

# "Een Jaar van Vergeving"

## LES 1

Niets dat ik in deze kamer zie  
[in deze straat, vanuit dit raam, op deze plek]  
betekent iets.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Dit is de eerste dag van de rest van je leven.

Ik ben blij dat je nu hier bij mij bent. Ik zal bij je zijn als je deze lessen doet.

Ik wil dat je begrijpt dat je de grootste leraren aller tijden inschakelt.

Niet alleen ik, maar ook veel leraren van geascendeerde meesters zijn momenteel betrokken bij de transformatie van het bewustzijn van de aarde.

Door de eerste stap te zetten op deze lange reis naar het herstel van je geest, schakel je geweldige leraren in en ga je op pad met wezens die veel krachtiger zijn dan je denkt.

Deze lessen lijken klein. Ze lijken onbelangrijk. Maar proces na proces, gedachte na gedachte en idee na idee zal je geest genezen worden.

In deze babystapjes merk je soms zelfs een fysiek verschil in je bewustzijn.

Je kunt bijvoorbeeld gevoelens in je hoofd of lichaam ervaren, of je hoort mogelijk iets andere geluiden in je oren. Je kunt zelfs druk voelen op bepaalde delen van het lichaam.

Met jouw training in de joods-christelijke leringen van jouw tijd is het heel belangrijk dat angst geen angstig gevoel opwekt. Je breidt je bewustzijn uit, en je lichaam is een weerspiegeling van je bewustzijn. Het wordt gecreëerd door je bewustzijn, en je zult verschuivingen in je lichamelijke gevoelens ervaren als gevolg van de verruiming van je geest.

Aan deze kant van de sluier is er veel minder scheiding dan aan jouw kant.

Dus als ik 'wij' zeg, werken we als collectief – veel leraren van geascendeerde meesters. Maar dit specifieke project is van mij. Deze leringen gaan over expansie. Ze gaan over vrijheid – ware vrijheid.

Je kunt niet vrij zijn in je fysieke lichaam als je niet vrij bent om met je geest te denken en te kiezen. Wij halen het prikkeldraad rond het concentratiekamp van jullie beperkte ego-geest weg, en jullie zullen op veel verschillende manieren expansie voelen. Wees moedig en stap in deze nieuwe gevoelens met enthousiasme en nieuwsgierigheid in plaats van met angst.

Wanneer je ervaart dat angst in je geest opkomt, weet dan dat deze daar is geplant door een of andere minder dan liefdevolle lering. Je bent inderdaad moedig om in dit nieuwe werk te stappen. Met groot genoegen houden wij je dicht bij ons hart en moedigen wij je aan deze lessen te volgen en morgen met ons mee te doen voor les 2.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en wij zullen spoedig weer met je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

## LES 8

### Mijn denkkeest is voortdurend bezig met voorbije gedachten.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

We feliciteren je met het komen opdagen voor les 8. Je bent een week in de nieuwe training, en het is belangrijk voor je om te onthouden dat als jij deze lessen doet, ik ze samen met jou doe. Ik sta zij aan zij met jou en houd je hand vast terwijl je door dit mentale transformatie programma gaat.

Terwijl je je vrije wil gebruikt - het krachtigste creatieve apparaat in het universum - en ervoor kiest om de manier waarop je naar de wereld kijkt in twijfel te trekken, dit de transformatie in de wereld versnelt. De wereld zoals jij die ziet, komt van jou.

Als je ervaringen uit het verleden waarop je jouw beslissingen baseert niet in twijfel trekt, creëer je altijd hetzelfde. Als zoiets niet bij je past, dan ontwikkel je ongezonde gedragspatronen die lijden veroorzaken.

Wanneer je begint te twijfelen aan je besluitvormingsvermogen op basis van jouw ervaringen uit het verleden, zoals in: "Als ik aan het verleden denk, denk ik eigenlijk nergens aan", dan verbeeld je je iets. Je gebruikt je verbeelding wanneer je iets herbeleeft of erover nadent. Je gaat terug door je eigen gedachtenfilters naar een tijd en plaats wanneer je een beslissing hebt genomen over iets - of het nu goed, slecht of onverschillig is - en je brengt die herinnering uit het verleden naar het heden waardoor het huidige moment wordt besmet.

We willen dat je begrijpt dat je het heden vrij moet laten om helder en met een heldere geest iets nieuws te creëren. Wij willen je meer aanwezig laten zijn, meer het heden te accepteren, want hier gebeurt alles. Als je je ideeën uit het verleden meeneemt naar dit huidige moment en je huidige beslissingen en oordelen baseert op ervaringen uit het verleden, krijg je hetzelfde keer op keer opnieuw.

Aanwezigheid is wat we hier willen cultiveren. Je begint in te zien dat de tijd die je besteedt aan toekomstig gepieker en spijt uit het verleden, een verspilling is van jouw creatieve energie. Dit is niets anders dan een verspilling van het huidige moment, het enige moment dat je creatieve geest heeft om een rol te spelen. Bederf het huidige moment niet.

Wanneer je verdriet voelt, depressie of pijn, dan heb je het huidige moment verlaten.

Jij denkt over wat voor ergs je zou kunnen overkomen. Je maakt je zorgen of je hebt spijt over het verleden en de tijd die je hebt verspild. Je verspilt nog steeds je tijd als je terugkijkt naar het verleden en denkt dat het anders had moeten zijn.

