Positiviteit en negativiteit: één energiestroom

2 december 1966
lezing 148

"Gegroet, beste vrienden. Mogen jullie gesterkt en verlicht worden door de zegen van de scheppende intelligentie die overal om jullie heen en in jullie aanwezig is zodat deze woorden weerklank vinden en jullie helpen op je pad naar je ware zelf.

De meeste van mijn vrienden hebben nu een laag in zichzelf ontdekt waar ze oog in oog met hun destructiviteit staan. Velen van jullie zijn tot dit bewustzijn gekomen. En ik bedoel meer dan de ontdekking van alleen maar een emotie, bijvoorbeeld de erkenning van een kortstondige vijandigheid; ik bedoel een algemene, doordringende, wezenlijke, aanhoudende destructiviteit die aldoor heeft gesluimerd en alleen maar werd toegedekt. Het is een heel andere ervaring om deze laag in jezelf vast te stellen en te voelen, en ook te voelen in welke toestand je verkeerde voordat dit verdrongen werd. Je bent nu in een stadium waarin je kunt waarnemen dat je destructief denkt, voelt en handelt, terwijl je dat eerst hoogstens alleen theoretisch besefte en het bestaan daarvan alleen maar uit de onprettige manifestaties in je leven kon afleiden. Nu worstel je met het probleem hoe je uit die toestand kunt komen, want je hebt er een hekel aan. Je weet en begrijpt zelfs heel diep dat destructiviteit volkomen zinloos is en nergens toe dient. Niettemin merk je dat je niet in staat bent deze destructiviteit los te laten. Om dat wel te kunnen is het noodzakelijk dat je de aard van destructiviteit veel beter begrijpt dan je nu doet.

Dit is het voornaamste onderwerp van deze lezing. Het is niet gemakkelijk om zo bewust te worden dat je jezelf destructief kunt zien denken, voelen en handelen, en dan ook nog te beseffen dat dit jouw lijden veroorzaakt maar dat je volstrekt niet in staat en bereid bent om

deze manier van zijn op te geven. Ik zou kunnen zeggen dat het al een belangrijke stap is om je van je destructiviteit bewust te zijn. Maar om het tweede deel van deze specifieke fase van je ontwikkeling te voltooien dat wil zeggen je destructiviteit *los te laten,* moet je de aard van destructiviteit beter begrijpen. Zoals gewoonlijk maakt dit een paar herhalingen noodzakelijk; zonder deze herhalingen kan ik het onderwerp niet diepgaand behandelen.

Het hele probleem van een dualistische voorstelling van het leven heeft veel te maken met het feit dat de destructiviteit in de mens niet wordt begrepen. De mensheid denkt altijd in tegenstellingen: een destructieve kracht tegenover een constructieve kracht. Zelfs degenen van jullie die theoretisch heel goed weten dat een dergelijke scheiding niet bestaat, zijn geneigd te denken: 'Dit zijn mijn negatieve gevoelens, ik zou willen dat ik in plaats daarvan positieve gevoelens kon hebben.' Of je denkt dat een nieuwe reeks gevoelens zal volgen nadat de negatieve verdwenen zijn, alsof die nieuwe gevoelens uit een heel andere energie of heel ander psychisch materiaal zouden bestaan. Wanneer de mens het over die twee krachten heeft, die twee reeksen gevoelens, dan is dat een manier van spreken, het is een manier om twee soorten ervaringen uit te drukken. Deze manier van spreken is een uitdrukking van de dualistische misvatting in het bewustzijn van de mens.

In feite is er maar één kracht. Het is heel belangrijk dit te begrijpen, vrienden, vooral wanneer je met je eigen destructiviteit en negativiteit te maken krijgt. Er is één levenskracht die elke uitdrukking van het leven bezielt. Dezelfde levenskracht kan op een constructieve, positieve, bevestigende manier stromen of kan een destructieve, ontkennende stroming worden. Om het specifieke en persoonlijke karakter van dit proces te kunnen begrijpen, zal ik het bespreken vanuit het gezichtspunt van de mens in verhouding tot zijn leven. Algemene spirituele principes zal ik alleen aanroeren wanneer dat nodig is om het hele onderwerp te begrijpen.

