

Het ego, echo van het verleden

Deze tekst maakt deel uit van een (opbouwend) geheel dat begint met [deel 1](#).

In dit deel gaan we in op de volgende vragen:

- Wat is het ego?
- Wat is de basis van het ego?
- Hoe herken ik het ego?
- Hoe verminder ik de aantrekkingskracht van het ego?
- Hoe kunnen we omgaan met het ego en wat zijn daarbij de valkuilen?

Wat is het ego?

Het ego is een denksysteem. Een denksysteem is een verzameling samenhangende ideeën, overtuigingen en gedachten. De Cursus onderscheidt in essentie twee denksystemen of bronnen van waaruit onze gedachten voortkomen: het ego en de Heilige Geest. Dit onderscheid is behulpzaam om een leerproces te faciliteren dat ons in staat stelt steeds vaker te kiezen voor liefde en geluk.

Het ego is ons eigen, persoonlijke repertoire aan ideeën en overtuigingen die op angst zijn gebaseerd. We hebben deze opgebouwd in de loop van ons leven (en eventueel in vorige levens, als je daarin gelooft).

De Heilige Geest is een symbool voor onze persoonlijke verbinding met onze liefdevolle Oorsprong. De Heilige Geest is een bestaande christelijke term die in de Cursus opnieuw betekenis krijgt. In onderstaand overzicht kun je zien dat beide denksystemen haaks op elkaar staan qua inhoud.

Het denksysteem van het ego...	Het denksysteem van de Heilige Geest...
leidt tot keuzes vanuit angst	inspireert tot keuzes vanuit liefde
identificeert met het lichaam, de persoonlijkheid en de dood	identificeert met (tijdloze) geest
beschouwt de wereld (dualiteit) als ultieme realiteit	beschouwt de Hemel (de ervaring van eenheid of non-dualiteit) als ultieme realiteit
is opgebouwd uit eigen 'waarnemingen' en interpretaties	vertegenwoordigt Kennis of waarheid

is gebaseerd op het verleden en projecteert dit naar de toekomst	is gebaseerd op het heden
zoekt het geluk alleen in de wereld, in de vervulling van behoeften	herinnert dat er in essentie maar één werkelijke 'behoefte' is, die aan de herkenning van Eenheid, liefde & vergeving (zijn altijd beschikbaar)
gelooft in afgescheidenheid, schaarste / beperking, zonde, schuld	gelooft in verbinding, overvloed / uitbreiding, vergissing, onschuld
gaat gepaard met pijn en onvrede	gaat gepaard met vreugde en Geluk
erkent geen andere oorsprong dan zichzelf	herinnert aan onze Oorsprong of Eenheid
veroordeelt / wijst af, heeft verwachtingen, wil wraak	aanvaardt, is vrij van verwachtingen, vergeeft waar nodig
gelooft dat we er alleen voorstaan	inspireert tot afstemming op innerlijke en uiterlijke impulsen die ons de weg wijzen naar liefde en Geluk
gelooft in speciaalheid (superioriteit / inferioriteit)	gelooft in gelijkwaardigheid

We maken in ons leven doorlopend keuzes en iedere afzonderlijke keuze maken we met behulp van één van beide denksystemen. Beide systemen oefenen een soort magnetische werking op ons uit. Waar we nauwer verbonden zijn met het ene denksysteem wordt het lastiger voor ons om het andere denksysteem tot ons te laten doordringen. De afzonderlijke, interne samenhang van de ideeën binnen beide denksystemen is namelijk vrij sterk en het volgen ervan heeft een verdere identificatie ermee tot gevolg. Beide denkwijzen zijn aan elkaar tegengesteld dus identificatie met het ene denksysteem ondermijnt het geloof in het andere.

Door de principes van Een cursus in wonderen toe te passen in ons leven, kunnen we ons geloof in de stem voor liefde, de Heilige Geest versterken. Daarmee ervaren we steeds meer de aangename gevolgen die deze inspiratie tot gevolg heeft. Dit verzwakt op den duur de aantrekkingskracht van het ego totdat de aantrekkingskracht van de Heilige Geest sterk genoeg is om steeds consequenter te kiezen voor liefde en geluk.

Het doen van Een cursus in wonderen leidt gaandeweg tot een volledige opheffing van het geloof in het ego-denksysteem. We gaan steeds beter en sneller inzien dat het ego een illusionair perspectief is. Vanuit een volledig geïntegreerd perspectief van de Heilige

Geest valt er niets meer te kiezen voor ons omdat het alternatief is weggevallen als zinvolle keuzemogelijkheid.