Dit helpt bij de vergevingsoefening die deze cursus ontwikkelt in je bewustzijn, want als je niet de wonden of zonden uit het verleden terugroept die mensen mogelijk tegen je hebben begaan, dan zul je ze niet haten. Als je ze ontmoet, ben je in het huidige moment, vrij om ze te accepteren zoals ze zijn.

Haat en onvergevingsgezindheid koesteren betekent dat je geen mensen kunt ontmoeten zoals ze op dit moment zijn. Je voegt tussen jou en hen altijd toe wat ze hebben gedaan en gezegd, of niet hadden moeten doen en zeggen, en je beleeft een onwaar beeld van die mensen.

Leven in het moment is iets heel liefdevols.

Deze les is een zeer liefdevolle praktijk.

Je begint niet alleen jezelf te bevrijden van de illusies van verleden en toekomst, maar ook die mensen uit je verleden die je ontmoet met jouw oordelen en meningen over hen.

Je begint ze, misschien voor de eerste keer, vrij en zonder oordeel te ontmoeten.

Op dat moment heb je een echte en eerlijke interactie met hen.

Dit ontwikkelt zich na verloop van tijd.

Wanneer je mensen ontmoet met wie je wrok deelt, heb je een gevoel van negativiteit omdat deze misdaden in het verleden bevochten en gekoesterd zijn geweest. Als je deze wonden, oordelen en verhalen uit het verleden begint los te laten - eveneens je ouders, ex-geliefden en partners - kun je ook de toekomstige verhalen over armoede, dakloosheid, baanverlies of verraad vrijgeven. Deze illusoire ideeën vervuilen je geest in het heden en veroorzaken lijden.

Dank, dat je vandaag bij ons was. We zijn blij dat je op deze reis met ons bent, naar een nieuwe, verhelderde geest. Deze lessen bevrijden je uit de gevangenis van gedachten die je pijn hebben gedaan, en we willen dat je weet dat dit inderdaad een krachtig proces is.

Wij spreken je morgen weer.

# "Een Jaar van Vergeving"

## LES 19

### Ik ben niet de enige die de gevolgen ervaart van mijn gedachten.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Je houdt het daar heel goed vol. We zijn blij dat je er vandaag weer bent.

Elke dag laat je deze lessen dieper ingaan op je overtuigingen over de werkelijkheid, jezelf en de plaats die je in het bestaan hebt. Het idee dat jouw gedachten geheim zijn en niemand anders beïnvloeden, wordt duidelijk geloofd door de meeste wezens in jullie samenleving.

Mensen denken de hele tijd.

Ze piekeren vaak negatief over dingen en hebben absoluut geen idee dat elke gedachte die ze hebben een zaadje plant van juist datgene waar ze bang voor zijn.

Je begint te zien hoe je dingen kunt creëren, zoals disfunctionele relaties of ziektes, door je constant zorgen te maken en te tobben over dingen. Je realiseert je niet - omdat jou nooit de waarheid is onderwezen - dat jouw gedachten alles en iedereen beïnvloeden. Jij bent de centrale, cruciale spil in de creatie van je leven in al zijn aspecten en facetten.

Je moet een invloed hebben, omdat je die ervaringen, mensen, plaatsen en dingen die je in je leven ziet en voelt naar je toe trekt. Ze komen van jou naar je toe.

Dit is een zeer belangrijke les, waarvan we hopen dat het onthult dat het afdwalen van gedachten in feite hetzelfde is als het leggen van landmijnen langs je toekomstige pad. Denk erover na.

Als je in gedachten klaagt en een gevecht met je broer of je zus of je vader of je moeder voorstelt, plant je dat gevecht in de toekomst van jou en van die persoon.

Hoe meer je het doet, hoe groter de kans dat die gebeurtenis zich fysiek manifesteert.

Er moet een momentum worden opgebouwd, dat is waar.

Maar de meesten van jullie die aan een bepaald onderwerp knagen (zoals een hond met een bot), blijven er keer op keer op terugkomen.

Pas vandaag nog deze les op jezelf toe.

Weet dat het uiterst belangrijk is dat je dit principe begrijpt.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zullen morgen weer met je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 61

## Ik ben het licht van de wereld.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens.

Daarom begin Ik elke uitspraak die Ik doe met die uitspraak.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens - jullie zijn het licht van de wereld.

Je draagt in je essentie de liefde van God.

Je draagt in je essentie een krachtig creatief vermogen.

Je draagt in je essentie alles wat je nodig hebt, al het begrip dat je nodig hebt, alle passie die je nodig hebt, alle drive die je nodig hebt en alle wijsheid die je nodig hebt om te ervaren wat je wilt ervaren in je incarnatie.

Waarom denk je dat er zoveel moeite wordt gedaan om jou iets anders te leren? Er wordt zoveel moeite gedaan om je te leren over jouw kleinheid, jouw neiging tot ziekte, om je ziek te houden, om je binnen te houden, om je weg te houden van vreugde, om je weg te houden van de buitenwereld en om je onder controle te houden? Omdat jij zo krachtig bent.

Als je niet machtig was, zou deze samenleving je niet zo veel hoeven te beperken, en je niet zo veel hoeven te trainen en te straffen.

Het zou je met rust kunnen laten, want je zou geen problemen veroorzaken.

Je zou zwak zijn, maar dat ben je niet.

Jij bent het licht van de wereld.

Ik ben het licht van de wereld.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zien je morgen weer.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 62

## Vergeving is mijn functie als het licht van de wereld.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Het is de bedoeling dat je gelukkig bent.

