Intellect en wil,
als steun of belemmering op weg naar zelfverwerkelijking

25 mei 1962
lezing 104

“Gegroet, liefste vrienden. God zegene ieder van jullie.

Keer op keer hebben we het er over gehad dat het begrijpen van jezelf betekent dat je je werkelijke zelf vindt. Vaak hebben we ook besproken wat dit werkelijke zelf is. We deden dat vanuit verschillende invalshoeken. Je hebt misschien in het verleden gemerkt dat ik vaak verschillende woorden gebruik om een begrip te beschrijven. Ook heb ik in het verleden verschillende keren uitgelegd waarom ik dat doe. Maar het vraagt om herhaling omdat ik zie welk gevaar je loopt. Ik zie dat jullie deze uitleg vergeten zijn. Als je steeds weer hetzelfde woord gebruikt - bijvoorbeeld ‘beeld’, ‘ware zelf’ of wat dan ook - raakt de betekenis achter het woord verloren. Het wordt een dood begrip. Zo gauw het een etiket wordt, herhaal je het woord zonder dat je echt begrijpt waar je over praat. Dit is ook de reden waarom jullie zo’n bijzonder belang hechten aan woorden. Je verschilt hevig van mening over de betekenis van sommige woorden terwijl je ondoordacht woorden gebruikt die ooit betekenis voor je hadden (toen je de lading ervan echt beleefde) maar toen je ze blindelings ging herhalen, verdween de levende ervaring eruit. Daarmee verloren ze hun betekenis voor jou.

Betekenis is levend, is altijd weer fris en steeds een spontane ervaring. Dit is de reden waarom je op je hoede moet zijn ze ondoordacht steeds opnieuw te gebruiken. Je moet je bewust zijn van deze verleiding. Daarom is het soms raadzaam een ander woord te gebruiken, omdat je

dan zult proberen de betekenis achter dat woord te ervaren. Tracht je te allen tijde bewust te blijven van de betekenis. Als je daar echter niet in slaagt, wees je er dan van bewust dat je op dat moment diep van binnen de innerlijke betekenis en de levende ervaring van een bepaald woord niet meer te pakken hebt. Dit bewustzijn is zeer belangrijk. Dit verschijnsel is een goed voorbeeld van het verschil tussen het werkelijke zelf en de oppervlakkige lagen van je persoonlijkheid. Wanneer je de levende essentie van een begrip ervaart, doe je dat vanuit je werkelijke zelf. Bij het herhalen van een woord vanuit je verstand, is je geheugen de wil om dat wat je ooit hebt ervaren opnieuw te pakken te krijgen. En als dat gebeurt, wordt de betekenis levenloos. De ervaring is een zich herhalend patroon geworden. Je werkelijke zelf functioneert niet meer.

Laten we proberen een wat helderder begrip te krijgen van hoe het werkelijke zelf tot leven komt en waardoor dat wordt tegengehouden. Vanzelfsprekend wordt dat gehinderd door de verschillende lagen en niveaus van de persoonlijkheid, die in verwarring en misverstand verkeren *en je gebrek aan bewustzijn dat dit het geval is*. Zoals jullie heel goed weten is er slechts *één weg* en die is jezelf leren kennen. Als je wéét dat er verwarring is, ben je je meer bewust van jezelf (zelfs vóór dat je de oplossing weet) en daarmee ben je ook dichter bij je werkelijke zelf.

In jullie wereld ben je zo geconditioneerd om heel erg de nadruk te leggen op het denkproces, je intellect, je verstand of hoe je het ook wilt noemen, en ook op wilskracht, waarbij je gelooft dat je op de een of andere manier echt jezelf kunt worden door een directe wilsdaad en door direct je denkproces te gebruiken om spiritueel te groeien en ontwikkelen. Je hebt bijvoorbeeld geleerd, dat goed en liefdevol zijn wijst op een spirituele ontwikkeling. Dus je probeert goed en liefdevol te zijn door jezelf in gedachten voor te schrijven goed en liefdevol te zijn en je wilskracht daarop te richten. Je weet nu onderhand uit ons gezamenlijk werken dat het zo niet werkt. Die houding leidt er toe dat je iets wilt zijn wat je niet bent.