“Wat is het ego? Slechts een droom van wat jij werkelijk bent. Een gedachte dat je van je Schepper gescheiden bent en een wens te zijn wat Hij niet heeft geschapen. Het is iets waanzinnigs, en allerminst werkelijkheid. Een naam voor het naamloze is al wat het is. Een symbool van het onmogelijke, een keuze voor opties die niet bestaan. (VvT2.1:4-9)

Binnen de Drie-eenheid fungeert de Heilige Geest als een focuspunt waarop we onze aandacht kunnen richten als uitweg uit het doolhof van het ego-denksysteem. Het maakt niet uit welk specifiek symbool we hiervoor gebruiken: Jezus, Heilige Geest, Liefde, God: het zijn enkele voorbeelden van de vele wegwijzers die ons de innerlijke weg naar onze Oorsprong kunnen wijzen. De vorm van een richtingaanwijsbord is ondergeschikt aan de bestemming waarnaar hij wijst. Een zekere onthechting van de symbolen en flexibiliteit in de omgang ermee kan behulpzaam zijn om ons voorbij de vorm naar de inhoud te brengen: de herkenning van de onderliggende eenheid van alles en iedereen.

Wat is de basis van het ego?

De Cursus adresseert het mechanisme achter elk ‘autoriteitsprobleem’, dat we niet alleen naar elkaar, maar ook naar God kunnen hebben:

“Het autoriteitsprobleem is nog steeds de enige bron van conflict, omdat het ego gemaakt werd uit de wens van Gods Zoon om Zijn vader te zijn. Het ego is dan ook niets anders dan een waansysteem waarin jij je eigen vader hebt gemaakt.” (T11.In.2:3,4)

Het ervaren van dit conflict heeft dus diepe wortels in ons ego en dat is juist waarvan we onszelf met de Cursus kunnen bevrijden. Vanuit metafysisch perspectief is het autoriteitsconflict een gevecht tegen onsZelf, waarbij een beperkt deel van ons pretendeert het Geheel te zijn. In werkelijkheid zijn wij ook één met alles en iedereen maar zolang we onder leiding staan van het ego bevinden we ons nog op de trede van de Drie-eenheid en kunnen we deze niet overstijgen. In de totale overgave aan God vinden we onze ware Grootheid omdat er dan niets meer is wat ons van Hem / onsZelf scheidt. We vinden als het ware eerst het ‘Koninkrijk van God’ waardoor alles ons gegeven kan worden.

Vanuit ego-gedachten zijn we bang. We zijn bang voor elkaar omdat we niet iedereen liefdevol bezien en we ons inbeelden dat anderen zich ook verdeeld tot ons verhouden. Vanuit ons ego kunnen we onze Oorsprong in God ontkennen of zijn we bang voor Hem omdat we geloven dat God iets is dat los van ons staat. We hebben dan bijvoorbeeld een beeld gemaakt van een verontwaardigde, beschuldigende of straffende God waarbij mogelijk vervormde beelden van onze ouders een rol spelen. We kunnen bang zijn voor een relatie met God in onsZelf omdat we vrezen dat God iets met of van ons wil wat wijzelf totaal niet willen:

“De projectie van het ego doet het voorkomen alsof Gods Wil buiten jezelf ligt, en bijgevolg niet de jouwe is. In deze interpretatie lijkt het mogelijk dat Gods Wil en die van

jou met elkaar in conflict zijn. Zo kan het lijken of God iets van jou eist wat jij niet wilt geven, en jou aldus berooft van wat jij wilt... Je bent bang Gods Wil te kennen, omdat je gelooft dat die niet de jouwe is. Deze overtuiging vormt heel je ziekte en heel je angst.” (T11.I.9:1-3; 10:3,4)

Deze angst kan onze identificatie met het ego-denksysteem instandhouden totdat we inzien dat onze angst een gevolg is van onze eigen vervormde perceptie van de Drie-Eenheid, die in wezen Eén is. Tot dat moment ontkomen we niet (geheel) aan het geloof in schuld, de grote illusie die aan de basis ligt van elk innerlijk en uiterlijk conflict. Ergens hebben we namelijk wel door dat we de herkenning van Eenheid zelf in de weg zitten. Vanuit ons ego, die zelf de oorzaak hiervan is, kunnen we dit niet doorbreken. We kunnen ons wel richten tot Heelheid in ons, wanneer we inzien dat we alleen dit willen.

Gods wil voor ons, is wat wij zelf ten diepste willen. Dat gaan we steeds meer beseffen naarmate we ons overgeven aan Zijn (Onze) wil. Misschien denken we vooraf dat we een offer moeten brengen, dat onze vrijheid wordt ingeperkt. De Cursus stelt dat wij niet hoeven offeren, dat wil zeggen iets (op)geven of doen wat wij op dat moment niet willen (op)geven of doen. Wanneer we de Heilige Geest volgen kunnen we gaandeweg ontdekken dat God of ons ware Zelf, onze werkelijke wil beter kende dan wijzelf vanuit ons ego.