Een van de grote verzinsels - we zullen zeggen leugens - die in Mijn leer worden onderwezen, is het vereiste van lijden en opoffering.

Lijden en opoffering wekken wrok en veroorzaken pijn. Geluk niet.

Als je aandacht besteedt aan je geest, als je leert dat wat je denkt de gevoelens veroorzaakt die je voelt en of ze je gelukkig of verdrietig maken, besef je dat lijden een keuze is.

Het lijden is inderdaad een keuze.

Het maakt je niet heilig, het maakt je ellendig.

Ik heb niet geleden aan het kruis.

Toen Ik die les aan mijn discipelen leerde, liet Ik hen zien dat het lichaam niets voor mij betekende en dat Ik niet leed.

De verschijning van dat verhaal en de lagen van onwaarheid die duizenden jaren lang in jullie samenleving op dat verhaal zijn gelegd, zijn leugens.

Het is niet logisch dat de enige Zoon van God zichzelf op een pijnlijke manier opoffert voor de redding van anderen.

Dat is niet logisch.

Wat wel logisch is, en wat logisch is als je erover nadenkt, is dat Ik heb aangetoond dat Ik in staat ben de dood te overwinnen.

Ik demonstreerde mijn vermogen om niet te lijden, en Ik liet zien dat lijden niet nodig is. Dat maakte de kruisiging van mijn lichaam het laatste nutteloze offer dat in deze wereld werd gedemonstreerd.

Het is niet van jou vereist. Je bent ontworpen om gelukkig te zijn.  
Je hebt een begeleidingssysteem dat je gelukkig maakt als het in  
overeenstemming is met de waarheid.  
Het is heel eenvoudig, geliefden.

We spreken hier niet van plezier.  
Lichamelijk genot is iets anders.  
Dat is iets zintuiglijks.  
Geluk is een kwaliteit van de geest.  
Het is iets dat je cultiveert door de manier waarop je met je geest omgaat,  
niet door wat je met je lichaam doet.  
Dat is een ander soort gevoel, en het kan je ongelukkig maken als je voortdurend  
op zoek bent naar lichamelijke genoegens.  
Wij zullen daar op een later tijdstip verder op ingaan.

Weet voor nu dat het de bedoeling is dat je gelukkig bent.  
Als je ongelukkig bent, ben je het spoor bijster.  
Als je niet tevreden bent, ga dan terug naar je les van die dag en vraag of je deze  
hebt toegepast. Deze lessen moeten niet zomaar uit het hoofd worden gezegd,  
ook al voelen ze dat in het begin misschien wel zo.

Terwijl je tijdens het geesttrainingsprogramma rond deze tijd de lessen toepast,  
geloof je echt wat je tegen jezelf zegt. Als je gelooft wat je tegen jezelf zegt en  
de les toepast, zul je niet verdrietig zijn. Je zult gedurende de dag helemaal niet  
lijden, en je zult dagen krijgen, dierbaren, waarop je beseft dat deze lessen je  
vrede bieden. Ze bieden je een andere manier om door je menselijke ervaring te  
navigeren.

Dan vraag je je af: "Als ik me na 60 lessen beter voel, hoe zal ik me dan voelen  
na 360 lessen? En hoe zal ik me voelen als ik dit vijf jaar of tien jaar beoefen?"

Ja, we willen dat je je voorstelt dat je zo gelukkig bent,  
zo vol gezondheid, zo vol vitaliteit, dat je je nauwelijks het leven van  
vóór *'Een Cursus in Wonderen'* kunt herinneren.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zien je morgen weer.



# "Een Jaar van Vergeving"

LES 67

## Liefde schiep mij als zichzelf.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Sommige van de grote verdraaiingen in de leringen van jullie samenleving over mij beweren dat Ik het enige wezen ben dat volledig liefdevol kan zijn.

Ik was de enige gezegende Zoon van God, Ik was speciaal.

Ik was zo anders gemaakt dan jij dat Ik wonderen kon verrichten en voor altijd in de hemel kon leven.

Niet waar, geliefden, niet waar.

Jullie zijn allemaal hetzelfde als Ik.

Er is maar één weg.

Sommigen van ons zijn verder op de weg naar liefde dan anderen, maar jullie zijn allemaal geliefd door die Schepper die jullie God noemen.

Welnu, de Schepper die jullie God noemen, wordt door jullie allemaal verkeerd gedefinieerd. Dat is oké. Over dat soort details maken wij ons geen zorgen.

We willen dat je weet dat jouw terugkeer naar liefde je in staat stelt God in je geest opnieuw te definiëren. Het gaat niet noodzakelijkerwijs eerst om het herdefiniëren van God (hoewel daar in deze les enige implicatie in zit).

Wanneer je het waargebeurde verhaal vertelt van wie je bent in relatie tot die God en wat die God je heeft gegeven - het vermogen om te creëren, lief te hebben en te vrezen - heb je absolute vrijheid gekregen.

Je hebt rondgezworven in de sloot van het leven, zullen we zeggen.

Dit is een zin die onze geliefde graag gebruikt als ze van het pad valt.

Ze noemt zichzelf 'rondfladderend in de greppel', en wij denken dat dit een passende beeldspraak is om in gedachten te houden. Je komt niet vooruit als je in de sloot 'rondfladdert'. Je zit vast in de braamstruiken en de modder en glijdt uit. Je gaat niet richting liefde, maar dat is oké. Het pad blijft daar voor je, vrijgemaakt en verduidelijkt, maar je moet uit de sloot klimmen.