Je werkelijke zelf kan niet bestuurd worden door je wil of door kracht. Het manifesteert zich direct, niet via gedachten of wilskracht, maar als een spontane, creatieve ervaring die komt zonder dat je er om vraagt en op een moment dat je het het minst verwacht. Het is heel belangrijk dat je dit weet en nooit uit het oog verliest en dat je je dit steeds realiseert. Zonder dat je het weet, onbewust, onberedeneerd en tegelijk ook weer

wel beredeneerd, hoop je en tracht je je werkelijke zelf zich te laten manifesteren door middel van je denken, door sterk te willen en door jezelf te indoctrineren met denkbeelden, met andere woorden door verstandelijke processen. Dat lukt zo niet, vrienden.

Nu kun je je afvragen: waar is dan nog je verstand, je denken, je wil en ook dit vlijtig werk op dit pad nog voor nodig? Het antwoord is dat je, doordat je je verstand en je wil gebruikt om de verwarringen en misverstanden in je denken en je verkeerd gerichte wil en motivaties te begrijpen, indirect meehelpt aan de geboorte van je werkelijke zelf. Het is een indirect resultaat.

Hier volgt een korte, globale verklaring van de stadia van spirituele ontwikkeling in verband met het hier besproken onderwerp. Het meest primitieve ontwikkelingsstadium is de *staat van niet bewust zijn*. Ik besprak dit eerder in een andere context.[1] Het leven van dieren, planten en mineralen is een staat van zijn zonder besef, zonder zelfbewustzijn. De primitieve mens was maar heel weinig van deze staat verwijderd. Hij had uiteraard hersenen, maar hij functioneerde meestal instinctmatig. Slechts geleidelijk aan begon zijn verstandelijke functie en zijn intellect zich te ontwikkelen. Van het leven der mineralen naar dat van de primitieve mens kun je een geleidelijke toename van bewustzijn, intellect en wil bemerken. Hoe meer deze specifieke ontwikkeling voortschreed, hoe minder deze primitieve staat van zijn nog voorkwam en hoe meer deze veranderde *in een staat van wording.*

Het volgende stadium is *de staat van bewust worden*. De mens streeft ernaar en gebruikt daartoe zijn intellect en wil om in de materiële wereld te overleven. Hij heeft deze vermogens nodig om met de stoffelijke wereld om te kunnen gaan. Het denken en de uiterlijke wil zijn van belang en moeten gebruikt worden om de materie meester te worden. Ze kunnen echter niet gebruikt worden om te komen in een staat van zijn die niet stoffelijk is. Ze kunnen alleen gebruikt worden om het teveel aan activiteit, waardoor misverstanden en verwarring gecreëerd werden, uit de weg te ruimen. Ze kunnen gebruikt worden om om te gaan met wat gelijksoortig is. Als het denken en de wil overmatig productief zijn geweest, hetgeen belemmeringen schiep voor de staat van zijn, dan moeten zij gebruikt worden om het hoofd te bieden aan de eigen productie en zich niet richten op de staat van zijn, je werkelijke

[1] En ook later in lezing 189 ‘Door fasen van bewustzijn naar identificatie met je ware zelf’ (Noot vertaler)

zelf. Anders gezegd: het betekent jezelf begrijpen in plaats van er op hopen je werkelijke zelf te voorschijn te brengen door een rechtstreekse daad van je wil of je denken.

Het hoogste stadium is *de staat van bewust zijn*. Die is er niet plotseling nadat je je fysieke lichaam afgeschud hebt, maar deze staat kan af en toe en in toenemende mate ervaren worden terwijl je nog in je lichaam bent. Dat hangt er van af hoe je de vermogens die verwarring en lijden voortgebracht hebben, verder gebruikt en of je ze gebruikt voor datgene, waar ze van nature niet voor waren bestemd.