Eerst wil ik herhalen dat de onvervalste levenskracht als zodanig volkomen constructief, volkomen goed, volkomen positief en levensbevestigend is. Daarom brengt hij voor elk levend, voelend en waarnemend bewustzijn algeheel genot voort. Hoe vollediger dit bewustzijn is ontwikkeld, des te vollediger is het genot dat het van en door de zuivere levenskracht kan ervaren, op welke manier dat ook mag worden uitgedrukt. De zuivere levenskracht kan alleen maar schoonheid zijn.

Elk levend organisme is van nature geneigd deze mogelijkheid te verwezenlijken - een pasgeboren baby, een plant, een cel. Wanneer deze natuurlijke voortgang wordt verstoord, wordt de energiestroom die zich wil uitdrukken geblokkeerd en kan niet meer naar zijn bestemming stromen. De natuurlijke voortgang wordt verhinderd door omstandigheden die uiterlijk of innerlijk (of beide) kunnen zijn. Wanneer het kleine kind in zijn omgeving omstandigheden tegenkomt die zijn natuurlijke voortgang verhinderen, hangt de omvang van de schade af van de mate waarin het vrij is van *innerlijke* blokkades. Als er innerlijke blokkades sluimeren omdat die in vorige levens niet zijn opgeruimd, zullen de uiterlijke negatieve omstandigheden een ernstige blokkade scheppen en de energiestroom bevriezen en tot een verharde psychische massa doen verstenen. Als er geen eerder gevormde blokkades bestaan, zullen de uiterlijke negatieve omstandigheden de stroom van de levenskracht alleen tijdelijk verstoren. De aanhoudende problemen in het leven van de mens zijn een gevolg van dergelijke geblokkeerde energie. Blokkades kunnen alleen worden opgeheven wanneer je het verband tussen de innerlijke en uiterlijke negatieve omstandigheden volledig begrijpt. De onvolwassen eigen vermogens van het kind maken een doeltreffende aanpak van de negatieve toestand onmogelijk. De uiterlijke negatieve toestand kan daarom nooit geheel verantwoordelijk zijn voor de verdichting van energie, voor de verlamming van de levensstroom. Die toestand kan alleen de uiteindelijke activerende factor zijn die de sluimerende negatieve innerlijke toestand oproept.

Waar de uiterlijke negatieve omstandigheden de sluimerende innerlijke negatieve toestand activeren, bevindt zich het punt waarop de positieve levenskracht een destructieve anti-levenskracht wordt. Gevoelens van liefde veranderen in angst en vijandigheid, vertrouwen wordt wantrouwen, enzovoort. Uiteindelijk wordt de negatieve kracht zo ondraaglijk dat ze volledig wordt verdoofd.

Voor iemand die zich op een pad als dit bevindt, is het heel belangrijk duidelijk te begrijpen dat de negatieve emotie niet kan worden vervangen door een andere, positieve emotie. Ze moet weer tot haar oorspronkelijke staat worden teruggebracht. Hoe gaan we hierbij te werk, vrienden? leder moet voor zichzelf de manier vinden om deze energiestroom weer in haar oorspronkelijke staat terug te brengen. Elke onaangename, problematische, zorgwekkende manifestatie in je leven is het gevolg van een herhaling - waar oorspronkelijk in dit leven de

positieve, genot brengende kracht werd geblokkeerd of gehinderd en daarom in ongenoegen veranderde.

Nu is het niet juist om van dit ongenoegen te zeggen dat er geen enkel genot in aanwezig is. Ik heb dat in een ander verband al eerder gezegd, [1] maar het wordt niet voldoende begrepen, dus kom ik erop terug om het vanuit een nieuw gezichtspunt te bespreken. Als je in je poging om negativiteit te overwinnen schaakmat komt te staan, is het uiterst belangrijk om diep in jezelf het plezierige aspect in deze negativiteit te voelen, ook al ben je je meer bewust van de pijn. Natuurlijk zijn er ook andere, jullie reeds bekende redenen die het zo moeilijk maken destructiviteit in jezelf op te ruimen - het verlangen om te straffen, of de dwingende onderstroom die destructiviteit en negativiteit vaak creëren. Het denkbeeld is: 'Als ik ongelukkig genoeg ben, bewijs ik hoe fout de wereld is omdat ze mij niet geeft wat ik wil.' Maar dat zijn niet de diepste redenen die het zo moeilijk maken je van negativiteit te ontdoen. Het is noodzakelijk eerst intuïtief en dan heel specifiek te voelen dat er tegelijkertijd zowel genot als ongenoegen in je negativiteit zit.