Eén van de dingen die je in de greppel duwt, is je definitie van God.

Je hebt geleerd over een wraakzuchtige God.

Je hebt geleerd God te vrezen.

Er is je geleerd dat je je innerlijke leiding niet kunt vertrouwen:

het kwaad loert daarbinnen.

Ga niet naar binnen. Je zult de duisternis vinden, dus blijf buiten.

Geef je macht over aan wezens die het heel graag van je willen overnemen en die het heel graag over je willen uitoefenen.

Iets voor degenen onder jullie in de moderne Westerse samenleving waarvan we echt willen dat je het begrijpt, is hoe de machteloosheid die je terugziet door onderdrukkende regeringen, toenemende regels en steeds liefdelozere samenlevingen jullie geloof in je machteloosheid weerspiegelt.

Je verandert de wereld door *Een Cursus in Wonderen* te doen.

Ja, het heet niet voor niets *Een Cursus in Wonderen*.

De wereld verandert als genoeg van jullie deze training omzetten in wonderbaarlijk denken door jezelf op één lijn te brengen met de waarheid en liefde, omdat liefde alles bij elkaar houdt.

Zelfs degenen die macht over je uitoefenen, zijn er dol op.

Het is hun liefdesrelatie met macht die hen het vermogen geeft om deze te creëren. Het geeft hen het vermogen om situaties en structuren in jouw wereld te creëren die je leren dat je machteloos en klein bent.

Je moet nu je bewustzijn van de aanwezigheid van liefde terugnemen.

Je moet zeggen: "Wacht even. Ik heb óók het vermogen om me op liefde af te stemmen. Waar houd ik van? Wat wil ik creëren?"

Waarover spreekt God tot mij via mijn passies?"

Is het gelijkheid voor alle rassen over de hele planeet? Werk daar dan naartoe.

Is het zorg en liefde voor dieren? Werk daar dan naartoe.

Vecht niet tegen het kwaad, maar investeer jouw dagelijks leven met liefde voor de dingen waarvan je geleid wordt dat ze versterken en verbeteren.

Je moet goed opgeleid zijn om je liefde voor iets, je passie voor iets te kunnen begrijpen. Het maakt niet uit of het kunst of dieren, biologische landbouw of onderwijs betreft.

Als dat je passie is, dan is dat God die door liefde tot je spreekt.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zullen morgen met je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 178

Herhaling V: Deel 8

## God is louter liefde, en dus ben ik dat ook.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Waar we je nu aan zullen herinneren, is je liefdevolle aard, je verlangen om je af te stemmen op Alles Dat Is.

Alles om je heen - alle mensen, plaatsen en dingen - demonstreert je bewustzijn door de film van je leven te spelen. Net zoals wanneer je getuige bent van een film op het filmscherm, zie je dat er personages zijn: de 'good guy' en de 'bad guy'. Je ziet dat het script voor hen is geschreven. Ze verkleden zich in kleding, gaan op reis en beleven avonturen. Het goede zegeviert over het kwade.

Jouw leven is hetzelfde verhaal. Het is een film die jij hebt geschreven, geregisseerd en waar je volledig aan hebt meegewerkt. Daarom is het zinloos om het aan te vallen en te beoordelen.

Jij bent de maker van de film. Als je een film niet leuk vindt, ren je niet naar boven om het filmscherm te veranderen, of wel?

Dit scherm toont de acteurs en spelers op het scherm van je leven - de mensen om je heen en de ervaringen die je hebt.

Je gaat naar de projector en je verandert hem daar. Je knipt de scènes uit die je niet wilt, verwijdert de acteurs die je niet wilt, of verwijdert de pluis van de lens die de onvolkomenheden veroorzaakt die je ziet.

Daar gaat deze studieperiode over. Het gaat erom het onware idee uit je geest te verwijderen dat je alleen bent, een slachtoffer van deze wereld, dat God niet van je houdt en dat God je in de steek heeft gelaten. Dit zijn allemaal onzuiverheden op de projector die je moet verwijderen om de film goed te kunnen zien.

Dat is wat vergeving is. Je begrijpt alleen dat de onvolkomenheden in de film van de projector komen en niet van het scherm.

Dit is een eenvoudige maar krachtige analogie, omdat jullie allemaal begrijpen hoe dwaas het is om naar het scherm te rennen om te proberen dat beeld weg te wrijven.

Dat is wat je doet als je aanvalt, oordeelt of zegt dat "deze" persoon slecht is, "die" persoon kwaad is, of "deze" situatie onhoudbaar is. Als je een situatie observeert die niet in overeenstemming is met liefde, dan moet je, via de projector, liefde aan die situatie toevoegen. Je moet van gedachten veranderen en liefde toevoegen.

Dit is waar het vechten van oorlogen ontstaat, wanneer wezens die mensen, plaatsen en dingen aanvallen die daar buiten hun controle lijken, in plaats van hun gedachten en de frequentie van hun gedachten te veranderen, zodat de film die transformatie weerspiegelt.

Ze rennen naar voren en proberen het scherm te veranderen door een land te bombarderen of een ander wezen aan te vallen, en het is inderdaad dwaas.

Je ziet hoe dwaas oorlog is.

Het gaat maar door, want je verandert niets.

Je verandert nooit de mentale structuur die veroorzaakt dat het beeld verschijnt.

Word wijs, lieve wezens.

