

## Het versterken van de illusie van afgescheidenheid

Dit is in grote lijnen de metafysica van de Cursus, de uitleg van wat onze “zichtbare werkelijkheid” overstijgt. Waarom neem ik de moeite om hier zo uitgebreid bij stil te staan? Omdat ik nu kan schrijven over de manier waarop wij als Zoon van God proberen om onze illusie van afgescheidenheid zo echt mogelijk te maken. Eerder schreef ik dat we onszelf in feite niet iets kunnen voornemen om te gaan *doen* om Zelfrealisatie te bereiken. Juist die keuze om ons te verbeelden dat we een afgescheiden doenertje zijn die iets in tijd en ruimte zou kunnen bereiken is, zoals we net gezien hebben, onderdeel van de illusie. Onze pogingen om iets te doen zijn niet meer dan pogingen om te sleutelen aan de illusie van een afgescheiden zelf. Maar inzicht in de wijze waarop wij de illusie echter kunnen doen lijken zal wél behulpzaam blijken om onszelf in ieder geval niet verder te verstrengelen in onze waandenkbeelden.

Hoe voelen wij ons als Zonen van God nadat we onze projecties van God, anderen en de wereld serieus zijn gaan nemen? We voelen ons nu een klein, afgescheiden en kwetsbaar lichamenlijk wezentje dat zich in de verte nog herinnert dat er zoiets bestaat als geluk en liefde. We beseffen niet meer dat we dromen en dat we elk moment kunnen lachen om de zelf verzonnen grenzen tussen onszelf en die ander. Zoals uitgelegd geloven we de door ons zelf bedachte zintuigen. Kortgezegd; als ik jou kan zien dan is er een ik en een jij en dus zijn er twee en niet één. Maar de kloof tussen jou en mij wordt nog groter doordat ik het verlies van de ervaring van geluk onbewust gekoppeld heb aan schuld. Ten diepste voel ik me schuldig dat het me gelukt is om me af te zonderen maar het is niet fijn om te moeten leven met dit schuldgevoel. Nee, dat gevoel van gemis en van ongeluk moet ergens anders vandaan komen. Nu verwijt ik God, de wereld, mijn opvoeders, mijn baas, mijn partner enzovoort het ongeluk dat ik ervaar. Die *ander* is schuldig en ik ben slachtoffer.

Een effectieve manier om ons gevoel van afgescheidenheid te versterken is door oordelen en vooral door anderen te veroordelen. We kunnen hierover veel lezen in ECIW en er verstandelijk mee instemmen dat dit zo is. Maar begrip van onze intentie om anderen te willen veroordelen brengt nauwelijks de innerlijke ommekeer in ons teweeg die we ten diepste wensen. Ik meen dat het daarom belangrijk is om heel letterlijk *gevoel* te krijgen voor wat het beschuldigen van anderen met je doet. Wat voel je als je een ander beoordeelt? We zijn niet zo gewend om te letten op ons gevoel als we bezig zijn met beschuldigen. Maar probeer toch op te merken wat er van binnen met je gebeurt als je iemand anders beschuldigt. Merk op dat je gevoel voor eenheid en vrede minder wordt. Probeer heel oplettend te zijn en via een soort innerlijke antenne vast te stellen dat het veroordelen van iets of iemand een soort tweeheid lijkt te geven. Naarmate je bijvoorbeeld bozer wordt op iemand dan kun je heel letterlijk *voelen* dat dit je geloof in een afgescheiden zelf versus die ander buiten je versterkt. Experimenteer hier maar eens mee op een moment dat je alleen bent en je lekker en vredig in je stoel zit. Kies er vervolgens eens voor om je ergens druk over te maken. Het doet er niet toe waarover. Denk aan een persoon of politicus die volgens jou grote onzin uitkraamt, een lomperik. Of veroordeel de manier waarop we de natuur uitbuiten met onze vliegzeilen en autogebruik. Maak jezelf maar eens boos en voel dan hoe je gevoel van eenheid overgaat in een gevoel van tweeheid. Kun je opmerken dat iemand beschuldigen en veroordelen hét middel bij uitstek is om bij jezelf dat gevoel van tweeheid, van afgescheidenheid te verhogen?

Natuurlijk plaatsen we niet altijd de schuld buiten onszelf, op anderen of op omstandigheden, We kunnen ook onszélf beschuldigen. Denk hierbij aan zelfverwijt en schaamte. Maar verschilt dit nu werkelijk van het beschuldigen van anderen? Kijk, of liever *voel*, maar eens wat het beschuldigen van

jezelf doet met je gevoel van innerlijke harmonie. Kun je opmerken dat er een splitsing lijkt te ontstaan binnen jezelf? Aan de ene kant heb je nu het schuldige zelf en aan de andere kant het verwijtende zelf. Dus zelfbeschuldiging verschilt in wezen niet van het beschuldigen van je Broeder; we versterken in beide gevallen de illusie van afgescheidenheid, van dualiteit.

Aan het einde van dit hoofdstuk wil ik even stilstaan bij het gebruik van het woord "ego" dat ik tot dusver zoveel mogelijk heb vermeden. Ik heb dat met een reden gedaan. Als we het ego goed willen begrijpen dan dienen we het te zien als *onze* neiging om onszelf zo serieus mogelijk te nemen als afgescheiden zelf, met de nadruk op het woord "*onze*". Wij als Zoon van God willen het spel van afscheiding spelen, het is onze wens om een kwetsbaar lichaam te dromen dat belaagd wordt in een vijandige wereld vol met nare omstandigheden en schuldige anderen. Wij als Zonen van God kiezen ervoor om ons slachtoffer te voelen van allerlei rampspoed. Dit maakt ons als Zonen van God *niet* schuldig, maar dit spel van projecteren is niet echt bevorderlijk voor ons geluk en voor ons gevoel van vrede.

Te vaak gaan we als cursisten van ECIW een voorstelling maken van dat verschrikkelijke ego dat zich buiten ons zou bevinden en ons zou proberen te verleiden om te geloven in afscheiding. We maken dan opnieuw een onschuldig zelf dat slachtoffer zou zijn van dat nare ego. We willen dan zogenaamd afkomen van dat ego. Maar nee, lieve broeders en zusters, dat willen we nu juist even *niet*. Op dit moment willen we onszelf als duaal slachtoffer-doenertje juist uiterst serieus nemen: we wensen nog steeds te geloven in tweeheid, in dualiteit. Het veroordelen van anderen of onszelf en het zoeken van schuldigen vormt hierbij een effectief instrument. Pas als we hier werkelijk begrip voor gaan krijgen, als we dit echt gaan *voelen*, pas dan is er ruimte om ermee te stoppen. Niet eerder.

In ECIW noemt Jezus die rare neiging om ons afgescheiden te willen voelen "het kruisigen van onszelf". Ik sluit af met onderstaand citaat uit Txt 14 (VI-5) waarin Jezus ons erop wijst dat wij onze macht als Zoon van God misbruikt hebben om de illusie van afgescheidenheid te beleven:

*"Van de macht om te beslissen, die jij hebt gemaakt ter vervanging van de macht om te scheppen, wil Hij je onderwijzen hoe jij die ten eigen dienste kunt benutten. Jij die haar gemaakt hebt om jezelf te kruisigen dient van Hem te leren hoe je haar kunt aanwenden voor de heilige zaak van het herstel"*