wat *niet* te maken heeft met onze eigen nep-kracht als doenertje. Dit omschreef ik als "inpluggen in de Liefde". Aan die echte Goddelijke Kracht die niet van ons, als klein zelf, is maar die wij ten diepste zijn. Dit is voor ons raar en een diep mysterie dat we kunnen ervaren maar waar woorden tekort schieten. Dus in de diepe erkenning dat we als zelf-doenertje niks kunnen doen, opent zich de mogelijkheid dat we ons uitstrekken naar de Liefde die we zijn, ons ware Zelf.

We hebben nu gekeken naar een specifiek voorbeeld, namelijk de situatie waarbij er ingebroken is. Het valt gewoonlijk in het begin van onze studie van ECIW niet mee om te leren zien dat de vele tientallen ogenschijnlijk van elkaar verschillende nare situaties waar we mee te maken kunnen krijgen niets anders zijn dan variaties op hetzelfde thema. Als we naar de uiterlijke vorm kijken dan lijkt onze bezorgdheid over ons kind dat 's avonds laat nog niet thuis is gekomen te verschillen van de ruzie die we met de buurman hebben over de plek waar hij zijn auto parkeert. De hoofdpijn die we zo dikwijls hebben lijkt weer een ander probleem. Bezorgdheid, boosheid, irritatie, pijn, jaloezie, wanhoop, angst, uitzichtloosheid, somberheid, slapeloosheid: de lijst met narigheid lijkt onuitputtelijk. Gezien vanuit ons geloof in afgescheidenheid, dat we aangeduid hebben als onze niveau II werkelijkheid, kan zowel de aard van de problemen als de intensiteit ervan erg uiteenlopen.

Een lichte irritatie lijkt bijvoorbeeld heel wat minder erg dan een woede uitbarsting met fysiek geweld.

Ook hierover verschilt ECIW weer radicaal van mening met ons. Het brengt alle kwesties terug tot projecties die we als Zoon van God maken met als verborgen agenda om ons een afgescheiden zelf te wanen. Dat lijkt een uitspraak waar we weinig mee kunnen, een te ver doorgevoerde abstrahering van onze "werkelijkheid". Maar het tegenovergestelde is waar. Juist door aandacht te besteden aan ons toenemende gevoel van tweeheid in *al* de genoemde situaties kunnen we leren dat vergeving *altijd* het antwoord is.

Door telkens af te stemmen met die innerlijke antenne wordt steeds duidelijker dat we met het willen zien van gevaar buiten onszelf, bijvoorbeeld in de vorm van nare personen, een verborgen agenda hebben. Als we anderen beschuldigen dan kun je leren ervaren dat dit voelt dit als het verwonden en splijten van onze eigen denkkeest. We doen onszelf pijn, we mutileren onszelf, zodat we de illusie van afgescheidenheid en van lichamelijke versterken. Door dit op te merken zien we vervolgens ook steeds beter dat we in werkelijkheid de keuze hebben om *niet* te oordelen. Maar dan merken we die rare weerstand om te stoppen met beschuldigen. Het is een soort vreemde verslaving aan het spel van beschuldigen en het zien van bedreigingen waar we dus mee doorgaan om ons afgescheiden te blijven voelen en het geloof in tweeheid te versterken. Het is dus maar de vraag of we ons wel *écht willen* openen voor de liefde om vrede te ervaren. Willen we onze denkkeest wel *écht* laten genezen? De Cursus stelt het heel bondig als volgt (Txt 29 VII, 1):

"Wil je liever gelijk hebben of gelukkig zijn?"

Als we het idee hebben dat ons onrecht wordt aangedaan of dat we slachtoffer zijn dan is het antwoord duidelijk: we willen gelijk hebben. Mogelijk betreft het een situatie met onze partner of kind of misschien een conflict op het werk. We worden gewoon erg onredelijk behandeld en voelen de boosheid opborrelen. Willen we nu vrede, verbinding en eenheid ervaren met iemand die ons zo slecht behandelt?