Verander in je leven je gedachten over alles dat geen beeld vertoont dat je graag ervaart.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zullen morgen weer tot je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 214

Herhaling VI: Deel 14

Ik ben geen lichaam. Ik ben vrij,  
want ik ben nog steeds zoals God mij heeft geschapen.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

"Ik leg de toekomst in Gods handen"

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Dit is de bron van de meeste van je zorgen: spijt en verwijten over het verleden, schuld of schaamte, en zorgen en angsten over de toekomst.

Je leeft in een fictieve wereld als je je focust op het verleden of de toekomst.

Als je niet aanwezig bent bij wat je doet, ben je dat ook niet werkelijk aan het doen.

Je verspilt je tijd, want je bent aan het herbeleven of aan het projecteren.

Velen van jullie leven meestal in die twee fantasiewerelden.

Dus als we het hebben over aanwezigheid, dan is dat wat we zoeken.

We zoeken aanwezigheid, want dat is het enige echte punt van schepping (nieuwe schepping).

Als je over het verleden piekert, besmet je het eeuwige nu met het verleden, en je zult een toekomst creëren die eruitziet als je verleden.

Als je een wrok hebt, laten we zeggen, of een misbruik of trauma waar je aan blijft denken, zeg je tegen het universum: "Daar wil ik meer van."

Je eeuwige nu - dat frisse moment dat jullie allemaal gelijkelijk krijgen - wordt besmet door je vrije wil en het ongepast gebruik van je geheugen.

Het vervuilt het eeuwige nu.

Welnu, degenen onder jullie die lijden aan posttraumatische stressstoornis of trauma's realiseren zich niet dat je dit vrijwillig doet.

Je realiseert je niet dat het zo'n gewoonte is geworden om ofwel het verhaal te vertellen of na te denken over wat jou is overkomen of het opnieuw bekijken van de situatie uit het verleden wat je hebt gedaan, dat je niet beseft dat je je eigen trauma hebt gevoed.

We geven het slachtoffer hier niet de schuld. We zeggen dat een slechte zaak jou is overkomen, maar het is jou maar één keer overkomen.

Als je doorgaat om erover na te denken, er verhalen over te vertellen, er met mensen over te praten en hiervoor naar therapeuten te gaan, zul je jezelf opnieuw oneindig traumatiseren. Jij zorgt ervoor dat je toekomst een vergelijkbare vibratie zal zijn.

Je moet de toekomst aan God overdragen en zeggen:

"Ik zal nu hier zijn in het heden, erop vertrouwend dat zolang ik in afstemming ben met liefde, alles goed komt, want jij, God bent liefde, en ik ben in afstemming met uw wil voor mij wanneer ik in een plaats van liefde ben."

Het is erg makkelijk.

Aanwezigheid is niet een of andere esoterische, zeldzame eigenschap die monniken hebben; het is iets waar jullie allemaal naar moeten streven.

Gebruik je zintuigen om je in het huidige moment te houden.

Zie waar je naar kijkt. Proef wat je proeft. Voel wat je voelt, en weet dat eindeloos piekeren over het verleden en de toekomst echt tijdverspilling is.

Ik ben diegene die je kent als Jezus, en we zullen morgen weer met je praten.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 218

Herhaling VI: Deel 18

Ik ben geen lichaam. Ik ben vrij,  
want ik ben nog steeds zoals God mij heeft geschapen.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

"Alleen mijn veroordeling verwondt me"

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Het is zo belangrijk voor je om te onthouden dat wanneer je een ander veroordeelt, jij alleen lijdt. Wanneer je een ander veroordeelt, ben jij het alleen die pijn voelt. Wanneer je een ander veroordeelt, ben jij de enige die verliest.

Er is een idee in het denksysteem van het ego dat aanvallen je iets oplevert, en dit is een fundamentele lering van het denksysteem van het ego:

dat als je iets wilt, aanvallen de manier is om het te krijgen.

Maar je krijgt niets door aan te vallen.

Je bevordert de afscheiding alleen maar, waardoor je lijden nog groter wordt.

Dus vergeving is niet echt iets voor iemand anders, wat een van de grote misvattingen over vergeving is. Het is voor jou.

Als je een ander vergeeft, stop je met lijden.

Wanneer je een ander vergeeft, veroorzaak je niet langer afgescheidenheid in jezelf.

Wanneer je een ander vergeeft, wordt je geest gereïntegreerd en heel, en heb je toegang tot die gereïntegreerde geest. Je hebt toegang tot die gemoedsrust.

Je hebt toegang tot de vrijheid van meedogenloze gedachten over iemand met wie je een wrok koestert. Je krijgt het voordeel van je geest terug en je frequentie gaat omhoog, en dat betekent dat je betere ervaringen zult hebben, betere ontmoetingen, wat je toegang geeft tot dingen met een hogere frequentie.

Wat jouw wrok ook is, groot of klein, het zijn jouw oordelen.

Het zijn jouw gedachten die zich aan jou laten zien, en jij lijdt. Doe dit niet meer.

Stap terug van het constant geven van jouw mening en het aangaan van argumenten, vooral op sociale media. Je wordt gemanipuleerd door de massamediasystemen, die constant kansen voor het ego ontwerpen om op te flakkeren, ruzie te maken, te oordelen en te worstelen, en door mee te doen, verlies je.



Dit is een van de redenen waarom we je vertellen om je televisies uit te zetten en je sociale media te filteren: zodat je niet in provocerende situaties terechtkomt. Het is niet om je een spottend zwakkeling te maken, oh nee, maar om jouw kracht terug te krijgen van deze nutteloze verspilling.