Het ego herkennen

Het is nodig het ego te herkennen om eraan voorbij te kunnen komen:

“Niemand kan ontsnappen aan illusies tenzij hij ernaar kijkt, want door er niet naar te kijken worden ze beschermd. Het is niet nodig voor illusies terug te deinzen, want ze kunnen niet gevaarlijk zijn. We zijn klaar om het denksysteem van het ego nader te bekijken, want samen hebben we de lamp die het zal verdrijven, en aangezien je beseft dat jij het niet wilt, moet je wel klaar zijn. Laten we heel rustig zijn wanneer we dit doen, want we zoeken slechts eerlijk naar de waarheid. De ‘dynamiek’ van het ego zal een tijd onze les zijn, want we moeten hier eerst naar kijken om erdoorheen te kunnen zien, aangezien jij het werkelijkheid hebt verleend. We zullen deze dwaling samen in stilte ongedaan maken, en vervolgens naar de waarheid kijken die erachter ligt.

Wat is genezing anders dan het wegnemen van al wat kennis in de weg staat? En hoe kan men illusies anders verdrijven dan door ze direct onder ogen te zien, zonder ze in bescherming te nemen? Wees dan ook niet bang, want waar je naar zult kijken is de bron van angst, en jij begint juist te leren dat angst niet werkelijk is. Je bent bovendien aan het leren dat zijn gevolgen verdreven kunnen worden door hun realiteit eenvoudig te ontkennen. De volgende stap bestaat er onmiskenbaar uit te erkennen dat wat geen gevolgen heeft, niet bestaat. Wetten werken niet in een vacuüm, en wat tot niets leidt heeft niet plaatsgevonden. Als de werkelijkheid aan haar uitbreiding wordt herkend, kan wat tot niets leidt niet werkelijk zijn. Wees dus niet bang om naar angst te kijken, want die kan niet worden gezien. Helderheid maakt per definitie verwarring ongedaan, en met licht naar de duisternis kijken lost haar onvermijdelijk op.” (T11.V.1; 2)

Met Een cursus in wonderen laten we met behulp van de Heilige Geest het licht van waarheid in ons toe, waardoor we dit licht op de duisternis (het ego) kunnen laten schijnen. Waar we angstaanjagende schaduwfiguren zagen, zien we nu alles helder in het licht. Angst wordt doorzien als onwerkelijk.

We herkennen aan onze gevoelens of de stem van het ego of de Heilige Geest in ons aan het woord is. Dit is vrij eenvoudig. Ervaren we innerlijke vrede, dankbaarheid, liefde, rust, etcetera dan staan we onder de leiding van de Heilige Geest. Ervaren we angst, schuld, boosheid, schaamte of een andere vorm van onvrede dan is het ego aan het woord (geweest). We doen er goed aan hier mild mee om te gaan, omdat anders ons ego nog steeds aan het woord is :)

De aantrekkingskracht van het ego verminderen

“Alleen zij die inzien dat ze niet kunnen weten als het gevolg van begrip hen niet vergezeld, zijn überhaupt in staat werkelijk te leren. Daartoe moet het vrede zijn dat ze willen, en anders niets. Telkens wanneer jij denkt dat je weet, zal vrede van je wijken, omdat jij afstand hebt gedaan van de Leraar van de vrede. Telkens wanneer jij ten volle beseft dat je niet weet, zal vrede terugkeren, want je zult Hem daartoe uitgenodigd hebben door afstand te doen van het ego ten gunste van Hem. Doe geen beroep op het ego voor wat dan ook; dit is het enige wat je hoeft te doen. De Heilige Geest zal uit Zichzelf iedere denkgeest vullen die zo ruimte voor Hem schept.” (T.14.XI.13)

Het licht van waarheid of liefde op het ego laten schijnen doet hem verdwijnen. Dit vraagt een bepaalde mate van openheid. Het vanuit ons ego erkennen dat wij niet weten, biedt de ruimte om de waarheid van de Heilige Geest in ons toe te laten. In volledige overgave aan de Heilige Geest lost het ego op en komen we tot de herkenning van Eenheid.

Door ons ego beter te leren kennen en de gevolgen ervan te herkennen en erkennen, bouwen we de motivatie op om de Heilige Geest om hulp te vragen. Hiervoor hoeven we niet diep te gaan graven in ons verleden, elke situatie die zich in het heden aandient en gepaard gaat met onvrede kan dienen om dit te leren.

Het doen van Een Cursus in wonderen zelf (tekst- en werkboek) is het beste antwoord op de vraag hoe we de kracht van het ego kunnen verminderen. De Cursus adviseert ons daarbij letterlijk om niet vergeten te lachen, want het ego neemt zichzelf en de wereld erg serieus.

In deel 3 gaan we verder in op de Heilige Geest en hoe we de afstemming daarop kunnen herkennen en versterken. Daarmee wenden we onze aandacht vanzelf af van het ego en neemt zijn invloed op ons denken evenzoveel af.

Je kunt verder naar [deel 3: De Heilige Geest, de stem voor liefde](#) of bij [het begin](#) beginnen.