Dit wordt heel begrijpelijk wanneer je het proces bekijkt vanuit de uitleg die ik heb gegeven. Het genotprincipe kan zelfs in zijn vervorming nooit volledig afwezig zijn. De fundamentele bestanddelen moeten er altijd in aanwezig blijven, hoe diepgaand de vervorming ook is en hoe moeilijk het daarom ook is de oorspronkelijke aard van de levensstroom te ontdekken. En dat is nu juist de reden waarom het zo moeilijk lijkt je van negativiteit te ontdoen**.** Er is altijd een plezierige kant aan. Wanneer je begrijpt dat alleen de *uitdrukkingsvorm* veranderd moet worden, zodat dezelfde levensstroom zijn oorspronkelijke weg weer kan vervolgen, dan kun je je negativiteit kwijtraken. Wanneer je begrijpt dat je de pijnlijke aspecten ervan kunt opgeven terwijl de plezierige aspecten toenemen, dan kan de negativiteit zichzelf transformeren. Wanneer je begrijpt dat er geen nieuwe reeks emoties zomaar uit de lucht komt vallen, maar dat dezelfde stroom zich anders manifesteert, dan gebeurt wat nu moeilijk lijkt vanzelf. Als je zo

[1] Zie lezing 119 'De drie-eenheid van het leven, bewegen, bewustzijn en ervaren – het genotprincipe als essentie van het leven',
lezing 135 'Beweeglijkheid in ontspanning; lijden, ontstaan door het verbinden van levenskracht aan negatieve situaties' en
lezing 140 'Conflict tussen positief en negatief plezier, oorzaak van pijn'
(Noot vertaler)

mediteert, kun je je bewust gaan worden van het plezier dat aan je destructiviteit verbonden is. In plaats van je schuldig te voelen over dit plezier en het bijgevolg te onderdrukken, kom je in de positie waarin je de stroom kunt laten gaan en zichzelf kunt laten uitdrukken zodat hij zijn oorspronkelijke vorm weer kan aannemen.

Juist het feit dat plezier en destructiviteit met elkaar verbonden zijn, is bevorderlijk geweest voor het wijdverspreide schuldgevoel dat de mensheid heeft met betrekking tot alle prettige ervaringen. En dat is op zijn beurt weer verantwoordelijk voor het verdoven van alle gevoelens want hoe kan genot worden vrijgemaakt van destructiviteit wanneer beide als even slecht worden gezien? En toch weet de mens heimelijk dat hij niet zonder genot kan leven want Leven en genot zijn een en hetzelfde. Wanneer plezier met destructiviteit verbonden is, kun je de destructiviteit niet opgeven. Dat is alsof je Leven zelf opgeeft. Dit brengt een situatie teweeg waarin de mens op één niveau van zijn innerlijk leven zowel aan genot als aan destructiviteit vasthoudt, en zich schuldig en bang voelt met betrekking tot beide terwijl hij op een meer bewust niveau verdoofd is en weinig of niets voelt.

Algemene kennis van dit onderwerp is niet genoeg. Je moet het op je eigen specifieke omstandigheden toepassen. Wat is op dit moment de uiterlijke manifestatie die jou voortdurend kwelt - geen kortstondige ervaring die veroorzaakt wordt door een eenmalige omstandigheid en die verdwijnt wanneer zich nieuwe omstandigheden voordoen, maar meer de problemen in je leven waarmee je niet in het reine kunt komen? Om deze omstandigheden (die we ‘beelden’ noemen en die steeds weer nieuwe gelijksoortige omstandigheden scheppen) echt op te lossen, moet je de geblokkeerde en verlamde energie weer stromend maken. En dat kan alleen wanneer je in deze bijzondere fase van je ontwikkeling om te beginnen het plezier in je destructiviteit vaststelt. Je moet het plezier voelen dat verbonden is aan het ongenoegen van het probleem. Daarvan moet je je duidelijk bewust worden.

Daar het genotelement in de levenskracht zich in het leven van de mens op de eerste plaats als ‘seksualiteit’ manifesteert, bevat geblokkeerde energie, geblokkeerde seksuele energie. Daaruit volgt dat uiterlijke problemen symbolisch of representatief moeten zijn voor de manier waarop de seksuele energie voor het eerst door uiterlijke omstandigheden werd tegengehouden. De pijn van dit tegenhouden heeft de destructiviteit veroorzaakt die tegelijkertijd aspecten van het

genotprincipe in zich draagt. Daarom vertegenwoordigt elke moeilijke situatie in het leven diep in de psyche een seksuele fixatie waarvoor de mens bang is en wegloopt. Omdat hij die niet onder ogen ziet en doorleeft, wordt de uiterlijke toestand onoplosbaar en raakt steeds verder vervreemd van de innerlijke oorzaak die door het genotaspect nog steeds in leven gehouden wordt.