De verspilling van energie die wordt gedemonstreerd in jullie massamedia en sociale mediasystemen is belachelijk. Je wordt bespeeld en je energie wordt van je weggezogen zodat je er geen toegang toe hebt. Zet het uit.

Stop met deelnemen aan argumenten en oordelen; focus in plaats daarvan op het ontwikkelen van je bewustzijn, passies en verbinding met het goddelijke. Je zult meer invloed hebben, je zult vrediger zijn en je zult gelukkiger zijn. Je zult geen simplistische deurmat zijn; je zult echt krachtig zijn.

Ik ben diegene die je kent als Jezus, en we zullen morgen met je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 302

## Waar duisternis was, kijk ik naar het licht.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Het moeilijkste deel van het vergevingsproces is het besef dat je wilt oordelen, dat je wilt haten en dat je wilt scheiden. Dit is een van de grootste realisaties die je in dit proces zult bereiken, want als je besluit een bepaalde actie, persoon, plaats, ding of ervaring te vergeven, zul je beseffen dat er een deel van jou is dat niet wil vergeven. . Er is een deel van jou dat haat wil vasthouden.

En dat deel koos ervoor om in scheiding te komen om niet-liefde te ervaren.

Het is moeilijk voor te stellen, dat weten we.

Het is moeilijk te geloven dat enig bewustzijn ervoor zou kiezen om dit te doen, en dit is in strijd met veel overtuigingen en geloofssystemen die je in jouw wereld hebt – dat God je geschapen heeft om naar deze plek te komen. Nee.

God heeft jou geschapen, maar jij hebt ervoor gekozen om in deze lagere frequentie-ervaring te komen om de afgoden te achtervolgen en de dingen te ervaren die je in fysieke vorm wilde ervaren.

Nu hoeft het gescheiden zijn op zichzelf geen ramp te zijn.

Wat je moet leren is niet te haten, niet te oordelen, en je niet verder van de liefde af te scheiden.

In een lichaam zijn – mens zijn terwijl je deze scheidingservaring hebt – is al erg genoeg, zelfs als je het naar je zin hebt.

Jullie worden nog steeds door heel veel dingen uitgedaagd, waaronder jullie lichaam, het ouder worden en alle aspecten van de fysieke ervaring die jullie moeten doormaken als jullie ervoor kiezen om afgescheiden te zijn.

Zelfs het geboorteprocess is heel erg uitdagend.

Zorg ervoor dat je deze wereld waarheidsgetrouw ziet, wat een vorm is van scheiding van liefde. Dat betekent dat er een deel van jou is dat dit wilde.

Er is een deel van jou dat er nu genoeg van heeft en minder gecharmeerd is, omdat je een paar decennia op deze planeet hebt doorgebracht, en dat is het deel dat vrede zoekt en naar huis wil terugkeren. Het is niets om verdrietig over te zijn.

Het is niets om te haasten; het is niets om bang voor te zijn.

Jouw Thuis in God wacht op je, wat je ook besluit te doen in deze incarnatie.

Maar hoe verder je afdwaalt in de scheiding, hoe meer lijden en pijn je zult hebben.

Zo simpel is het.

Maak het verminderen van de scheiding door de daad van vergeving tot jouw belangrijkste richtlijn, en alle andere dingen zullen naar je toe komen.

Ik ben degene die jij kent als Jezus, en morgen spreken we je weer.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 305

## Er is een vrede die Christus ons schenkt.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben degene die je kent als Jezus.

Het Christusbewustzijn is alles-liefdevol en alles-vergevingsgezind.

Dat is waarheen wij jullie door deze lessen en leringen leiden.

Maar het is een beslissing die je elk moment kunt nemen om ervoor te kiezen niet te oordelen, om ervoor te kiezen jezelf of iemand anders niet te haten, en je over te geven aan wat is – niet met de zwakte van een deurmat, waar je zo bang voor bent, maar met de wetenschap dat het leven je overkomt en door je heen komt op een manier die voor jou gunstig is.

Ook al word je met uitdagingen of problemen geconfronteerd, het zijn in feite kansen voor jou om je bewustzijn te vergroten, en dit is waar we willen dat je je standpunt over de negativiteiten in je leven verandert – of het nu een verdraaide enkel is, een groter gezondheidsprobleem, een echtscheiding of verlies van werk. Zie dit als mogelijkheden voor uitbreiding. Ze passen op de een of andere manier bij je.

De frequentie van deze ervaringen komt op de een of andere manier overeen met een deel van jou, en de manier waarop jouw bewustzijn aan jou wordt onthuld is door jouw levenservaring.

Als er verborgen of onbewuste negatieve overtuigingen in je leven spelen, moet je ze onthullen, omdat je ze voor jezelf verborgen hebt gehouden. Ze zijn diep onder de grond gegaan door angst, schuldgevoel of schaamte, of misschien zijn ze ondergedoken voor eenvoudige onbewustheid, en nu zijn ze aan het creëren/miscreëren.

Ze produceren negatieve ervaringen voor je.

Wanneer je een 'negatieve' ervaring tegenkomt, moet je jouw verhaal opnieuw formuleren. In plaats van te zeggen: "Dit zou mij niet moeten overkomen", kun je zeggen: "Ik ben blij dat ik dit laagfrequente aspect van mijn onderbewustzijn zie. Het heeft deze ervaring tot stand gebracht."