De mensheid bevindt zich nu in het middelste stadium: de staat van groeiende bewustwording. Maar binnen deze categorie heb je nog veel verschillende stadia en gradaties. Laten we voor een goed begrip een willekeurig onderscheid maken. In de eerste helft van deze cyclus is het belangrijk om het intellect, het geheugen, het onderscheidingsvermogen en de wilskracht te cultiveren en te ontwikkelen. Zonder deze kun je, zoals ik zei, de materie niet meester worden. De mens moet leren: hij heeft zijn geheugen nodig, hij heeft zijn intelligentie nodig om het leven aan te kunnen, hij heeft zijn wil nodig om zijn ruwe, dierlijke, destructieve instincten, die sluimerden in de onbewuste staat van zijn, te boven te komen. Zonder wil en intelligentie kan hij geen onderscheid maken noch afzien van handelingen, die schadelijk zijn voor anderen en hemzelf. Met andere woorden, zijn handelingen worden gestuurd door zijn denken, zijn verstand en zijn wil.

Maar in de tweede helft van deze cyclus is de mens dat stadium volledig meester. Hij wordt geacht om de drempel te naderen naar de staat van bewust zijn. Hij beseft vaak dat hij wat meer wil dan een bevredigend materieel leven. Het vervult hem niet echt. Religieuze filosofen vertellen hem in verschillende bewoordingen over een hogere staat. Hij wenst deze hogere staat niet alleen omdat hij ongelukkig is of omdat hij erover hoorde, maar ook omdat iets diep van binnen hem naar een nieuwe manier van leven drijft. Alleen probeert hij abusievelijk dezelfde middelen te gebruiken, die hij voor het materiële leven nodig heeft gehad om het spirituele leven binnen te treden. En dat werkt niet. Als hij deze hogere zijnsstaat tracht te bereiken door middel van zijn verstand, denkprocessen en wilskracht gebeurt het volgende: hij construeert wat we noemen ‘beelden van zichzelf’, zoals hij zou moeten zijn; van een leven overeenkomstig zijn beperkte ervaringen uit het verleden. Keer op keer hebben we deze hele toestand besproken: on-

derdrukking, zelfbedrog, niet accepteren wat hij echt is tegenover wat hij wil zijn. Deze verwarring is het gevolg van het gebruik van je denkvermogens en het uitoefenen van je wil en bewijst alleen maar dat deze geen vrijheid en spirituele groei kunnen brengen. Dan creëren het denken en de wil verwarring en lijden.

Als je overweegt wat een beeld is, zul je zien dat je een opgelegde norm gebruikt hebt om toe te dekken wat je werkelijk voelt, wat je echt bent. In je streven om iets meer of iets beters te zijn of te bereiken, accepteer je niet langer wat je werkelijk bent en voelt. Beiden behoren tot de categorie van wording, maar wording in de verkeerde zin, namelijk in de zin dat het je weg leidt van jezelf, van wat je nu bent en hebt. De staat van 'harmonisch-zijn' kan enkel tot stand komen door de staat van disharmonie waarin je nu verkeert te accepteren. Met een dergelijke acceptatie als uitgangspunt kun je nu verder proberen jezelf in alle facetten te begrijpen en daardoor groei je uit deze staat. Maar je zult er nooit uitkomen door te verbergen wat je nu toevallig nog bent. Dit zal illustreren hoe de 'werktuigen' verstand en wil destructief kunnen zijn als je ze niet voor hun geëigende doel gebruikt. Dat nu is algemeen gebruikelijk in jullie wereld.