Jullie die op dit pad zijn, moeten als het ware teruggaan en jezelf toestaan het plezier in de destructiviteit te voelen. Alleen dan ga je de pijnlijke uiterlijke situatie pas echt begrijpen, een situatie die misschien op het eerste gezicht niets met je emotionele leven of met seksuele problemen te maken heeft. Ik heb vaak gezegd dat het geheim van iemands conflicten en ook de sleutel tot de oplossing daarvan in iemands meest verborgen seksuele fantasieën liggen. Wanneer je de overeenkomst ontdekt tussen het uiterlijke probleem en het genot in je seksualiteit, kun je de bevroren energie weer laten stromen, en daardoor kun je de negativiteit en destructiviteit oplossen - en dat is natuurlijk van wezenlijk belang voor de opheffing van het probleem. Ben je niet in staat het plezier in het ongenoegen te voelen, dan is dat het gevolg van je strijd tegen jezelf en van het feit dat je vanwege deze misvatting niet van jezelf houdt. Daaruit volgt ontkenning, verdringing en verdere vervreemding van de kern waar deze omstandigheden ervaren en geleidelijk veranderd kunnen worden.

Elk probleem moet een kern hebben waar de oorspronkelijke stroom werd geblokkeerd en daardoor vervormd, en waar de tweedeling genot/ ongenoegen een onbewuste fixatie van het genotprincipe teweeg brengt. Daar strijd je dan om allerlei redenen tegen, met het verdere gevolg dat zich uiterlijke problemen gaan vormen die zich telkens blijven herhalen. Ze kunnen niet worden overwonnen totdat deze kern wordt ervaren. Dit geldt voor alle hardnekkige problemen, of ze nu wel of niet met seksualiteit te maken lijken te hebben.

Welnu, vrienden, deze kettingreactie moet, zoals ik zojuist heb uitgelegd, door iedereen persoonlijk worden begrepen en doorgewerkt. Je moet niet meer blijven weglopen voor deze misvatting in jezelf. Je moet jezelf toestaan die te zien, naar boven te laten komen en in jezelf te doorleven - en dan zie je de tweedeling tussen genot en ongenoegen. Je begrijpt en ervaart waarom je destructiviteit, in welke vorm die zich ook manifesteert, zo moeilijk kunt loslaten. Tegelijkertijd wordt deze minder taai dan toen je het zonder dit inzicht nog met dwang probeerde

weg te werken. Dit alles klinkt misschien erg theoretisch voor iemand die nog ver van dit punt verwijderd is, maar veel van mijn vrienden zijn dicht bij of al op het punt waarop deze woorden gebruikt kunnen worden en hun uitwerking kunnen hebben. Dat wordt zo'n keerpunt in je innerlijke en bijgevolg uiterlijke leven dat het niet langer een probleem is destructiviteit los te laten. Want je kunt niet slagen door het af te dwingen en zonder een diep besef van de krachten in je innerlijk die deel uitmaken van je destructiviteit. Ja, de wil moet er in principe natuurlijk bij worden betrokken maar tegelijkertijd hoort de wil alleen gebruikt te worden om de innerlijke krachten te bevrijden die de ontwikkeling tot een natuurlijk, organisch en harmonisch proces maken. Zo lost destructiviteit zichzelf op en wordt niet als een mantel afgeworpen, en evenmin worden constructieve gevoelens door wilskracht voortgebracht. Het is een ontwikkelingsproces in jezelf, hier en nu.