Beter gezien dan ongezien of beter buiten dan binnen, zeggen wij.

Probeer vanaf nu te begrijpen dat jouw problemen jouw gaven en kansen zijn om te zien waar je van het goede spoor afdwaalt.

Wanneer ze in fysieke zin zijn ontstaan, door ziekte of letsel, weet je dat ze krachtig zijn en dat je er echt in gelooft.

Kijk wat je problemen in je teweegbrengen, en begrijp dat dit de manier is waarop je liefdeloze overtuigingen uit je geest kunt verwijderen om je te helpen richting het Christusbewustzijn te gaan dat je alomvattende vrede zal brengen.

Velen van jullie hebben nu geen vrede, maar jullie worden steeds vrediger.

Naarmate je vrediger wordt, meer in lijn met de Christusenergieën, zullen de verstoringen, schuldgevoelens, schaamte of angst die je af en toe ervaart veel duidelijker en gemakkelijker te identificeren worden, omdat de rest van je dag vrediger zal zijn.

Beschouw je frustraties dus niet als: "Ik ben een slechte student van Een Cursus in Wonderen." Zie je ontsteltenis als: "Oh, hier is een klein stukje van mijn onbewuste geest dat aan mij is onthuld. Wat is er net gebeurd? Waarom ben ik zo boos? Waarom ben ik boos? Waarom ben ik bang? Laat me kijken naar wat er in mij is ontstaan en dankbaar zijn dat het is geactiveerd."

Ik ben degene die je kent als Jezus. Wij zullen morgen weer tot je spreken.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 306

## Het geschenk van Christus is alles wat ik vandaag zoek.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

In jullie samenleving noemen jullie mij Jezus Christus.

Het “Christus” gedeelte van die nomenclatuur verwijst naar wat er met mij gebeurde als gevolg van mijn praktijk van vergeving. Dat is wat er met mij gebeurde.

Ik wil niet dat je denkt dat ik specialer ben dan jullie.

Ik ben inderdaad de ‘oudere broer’ waar Een Cursus in Wonderen naar verwijst.

Het verwijst naar een meer ervaren, wijzer wezen dat je kan instrueren hoe je daar zelf in kunt rijpen, en daar zijn deze lessen voor.

Wij vragen jullie om uit de krankzinnige, inconsistente en gewelddadige manieren van het ego te rijpen tot een liefdevoller wezen.

Velen van jullie zullen zeggen: “Ik ben niet inconsistent. Ik ga elke dag naar mijn werk. Ik ben niet gewelddadig. Ik schiet niemand neer.”

Ga nu naar je innerlijke wereld en vraag jezelf af: “Hoe consistent is mijn innerlijke wereld? Hoe kalm en liefdevol is mijn innerlijke wereld?”

We bedoelen niet het gedrag dat jullie door conditioneringsprogramma’s is aangeleerd. Wij bedoelen de waarheid van wat je van binnen bent.

Onthoud dat jouw manifestatie een weerspiegeling zal zijn van de waarheid van wat je van binnen bent, niet je sociale gezicht en niet het gezicht van onschuld dat het ego op je schildert, maar de waarheid van je interne frequentie – alle ups en downs, de haat, de angsten en de zelfhaat die daarin besloten liggen.

En daarom heb je het gezegde ‘slechte dingen overkomen goede mensen’, omdat het gedrag van mensen goed lijkt. Ze lijken aardig, vriendelijk en beleefd, maar van binnen kunnen ze ziedend zijn van frustratie, woede en schaamte.

Dat is wat zal resulteren in wat jij als het “slechte” beschouwt.

Onthoud dat er op deze aarde geen geheimen worden bewaard.

Zelfs als de woorden niet worden uitgesproken, zendt jouw frequentie voortdurend uit wat je gelooft, voelt en denkt – de hele tijd.  
En het universum luistert en brengt je reflecties van die frequentie.

Stop alsjeblieft met het spelen van het slachtoffer.  
Stap jouw Christusschap binnen en train jouw geest in liefde.

Als je een liefdeloos deel van je geest tegenkomt, veroordeel jezelf dan niet.  
Zeg in plaats daarvan: "Je mag niet langer in mijn heilige ruimte verblijven.  
Je moet gaan. En om dat vertrek af te dwingen, ga ik de gedachten die je genereert niet langer geloven. Ik ga niet doen alsof wat je zegt waar is, omdat ik voel dat de frequentie liefdeloos is."

Dit is de verantwoordelijkheid die jullie allemaal dragen, omdat jullie een vrije wil is gegeven. Die verantwoordelijkheid is om te stoppen met het geloven van elke gedachte die deze liefdeloze overtuigingen oproepen, en om te stoppen met te doen alsof elk idee dat je in je hoofd hebt waar is, of het nu hatelijk is of niet.

Gebruik je vrije wil om voor Christusachtig gedrag te kiezen.  
Wij herinneren je er altijd aan om jezelf te betrekken bij dat liefdevolle principe.

Ik ben degene die jij kent als Jezus, en morgen spreken we je weer.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 342

Ik laat op alles vergeving rusten,  
want zo wordt vergeving mij geschonken.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Het universum weet wat je wilt. Het weet waar je van houdt.

Het weet wat in jouw belang is en je hoeft alleen maar uit de weg te gaan.

Het enige wat je hoeft te doen is je voet van de rem van het oordeel halen en deze loslaten door vergeving, zodat je kunt accelereren op het door jou gekozen pad.