Je verstand en je wil zijn tijdelijke middelen die richting geven aan je uiterlijke gedrag en bedoelingen. Die kunnen en moeten gebruikt worden voor je fysieke leven, voor uiterlijke bezigheden, om te besluiten de waarheid over jezelf te weten te komen. Maar ze kunnen niet voor spiritualiteit worden gebruikt. Spiritualiteit is boven alles liefde en alles wat daarvan afgeleid is. Je weet heel goed dat je niet kunt liefhebben door jezelf te dwingen. Je kunt wel geloven dat je dat kunt, maar in werkelijkheid kun je het niet. En dat betekent nog niet dat je lief hebt. Liefde kan tevoorschijn komen als je je misverstanden, je verwarringen, je vooropgezette ideeën, je afhankelijkheid van de mening van anderen, enzovoort, enzovoort, uit de weg ruimt. Al deze misverstanden kunnen alleen uit de weg geruimd worden als ze volledig begrepen worden. Dan komt liefde uit zichzelf tot leven, zoals het werkelijke zelf uit zichzelf tot leven komt.

Je kunt niet door een voornemen of door een verstandelijke beslissing een goed, liefdevol, meedogend of nederig mens worden. Maar je kunt wel besluiten om door wilskracht erachter te komen wat er de oorzaak van is dat je dit alles niet bent; je kunt besluiten te ontdekken wie je bent. Al doende kun je uit de weg ruimen wat je belemmert om een

goed en liefdevol mens te zijn, wat er staat tussen jou en een volledig leven, innerlijke vrijheid en de ontplooiing van je mogelijkheden. Met andere woorden: je kunt erachter komen wat je afhoudt van je werkelijke zelf.

Kun je nu misschien een beetje beter begrijpen waarom denkprocessen, intellect, verstand en wil de geboorte van je werkelijke zelf, in de weg zitten? En van liefde? En van al die kwaliteiten die spiritueel genoemd worden? Dit alles komt als het ware vanzelf, als gevolg van het kennen en begrijpen van jezelf. Je moet er niet van uitgaan dat dat direct komt. Denken en willen kunnen enkel denken en willen voortbrengen, ze kunnen niet iets voortbrengen wat er niet mee te maken heeft. Liefde, overstijgend begrip en alle andere kwaliteiten van het werkelijke zelf hebben niets te maken met denken en willen.

Iedereen die een creatief proces heeft doorgemaakt, zal meteen toegeven dat een authentiek scheppen niet bepaald wordt door een wilsdaad of door het sturen van het denken in een bepaald kanaal, waarvan hij zou denken dat het een dergelijke scheppende ervaring voortbrengt. Het creatieve komt ongevraagd, onverwachts. Als je het het minst verwacht, is het er. Hetzelfde is het geval met de scheppende manifestatie van het werkelijke zelf, met een authentiek gevoel van liefde en diepgaand begrip, in tegenstelling tot het oppervlakkige, verstandelijke gevoel dat alleen maar napraat en herhaalt wat ofwel andere mensen leren, ofwel jij zelf ooit echt ervaren hebt.

Opgelegde beelden verbergen het werkelijke zelf. Dat is duidelijk. Je kunt jezelf dingen opleggen omdat je verstand en je wil ze aannemen. Zonder je verstand, dat ertoe beslist en zonder je wil, om er mee door te gaan, zou je jezelf niets kunnen opleggen. Je legt jezelf iets op omdat je naar geluk streeft, naar erkenning, ook als dit spirituele ontwikkeling betekent. De staat van wording betekent streven. Als je niet in de staat van wording verkeert, is er geen streven en dan is er ook geen gevaar voor verwarring en lijden. Neem de laagste staat van ontwikkeling, het leven der mineralen. Dat heeft het minste bewustzijn, de minste wil en het allerminste verstand. In deze zijnsstaat is geen ellende. Net zo min zal ellende je deel zijn wanneer je groeit naar de staat van bewust zijn, maar alleen als je geleerd hebt om in al zijn facetten door de staat van wording te gaan; door eerst op een organische manier je verstand, je intellect, je denken en je wil te gebruiken. Als er echter niet-organisch, onnatuurlijk gebruik van deze vermogens is gemaakt, is het

noodzakelijk dat teveel uit de weg te ruimen, evenals de belemmeringen die door dat misbruik veroorzaakt zijn. Je kunt niet zeggen dat verstand, intellect en wil uit zichzelf lijden en ellende veroorzaken, maar ze te gebruiken wanneer ze niet gebruikt zouden moeten worden, heeft wel dat effect. Je denken is verantwoordelijk voor alle beelden, verkeerde conclusies, verstarringen, generalisaties, kortom alles wat jou van binnen verlamt. Je moet dus van datzelfde instrument gebruik maken om deze omstandigheden te verwijderen. Dit lukt alleen als je jezelf volledig en diepgaand begrijpt, niet slechts oppervlakkig.