Een ander gebied waarop de mens met betrekking tot zijn eigen ontwikkeling geblokkeerd en gehinderd wordt en ongeduldig is, houdt verband met afgunst. Dit is een veel belangrijker onderwerp dan de meeste van jullie beseffen. Ook op dit gebied is een aantal van mijn vrienden gaan zien dat er, telkens wanneer er in hun leven problemen zijn, sprake is van afgunst. Als er geen probleem is, zijn ze daar vrij van. Ook geeft deze afgunst aanleiding tot zelfhaat en tot het wegvluchten voor het punt in deze afgunst dat overstegen moet worden zodat de energie ervan weer zijn oorspronkelijke vorm kan aannemen. De oorzaak van afgunst is weer de dualistische opvatting die het leven in tegenstellingen waarneemt: 'Of ik heb, óf de ander heeft..' is de kern van alle afgunst. Dit toont de beperktheid aan waarmee de mens het universum ervaart. Het universum kent oneindige overvloed en als je dat echt weet, kun je onmogelijk afgunstig zijn. Want wat de ander heeft wordt niet van jou weggenomen. Wat jij hebt, is nooit van een ander weggenomen. Die misvatting brengt ontelbare problemen teweeg en schept niet alleen afgunst maar ook schuld. De ontspannen, krachtige energie waarmee je uitreikt naar het goede dat er voor jou kan zijn, wordt erdoor verlamd. Je gaat het beste dat mogelijk is heel aarzelend uitdrukken en ervaren. Je gaat problemen op een verwrongen manier zien. Je voelt je schuldig vanwege je begeerte naar wat anderen hebben en tegelijkertijd je jaloezie op hen.

Deze verwrongen waarneming van de omstandigheden in je leven is ook verantwoordelijk voor de algemene houding van wedijver waarmee de mensheid behept is. Dit is in sommige beschavingen in

bepaalde perioden van hun geschiedenis heel duidelijk te zien. Begrijpen hoe de zaak in elkaar zit, maakt het iemand onmogelijk zichzelf te meten aan een ander. Vergelijking tussen twee mensen is volkomen irreëel, je meet twee factoren die niet gemeten kunnen worden. Er valt duidelijk een last van je schouders als je niet langer in deze fout verstrikt zit. Begrijp je het verbindende principe dat het goede altijd ondeelbaar is, dan verdwijnt een groot aantal problemen. Je bent niet meer afgunstig en daarom voel je je niet meer schuldig. Je staat ook niet meer voor de schijnbare noodzaak afstand van iets te doen ten gunste van een ander, omdat je diep van binnen weet dat wat van jou is jou toebehoort en dat wat van een ander is hem toebehoort. Daardoor wordt het egoïsme en de oneerlijkheid van het kind in je, waarin de neiging om het leven te bedriegen altijd overheerst, onmogelijk. Je hoeft je niet meer in allerlei bochten te wringen en je hoeft ook niet meer bijzonder te zijn in vergelijking met anderen wanneer je het principe eenmaal echt begrijpt.

In verband met het onderwerp van deze lezing zeg ik dat de behoefte om bijzonder te zijn te wijten is aan de verwarring omtrent het innerlijke verlangen naar volledige zelfverwerkelijking. Wat is hier de verwarring? Volledige zelfverwerkelijking vergroot altijd iemands uniekheid. Individualiteit wordt er niet door afgevlakt en het betekent evenmin middelmatigheid. Integendeel. Waarom gelooft men dan dat afwezigheid van de behoefte om bijzonder te zijn een gebrek aan individualiteit of zelfs middelmatigheid betekent? Het antwoord luidt als volgt: wanneer de behoefte om bijzonder te zijn een verlangen inhoudt om over anderen te zegevieren, betekent dat dat je je tegen anderen afzet. Het betekent dat zelfontplooiing alleen ten koste van anderen kan plaats vinden. Dit is het of/of dat voortkomt uit de misvatting van de dualiteit, die alleen maar destructief kan zijn. Eigenlijk wordt de waarde van de ander erdoor vernietigd - in elk geval is dat de bedoeling als het al niet echt gebeurt. Het verdere gevolg is dat het geweten evenwicht schept en nee zegt tegen deze poging, en de energiestroom een halt toeroept. Deze stroom wordt dan ofwel negatief of lam gelegd. Dit betekent dat de mens ofwel passief en verlamd is en zich inhoudt, of hij is meedogenloos, met de onvermijdelijke schuld en uiterlijke gevolgen.