Het pad dat je koos voordat je in fysieke vorm naar deze planeet kwam, werd gebouwd door samenwerking met je gidsen en leraren op basis van de ervaringen die je al had – de ervaringen waarmee je worstelde.

Er is een plan voor je leven gemaakt om je alle kansen te bieden om datgene los te laten wat je niet dient en je uit te breiden naar dat wat liefde is.

Alles wat je bent tegengekomen, geeft je de kans om keer op keer vergeving te beoefenen, en het zal naar je toe blijven komen om je de kans te geven om vergeving te beoefenen, niet om op dezelfde plek te blijven, wat er gebeurt als jij blijft oordelen.

Integendeel, het zal je verder brengen, omhoog naar de sferen waarvoor je hier kwam om te ervaren.

Je bent hier niet gekomen om het verleden steeds opnieuw te ervaren, maar er waren bepaalde dingen die in je geest aanwezig waren en waar je mee om moest gaan. Deze dingen zijn vaak vertegenwoordigd in jouw geboortefamilie, en jouw geboortefamilie is een groot deel van jouw vergevingspraktijk.

Je moet in de loop van de tijd vrede sluiten met alle leden van je geboortefamilie. Wanneer je vrede hebt gesloten met je geboortefamilie, ben je klaar met de zaken waarmee je hier bent gekomen. Dan kun je je wenden tot dat wat je wilde creëren.



Als je een gelukkige relatie hebt met je familie, dan was dat niet jouw opdracht in deze incarnatie. Maar als je lastige, moeilijke en schurende relaties hebt met je geboortefamilie, begin dan daar. Begin daar met je vergevingswerk, want je kunt niet echt vooruitgaan naar je meest schitterende toekomst – de gelukkige droom – totdat deze wezens vergeven zijn.

Je hebt ze alleen maar gekozen omdat ze op de een of andere manier bij je pasten, en dat is het grootste besef dat velen van jullie kunnen maken: dat een aspect van jou overeenkomt met die wezens, over degenen over wie je zo hard oordeelt.

Draai het om. Telkens wanneer je merkt dat je familieleden ergens van beschuldigt, kun je jezelf de vraag stellen: "Ben ik ooit zo?"

Op een dag zul je vast en zeker beseffen: "O mijn hemel, ik ben net als zij.

Bij mij ziet het er gewoon een beetje anders uit.

Daarom zijn wij hetzelfde.

Daarom vergeef ik hen, zodat ik vergeven kan worden."

Het is een krachtig genezingsproces, deze beoefening van vergeving, en we herhalen het keer op keer op keer, omdat de beoefening van het ego oordelen is.

Dus we zullen dit keer op keer op keer herhalen, en op een dag zul je ons horen.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en morgen spreken we je weer.

# "Een Jaar van Vergeving"

LES 354

Wij zijn samen, Christus en ik, in vrede en zekerheid van doel.  
En in Christus is zijn schepper, zoals Christus in mij is.

Volg de volledige lesrichtlijnen in je ECIW-boek.

Jullie zijn inderdaad gezegende wezens. Ik ben diegene die je kent als Jezus.

Het Christusbewustzijn is een allesdoordringende energie van eenheid.

Het is dat waar jullie allemaal deel van uitmaken, maar waarvan je bent vergeten dat je er deel van uitmaakt.

Jij bent inderdaad heilig.

Jullie zijn allemaal heilig, op elke unieke manier waarop jullie gemaakt zijn.

Jullie maken allemaal deel uit van de Christusgeest, en jullie zijn allemaal delen van God.

Deze scheiding waarin je bent gevallen, als een donkere droom, is niet echt.

Jullie zijn allemaal verbonden. Jullie zijn allemaal één.

Jullie zijn allemaal geliefd.

Je moet je hier nu op concentreren. Je moet dit zo vaak mogelijk in je bewuste geest naar voren brengen: dat jullie allemaal verbonden zijn, dat jullie allemaal één zijn en dat jullie allemaal geliefd zijn.

Jullie zijn allemaal gelijk in de ogen van God.

Als je nadenkt over de dingen die je van streek maken, komt dat omdat je

iemand als onwaardig of slecht hebt beschouwd vanwege wat hij of zij doet.

Je vindt een situatie onhoudbaar of onjuist, terwijl deze al heeft plaatsgevonden.

Dit zijn de dingen die jouw lijden veroorzaken.

Het is jouw meedogenloze oordeel en het vasthouden aan de overtuiging dat jij de leiding hebt over alles en dat alles moet gaan zoals jij wilt.

De waarheid is dat alles al jouw kant op gaat, omdat er veel van je gehouden wordt. Je wordt diep gerespecteerd en diep geëerd door dat wat jij God noemt.

Je hebt een vrije wil gekregen.

Jullie hebben keuzevrijheid gekregen, en dat is het grootste respect dat jullie kan worden betoond. Gebruik je vrije wil en je unieke levensvisie.

Als je elke dag beslissingen neemt, weet dan dat je innerlijke leiding – datgene dat je het gevoel geeft dat je ergens op één lijn zit – te vertrouwen is.

Het is jouw onzichtbare navelstreng naar het Goddelijke.

Het is jouw verbinding met het Christusbewustzijn, en het is jouw verbinding met mij. Ik ben altijd bij je en ik zal alles doen wat ik kan om je altijd op je reis te begeleiden.

Ik ben degene die je kent als Jezus, en we zullen morgen met je spreken.