Er zijn veel religieuze systemen die zich van het gevaar van het denken bewust zijn. Zij proberen het functioneren van het verstand en de wil uit te schakelen. Dit kan nooit werken. Je moet dat niet van me aannemen omdat ik het zeg, lieve mensen. Ik vraag jullie steeds dat nooit te doen. Maar denk er eens over. Als je er echt over nadenkt, zul je zelf zien dat het zo is. Als je kunstmatig door oefening en discipline je verstand uitschakelt, wat gebeurt er dan? Je onderdrukt wat nog in jou bestaat en als je dan geconfronteerd wordt met een crisis waar je deze oefeningen niet kunt toepassen, komt dat wat onderdrukt en uit je bewustzijn verdwenen was, weer te voorschijn. Dus is het enkel een kwestie van hoe succesvol je uit het zicht en uit je bewustzijn drukt wat nog steeds in je bestaat. Daarom heeft iedere oefening tot uitschakeling van je verstand, je neigingen, gedachten, emoties of houdingen die jou niet bevallen, iets kunstmatigs en zal ook nooit of te nimmer werkelijke bevrijding opleveren. Bevrijding hoeft geen negatieve omstandigheden te vrezen. Ze hoeft geen discipline of oefening te gebruiken. Want wat er niet is, hoeft niet gemanipuleerd te worden. Dat is simpele logica. De enige manier om het ongewenste te laten oplossen, is het te begrijpen, het te kennen en er verantwoordelijkheid voor te nemen.

Denk alsjeblieft niet dat ik voorstel om het verstand helemaal te laten verdwijnen. Dan zou je een imbeciel worden. Zolang je in deze wereld leeft, heb je je verstand nodig. Maar laat de negatieve werking ervan verdwijnen door ervoor te zorgen, dat je je verstand niet meer gebruikt op die terreinen van je bestaan, waar het een belemmering en de directe oorzaak van je ellende en verwarring is en een rechtstreekse hinderpaal wordt voor het creatieve proces van je werkelijke zelf. Veel van mijn vrienden hebben deze manifestaties ervaren, niet alleen in scheppende kunst, maar ook toen een intense gedachte of gevoel van liefde of een nieuwe benadering van het leven uit een diepe bron van binnen te voorschijn sprong. Het komt uit een ander gebied en als je er op let, zul

je zien dat het lijkt alsof je een ander brein had, een andere plek binnen in je, van waaruit je voelt en reageert. In het begin gebeurt dat niet vaak, maar het zal in frequentie en duur toenemen als je jezelf grondiger begrijpt. Probeer niet kunstmatig en met je wil het opnieuw voort te brengen. Dat werkt niet. Als je dat doet, gebruik je weer de middelen van je verstand en je wil, waar ze niet succesvol en functioneel kunnen zijn.

Wat deze twee gebieden van het denken betreft, het oppervlakkige intellect en het werkelijke zelf: het eerste kun je richting geven, met je wil manipuleren en het wordt ook door je wil bestuurd. Bij het laatste kan dat niet, maar het is veel intelligenter, veel zekerder en veel betrouwbaarder. Het is altijd constructief. Je hoeft zelfs nooit een keuze te maken. Het is er, het staat er als de enige echte waarheid, zonder ook maar enige vraag of twijfel. Vragen en twijfel maken deel uit van het oppervlakkige intellect, het verstand. Maar het werkelijke zelf is een product, een resultaat dat heel langzaam en met onderbrekingen in je geboren wordt en enkel in de mate dat je jezelf begrijpt en accepteert zoals je nu bent. Als je de werkelijkheid van je huidige staat accepteert, kan de werkelijkheid van je werkelijke zelf manifest worden.