Het hoe en waarom en de oplossing van deze verwarring kun je alleen ontdekken wanneer je onderscheid maakt tussen twee volkomen verschillende manieren van meten of waarderen - of laten we liever

zeggen: twee volkomen verschillende doelen. Wanneer je bijzonder wilt zijn om over anderen te triomferen, wanneer jouw uniekheid ten koste van anderen gaat en aan hen afgemeten wordt, dan is die uniekheid destructief en moet aanleiding geven tot ontelbare problemen. Maar wanneer je beseft dat je eigen bijzonderheid tot uiting kan komen zonder jezelf aan anderen af te meten, dan is er geen enkel probleem. Dan ben je vrij om het beste in jezelf te ontplooien zonder de rechten of behoeften van anderen te schenden. Juist integendeel, het beste van jou is een bijdrage aan anderen en wordt niet van hen weggenomen, en je drukt dit beste uit zonder de behoefte om te bedriegen, om meer te krijgen dan je geeft. De kracht die vrijkomt activeert nog meer kracht. Je hoeft jezelf niet af te remmen. Afgunst, schuld, oneerlijkheid en het kleineren van anderen scheppen de noodzaak om je meest constructieve, uitgaande krachten af te remmen. Wanneer je niet weet dat je de mogelijkheden tot zelfvervulling in je draagt, is de enige uitdrukkingsmogelijkheid die je kunt bedenken jezelf aan anderen te meten en met hen te vergelijken. Wanneer je dat weet, hoef je, ongeacht of je beter of slechter bent dan anderen, alleen maar voor jezelf aan je eigen maatstaven te voldoen en heb je daar geen conflicten over. Natuurlijk moet je het beste geven wat je hebt, maar als dat, hoe stiekem dan ook, bestemd is om over anderen te heersen of om bepaalde voordelen oneerlijk te krijgen, om iets voor niets te krijgen, dan raak ie in moeilijkheden. Dan kan je individualiteit zich niet ontplooien, omdat je ego, je ijdelheid en meedogenloosheid daarvoor in de plaats komen. Dat verhindert automatisch de werking van de positieve kracht en maakt die negatief.

Als je afgunst voelt, of de keerzijde daarvan, de behoefte om indruk te maken op anderen of beter te zijn dan zij, probeer dan de constructieve kracht achter deze behoefte te voelen. Want deze behoefte is alleen maar een vervorming van de aangeboren drang om het beste in jezelf te realiseren. Als je dat doet, zul je merken dat je je niet meer geblokkeerd of verlamd voelt.

Zijn er nog vragen?”

VRAAG: Wat is precies het verband tussen genot en onaangename gevoelens?

“Dit is een heel belangrijke vraag en het antwoord lijkt misschien indirect maar is het niet. Het is bekend dat wanneer de mens nog steeds

vol conflicten en problemen zit waarvan hij de aard niet begrijpt, hij bang is voor genot. Iedereen op dit pad die bij het onderzoek van zijn reacties diep genoeg gaat, ontdekt dit ontstellende feit: je bent banger voor genot dan voor pijn. Degene die dit in zichzelf nog niet heeft vastgesteld, vindt dit misschien ongelooflijk want bewust heeft hij een hekel aan onaangename gevoelens en wil hij ze kwijt. En tot op zekere hoogte is dit waar want je kunt onaangename gevoelens niet werkelijk willen. De mens kan die tweedeling niet werkelijk kwijt raken wanneer hij niet diep genoeg gaat en binnen zijn psychische processen het plezier van het onaangename niet voelt. *Volledig genot wordt om een heel belangrijke reden gevreesd: het hoogste genot van de kosmische energiestroom moet ondraaglijk, teveel, beangstigend, bijna vernietigend lijken wanneer de persoon nog steeds aan negativiteit en destructiviteit vastzit.* Anders gezegd: *in de mate waarin de persoon zijn integriteit heeft aangetast, in de mate waarin onzuiverheid, oneerlijkheid, bedrog en boosaardigheid in de psyche voorkomen, in die mate moet puur genot worden afgewezen,* zodat de pijn van het negatieve plezier de enige manier voor de entiteit is om nog maar iets van genot te kunnen ervaren. Als je op je pad ontdekt dat je diep in jezelf genot als een gevaar vreest, dan moet je jezelf afvragen: 'Waar ben ik niet eerlijk tegenover het leven, tegenover mijzelf? Waar pleeg ik bedrog? Waar ben ik niet integer?' Het antwoord zegt je dan waar, waarom en in welke mate je puur genot moet afwijzen. Verder vind je een verklaring voor het waarom van je destructiviteit wanneer je in jezelf vaststelt dat jij genot vreest en afwijst in plaats van dat het je door het leven wordt onthouden. Je kunt iets doen door jezelf de juiste vragen te stellen en vervolgens de schadelijke elementen in jezelf te ontdekken. Dit is de uitweg. Wanneer je ontdekt waar je je gevoel voor fatsoen en eerlijkheid geweld aandoet, kun je de deur openen die jou in negatief genot opgesloten houdt en die je dwingt het genot dat *niet* met pijn is vermengd af te wijzen."