Als we vanuit identificatie met ons kleine zelf naar dergelijke situaties kijken dan ligt niveauverwarring weer eens op de loer. Moeten we dan over ons heen laten lopen? Mogen we dan helemaal geen grenzen stellen? Het is dan goed om vast te stellen dat de cursus ons nooit voorschrijft hoe we ons zouden moeten gedragen in deze droomwereld. Ze probeert ons er echter wel steeds bewust van te maken vanuit welke gesteldheid en met welke intentie wij handelen. Als wij in genoemde situaties geloven dat we echt slachtoffer zijn en ons moeten gaan verdedigen door in de tegenaanval te gaan dan hebben we de illusie echt gemaakt en geloven we in afgescheidenheid. Die ander zien we dan als schuldig en onszelf als onschuldig. We voelen ons bang, verontwaardigd en boos. Als we vanuit dit geloof, vanuit deze kokervisie, gaan handelen dan zullen onze acties niet bepaald vol wijsheid en mededogen zijn. We willen dan het liefst winnen, desnoods ten koste van die nare ander.

Die neiging om het spel van tweeheid te gaan spelen, het spel van beschuldiging, van aanval en verdediging lijkt groot. Op een gegeven moment zien we dat we hiermee onze eigen vrede verstoren maar het voelt zo onnatuurlijk om dan te geloven dat er ook een keuze voor vrede mogelijk zou zijn. Binnen de kortste keren geven we lik op stuk en dienen we die ander scherp van repliek. We schieten onmiddellijk terug om ons gelijk te halen. Hoe kunnen we dit stoppen als het in feite niet echt is wat we willen? Of, nauwkeuriger gezegd, onze kleine zelf wil het niet en dit wil gewoon winnen. Maar die zachte Stem in ons weet het beter en Wil vrede. Maar hoe kunnen we deze Stem, de Heilige Geest, de leiding geven?

Het vergt oefening om onze neiging tot verdedigen, beschuldigen en aanvallen in de smiezen te krijgen voordat we handelend reageren. M'n ouders gaven me ooit de praktische raad mee om in dergelijke situaties eerst even tot tien te tellen. Op zo'n moment wordt het me duidelijk wat ik wil en dat is gelijk krijgen. Houd toch op over die innerlijke vrede! Als het echter toch lukt om te voelen dat onze innerlijke gespletenheid en hardheid dreigt toe te nemen dan is daar de mogelijkheid om toch te kiezen voor een andere optie. In dit soort acute situaties kan het behulpzaam zijn als we een paar ECIW-handvatten paraat hebt. Bijvoorbeeld:

- *Ik voel nooit onvrede om de rede dit ik denk <Wb 5>*. Dit kan ons al aan het denken zetten. Het lijkt zo duidelijk waarom we boos worden. Die ander behandelt ons niet correct. Volgens de cursus is dit echter niet de echte reden.
- *Ik zou in plaats hiervan vrede kunnen zien <Wb 34>*. Dat lijkt op zo'n moment ver weg maar het is goed te beseffen dat er een uitweg is.
- *Ik ben vastbesloten de dingen anders te zien <Wb 21>*. We moeten kiezen. Als we kiezen voor het uitleven van onze boosheid dan kiezen je in feite voor de bevestiging van ons geloof in afgescheidenheid. Maar er is een betere keuze. Kies opnieuw maar nu voor een andere raadgever. Luister naar die veel zachtere Stem diep van binnen. Wees heel eerlijk en bid desnoods het volgende gebed:

“Lieve Heer. Ik ben zo boos en heb weinig zin om die ander te zien als mijn broeder. Ik heb nu een hekel aan hem en wil hem terug pakken. Maar ik zie ook dat deze gedachte ook mijn innerlijke vrede verder verstoort. Dat wil ik niet. Kom mij te hulp Heer, met uw liefde die ook zeer krachtig is. Genees mijn denkkeest waarin de neiging bestaat om te kiezen voor aanval. Heer, ik wil uw liefde binnen laten in deze situatie. Ik wil U kennen en ik wil die ander leren kennen als mijn Broeder. Open mijn ogen Heer. Draag mij in deze situatie”.

Wacht en vertrouw op antwoord. We zijn nu “wonderbereid”.