Een van de intrinsieke kwaliteiten van het werkelijke zelf is dat het altijd weer nieuw reageert op iedere ervaring en ieder aspect van het leven. Het wordt nooit geregeerd door het verleden. Daarom is zijn manier van ervaren even intens als van een kind. Maar als je beïnvloedbare verstand een beeld van een ervaring gemaakt heeft, en deze eenmalige ervaring in een algemene regel en wet heeft vastgelegd, dan wordt je huidige en toekomstige vermogen om te ervaren beperkt tot deze vroegere ervaring. En daarmee gaat de frisheid ervan af en vaak ook de waarheid, want het heden heeft in werkelijkheid geen gelijkenis met het verleden; dat hoeft ook niet en zou ook niet het geval zijn als jij het niet naar dat beeld zou vormen.

Misschien begrijp je nu beter wat we hebben besproken en waar we al die tijd aan gewerkt en naar gekeken hebben. De enige manier om deze vroegere ervaringen, die zo diep in je bewuste of onbewuste geest zijn ingeprent, op te lossen en jezelf te bevrijden van hun beperkende en verkeerde gevolgen, is je ervan bewust te worden en ernaar te kijken hoe ze vertekend zijn; en ze te begrijpen in hun volledige reikwijdte en diepte, in heel hun betekenis. Dit kun je alleen doen als je echt bereid bent jezelf in absolute oprechtheid onder ogen te zien; als je bereid bent

afstand te doen van iedere hunkering naar wat je moet zijn in plaats van wat je bent. Steeds weer moet ik herhalen: je kunt de waarheid niet zien als je moralistisch met jezelf omgaat. Dit voortdurend moraliseren wat vaak bestaat uit zulke subtiele, kronkelige, verborgen manieren, voorkomt het begrip van wat de ellende in je leven veroorzaakt. Deze ellende heb je altijd zelf voortgebracht, ze komt nooit van buiten, hoezeer het er ook op lijkt als je er oppervlakkig naar kijkt.

Het gebeurt vaak dat iemand in wezen klaar is om de tweede helft van de cyclus binnen te treden, de drempel benaderend naar de staat van bewust zijn. Toch werkt hij de organische groei naar die staat tegen door kunstmatig vast te houden aan deze al te sterke nadruk op het mentale, het intellect en de uiterlijke wil. Hij gelooft dat hij groei en de ervaring van het werkelijke zelf kan bereiken door zijn wil aan banden te leggen, zijn denken te manipuleren en zijn emoties te disciplineren. Als hij tijdelijk een onzekere, afgedwongen vrede lijkt te bezitten, is hij gesterkt in het geloof dat hij op de juiste weg is. Maar als zijn smeulende innerlijke werkelijkheid aan de dag treedt en hem uit zijn schijnvrede rukt, wanhoopt hij aan zichzelf. Als hij nu enkel maar zou ophouden met zich kennis op te leggen, met te proberen idealen na te leven waar hij van binnen nog niet aan toe is, zou hij de middelen van zijn intellect en wil niet misbruiken en daardoor weer meer belemmeringen creëren. Als zijn denkbeelden maar minder belangrijk voor hem waren dan wat hij echt voelt, zou hij het kleinood van zijn werkelijke zelf niet verduisteren.