VRAAG: Zou u genot als uitbreiding en pijn als samentrekking willen definiëren?

" Ja, dat is heel juist. Pijn is een samentrekking in de zin van kramp. Maar er is in zuiver genot ook een samentrekking – alleen in een ritmische, soepele beweging, op een harmonische manier. 'Displezier' is een verlengde, aanhoudende samentrekking op een krampachtige manier."

VRAAG: Ik ervaar de angst voor genot als een angst om mezelf in genot te verliezen. Is dat wat u bedoelde?

"Ja, dat is precies wat ik bedoelde. Je kunt het verklaren in termen van vertrouwen. Wanneer je bewust of onbewust diep in jezelf voelt dat je verborgen trucjes hebt om niet eerlijk tegenover het levensproces te zijn, wanneer je antwoord op het leven hoe dan ook negatief is en wanneer bijgevolg je gevoel van integriteit is aangetast, dan kun je jezelf niet vertrouwen. Je kunt jezelf evenmin vertrouwen wanneer je wegvlucht voor de kern van je negatieve plezier, zoals ik in deze lezing heb uitgelegd. Je moet het aanvaarden, begrijpen en in volledige zelfaanvaarding innerlijk doorleven voordat je jezelf in vol vertrouwen kunt laten gaan. Zoals ik vaak heb gezegd zijn je diepste zelf, je eigen psychische energieën en de levensenergieën van dezelfde substantie: je kunt jezelf niet vertrouwen zonder het leven te vertrouwen. Je kunt jezelf niet wantrouwen. Als je jezelf om welke reden dan ook - terecht of niet - wantrouwt, hoe kun je dan jezelf in jezelf en in het leven verliezen? Vertrouwen moet er zijn en dit vertrouwen is in principe volkomen gerechtvaardigd. Maar in de praktijk is het bij specifieke uitingen vaak niet gerechtvaardigd. Je moet jezelf eerst volledig gaan aanvaarden voordat je kunt vertrouwen. Dan zul je niet bang meer zijn om jezelf te verliezen omdat je dat zult ervaren als een gebeurtenis die je rijker dan ooit bij jezelf terugbrengt.

VRAAG: Is het principe van pijn en genot karakteristiek voor deze aardse sfeer?

"Het is karakteristiek voor deze aardse sfeer maar daarbij gaat het niet alleen om geïncarneerde wezens. Het gaat om al degenen die in deze bepaalde bewustzijnstoestand verkeren, of ze zich nu wel of niet in een lichaam bevinden. Het geldt voor al degenen wier bewustzijn is afgestemd op dualisme en die het verzoenende, verenigende proces van de schepping, het leven en zichzelf niet kunnen zien. In al deze gevallen moeten genot en pijn tegenstellingen vormen. Zoals ik aan het begin van deze lezing heb gezegd, denk je dat de goede en slechte krachten, genot en pijn, twee aparte krachten zijn en niet een en dezelfde energiestroom.

VRAAG: Ik geloof dat, wanneer ik iets doe wat ik niet leuk vind en dat moet wel boosheid of schuld of jaloezie oproepen, ik iemand anders voor mijn manier van doen verantwoordelijk houd. Is

dit een juiste waarneming, en wat zou ik er aan moeten doen?

"Zelfs al zou het leggen van de schuld bij de ander voor een deel terecht zijn – en dit is bij normale mensen gewoonlijk het geval – moet er iets in jou zijn wat je veronachtzaamt en wat je dwars zit want anders zou je geen probleem, geen gevoelens van disharmonie hebben. Het zou betrekkelijk gemakkelijk zijn om te aanvaarden dat de ander tekortkomingen of zwakheden heeft. Anders zou je niet in situaties betrokken raken waarin deze zwakheden het zelf alleen maar op een negatieve manier kunnen beïnvloeden. Daarom wijst het feit dat je zo wordt verstoord alleen al op het werkzaam zijn van onbekende factoren die je op het spoor moet komen om destructieve gevoelens uit te bannen. Vandaar dat deze boosheid in wezen tegen het zelf is gericht. Je bent misschien boos *omdat* je boos bent en deze emotie in jezelf niet kunt accepteren. Je wordt misschien boos omdat je een soortgelijk aspect in jezelf of een aspect dat hiermee verband houdt niet kunt accepteren. Dat wil zeggen dat datgene in die ander wat jouw boosheid oproept wellicht in een wat andere vorm in jou zelf aanwezig is. Kort gezegd, je moet jezelf de vraag stellen: 'Wat in mij heeft deze situatie voortgebracht? Op welke manier heb ik deze situatie mede in het leven geroepen? Op welke wijze draag ik daartoe bij?'

Nogmaals, de dualistische opvatting van het leven is een hinder en verwart. Als je zo'n probleem probeert op te lossen met een houding van kijken of de een of de ander fout is, bestaat er geen oplossing. Geen van beide mogelijkheden is bevredigend want je zit er of naast of de beoordeling is oppervlakkig. Het ware inzicht kan alleen komen wanneer de onbewuste wisselwerking – hoe het innerlijke probleem van de een het innerlijke probleem van de ander beïnvloedt – wordt gezien als op elkaar inwerkende vicieuze cirkels. Wanneer je je werkelijk realiseert dat je de situatie gezamenlijk hebt voortgebracht, kun je beginnen met echt vooruitgang in de juiste richting te maken.

Het tweede wat ik wil zeggen is dit: een mens kan het antwoord vaak niet vinden omdat hij op een beperkte of moralistische manier naar de oorzaak zoekt. De manier waarop hij misschien aan een situatie bijdraagt kan hemelsbreed verschillen van de manier van doen waarvoor hij meent zich te moeten verdedigen. Iemand probeert bijvoorbeeld om zichzelf te verontschuldigen omdat hij voelt dat hij iets slechts in zichzelf herbergt. In feite heeft zijn bijdrage misschien

helemaal niets slechts of is helemaal niet zo bedoeld. Het is misschien eerder zo dat hij zijn waarden, zijn rechten, zijn hele persoon onderschat. Hij is misschien zwak, onderschikt zich, is niet zelfverzekerd genoeg en bevordert zodoende op een heel andere manier een negatieve situatie dan waartegen hij zich in zichzelf verdedigt. Een dergelijke zwakheid is natuurlijk altijd het gevolg van een verstoring van de psyche op een diep niveau en kan alleen maar negativiteit en destructiviteit voortbrengen maar het met geweld wegduwen van destructieve gevoelens is niet de manier om ze uit te bannen. Dat lukt niet. Je moet op een heel diep niveau met deze problemen aan het werk gaan. Zwakheid wordt vaak verward met goedheid en kracht met gewetenloosheid of egoïsme. In deze verwarring vindt de mens niet de weg naar de oplossing van het probleem en naar helderheid.

Daarom stel ik een meditatie voor die tot diep in het zelf reikt en luidt: 'Ik wil werkelijk kijken naar waar ik mogelijkerwijs een geestelijke wet geschonden heb, waar ik in de gebruikelijke zin van het woord fout ben geweest maar ik zou ook willen weten waar ik zwak en verward ben en er daardoor negatieve emoties in het leven geroepen worden. In welk opzicht ben ik mij misschien niet van mijn waarden bewust en vecht ik door dit gebrek aan bewustzijn op de verkeerde manier? Ik zou deze factoren graag in het oog willen krijgen en een en ander rechtzetten. Ik wil naar allebei deze aspecten kijken.' En gewoonlijk bestaat er een wisselwerking tussen hen; het zijn geen los van elkaar staande factoren. Gebrek aan zelfverzekerdheid op een niveau kan leiden tot een boze bovenmatige zelfverzekerdheid aan de oppervlakte. Wanneer de meditatie in zulke kanalen wordt geleid, kan zich een nieuwe visie aandienen, een visie die tot dan toe geblokkeerd was.

Mogen jullie steeds meer begrip krijgen zodat jullie je eigen vervormingen gewaar worden en voelen hoe die vervormingen uit waardevolle levensenergie bestaan die op de specifieke manier die ik jullie heb laten zien, geactiveerd kan worden.

Wees gezegend, ieder van jullie, ontvang de sterkte en de kracht die bij je naar binnen stroomt. Maak er gebruik van, ga dit pad helemaal tot in de kern van je eigen innerlijk.
Wees in God."

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1966.
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Positivity and Negativity - One Energy Current'.
Vertaling door Frans Oosterbaan in 1984; herzien in 1986 t.b.v. Padboek 1
onder redactie van Philip Renard en in 2006 aangevuld door Paul Avis.
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2009