De mens houdt vast aan deze instrumenten omdat hij zich zonder hen niet veilig voelt. Hij vertrouwt zichzelf niet om te leven zonder regels, wetten, denkbeelden en idealen van buiten af. Zonder de kennis van wat goed en juist is, kan hij, zo denkt hij onbewust, de opgelegde normen niet loslaten. Hij ontkent, dat als hij enkel maar naar zichzelf zou kijken zoals hij werkelijk is, dat er dan niets te vrezen valt. Om dat te kunnen, moet je eerst zien dát er normen bestaan die je jezelf opgelegd hebt en vervolgens zul je moeten bepalen waarom je dat gedaan hebt. Je zult er dan achter komen dat zekerheid er een rol in speelt. Door dit soort vasthouden aan zekerheid kan het werkelijke zelf niet te voorschijn komen. Als je de voorgestelde werkwijze volgt, zul je de groei waar je diep van binnen klaar voor bent, niet belemmeren.

Probeer niet met geweld de al te sterke nadruk op je verstand en je wil uit te schakelen. Probeer liever om te zien en te begrijpen wat er in je is,

om jezelf te accepteren zonder te moraliseren. Ga het niet uit de weg, maar gebruik het alleen om indirect de voortdurende vernieuwing teweeg te brengen, het proces waarin de rechtstreekse ervaring van creatieve spontaneïteit, die alleen het ware zelf kan geven, opnieuw tot leven komt.
Wat je misschien in jezelf vindt, kan heel goed hetzelfde zijn als de opgelegde normen die je van buitenaf hebt overgenomen. Toch is er een wereld van verschil tussen die twee. Alleen wat authentiek uit jezelf komt is van waarde. Je kunt achter alle destructieve patronen en beelden niet ontdekken wat authentiek in je is, als je niet bereid bent de opgelegde en gerationaliseerde denkbeelden los te laten en zo naar je naakte zelf te kijken. Ongeacht hoe waar een denkbeeld, dat je aangenomen hebt, ooit geweest mag zijn voor de persoon die het ervaren heeft: het is niet langer een waarheid als het alleen in gedrag en denken herhaald wordt.

Wat ik hier zeg, is oude wijsheid en veel ervan heb ik eerder gezegd. Maar heel weinig ervan is echt begrepen. Daarom probeer ik het nu opnieuw in andere woorden te zeggen. De fase die de meeste van mijn vrienden nu naderen, vereist dat jullie je alles wat ik vanavond gezegd heb, volledig bewust zijn. Deze afhankelijkheid van uiterlijke normen, van opgelegde idealen, kan net zomin weggewuifd worden als enige andere onrijpe staat waar je jezelf in bevindt. Maar herken wat het betekent, onderzoek het en erken het feit, dat je in deze afhankelijkheid verkeert en je zult zien dat het een wereld van verschil uitmaakt.
En nu jullie vragen!"

VRAAG: In mijn werk kwam ik erachter dat, omdat ik me zelf moet rechtvaardigen voor wat ik doe, ik mezelf ook veroordeel. Ik besef dat dit een verdedigingsmechanisme lijkt. Het vormt op de een of andere manier mijn verkeerde conclusies en beelden, een soort emotionele verwarring die ik ben gaan rationaliseren. Wilt u me alstublieft een aanpak suggereren hoe ik met dit probleem van zelfrechtvaardiging en zelfveroordeling kan omgaan? Ik ben erover in de war of ik mezelf op deze manier nu wel of niet aan het rechtvaardigen of veroordelen ben.

"Als je je ervan bewust wordt dat je jezelf rechtvaardigt, vraag je dan af waarom je dat doet. Zou iemand iets rechtvaardigen, waarvan hij niet ergens voelt dat het rechtvaardiging nodig heeft? Als je voelt dat je

rechtvaardiging nodig hebt, moet je jezelf wel veroordelen, of beoordelen, moraliseren. Er kan echt geen rechtvaardiging zijn zonder dat je moraliseert. Vraag jezelf dan duidelijk af wat het precies is dat je veroordeelt. En vervolgens waarom je dat veroordeelt. Het zal gemakkelijk te zien zijn dat je dat niet doet vanuit een aangeboren weten, maar voornamelijk en vooral omdat je het zo gehoord hebt. Je maatschappij en je omgeving veroordelen, en dus doe jij dat ook. Nu kan het heel goed zijn dat je deze trek of neiging liever niet hebt, los van de opgelegde normen waarmee je geïndoctrineerd bent. Je kunt om velerlei redenen voelen dat je een vollediger en constructiever leven kunt leiden. Maar voor je je bewust kunt zijn van je eigen aangeboren verlangen, moet je dit laatste scheiden van wat je jezelf opgelegd hebt onder invloed van de publieke opinie. Om het probleem op te lossen dat je volledige ontplooiing je in de weg zit moet je het probleem begrijpen. Maar dat lukt je niet als je jezelf voor dat probleem rechtvaardigt of veroordeelt. Ik heb dit zo vaak gezegd maar het wordt steeds vergeten. Je kunt de waarheid van jezelf of van je probleem niet te weten komen als je er naar kijkt met een houding van ‘juist’ tegenover ‘verkeerd’, goed tegenover slecht.

Het loutere feit dat je het probleem liever niet hebt, hoeft geen rechtvaardiging of veroordeling te veroorzaken. Dat gebeurt enkel omdat je opgelegde normen en idealen wenst na te leven. En dát doe je omdat je jezelf niet kunt accepteren zoals je blijkt nu te zijn. Je wilt nu al anders zijn. Je loopt hard weg van wat je bent, en dat voorkomt juist dat je boven het probleem uitgroeit. Je kunt er enkel boven uitgroeien als je accepteert, dat dit een deel van je is, als je accepteert dat jij dat probleem hebt. Als je het volledig accepteert, hoef je je niet langer te rechtvaardigen of te veroordelen. Je hebt dan het ideaal opgegeven en daarmee de uiterlijke normen.

Als iemand iets wil en niet probeert uiterlijke normen en vooropgezette ideeën na te leven, hoeft hij zichzelf niet te rechtvaardigen of te veroordelen, als hij er niet onmiddellijk in slaagt. Laten we eens veronderstellen dat iemand wil schrijven, maar dat niet kan. Louter het hebben van de wens veroorzaakt niet dat hij zichzelf veroordeelt. Maar als zijn maatschappij verklaart dat iedereen die niet schrijft een misdaad, een zonde begaat of minderwaardig is, dan zal hij op die simpele wens zichzelf gaan veroordelen en daarmee zal hij ook zichzelf gaan rechtvaardigen, om de klap van de zelfveroordeling van zich af te houden. Hij zal excuses, verklaringen, redenen vinden, allemaal om zijn

zelfveroordeling toe te dekken.

Welnu, scheid deze twee aspecten. Word je bewust van je afhankelijkheid van de publieke opinie. Achterhaal waarom je je probleem wilt oplossen. Wees je er vervolgens van bewust dat je iedere keer dat je naar het probleem kijkt, je jezelf veroordeelt en rechtvaardigt. Hoe meer je je daar bewust van bent, hoe minder je het zult doen. En dit is het begin van het begrijpen van het probleem. Als je je ervan bewust wordt en begrijpt dat je jezelf moraliseert en rechtvaardigt, zal dat verminderen, juist door het feit dat je er op bent gaan letten. Zo zal het probleem oplossen door begrip en observatie van jezelf, met alle reacties die er verband mee houden en daarbij horen. Maar je kunt niet beginnen met het hanteren van het probleem als je niet eerst je moraliserende houding uit de weg geruimd hebt.

Er wordt zoveel ongeluk veroorzaakt door de dwangmatige behoefte om te leven naar wat je weet dat er mogelijk is. Als je er geen weet van had, zou dit ongelukkig zijn niet bestaan. Dit ongelukkig zijn wordt vaak bepaald door vergelijkingen. Daardoor is het niet authentiek. Om een simpel voorbeeld te nemen: laten we veronderstellen dat iemand het niet breed heeft. Hij lijdt geen honger maar hij heeft minder dan zijn buren. Als iedereen om hem heen net zo zou leven als hij, zou hij niet ongelukkig zijn, maar omdat anderen meer hebben, is hij het wel. Is dat echt ongelukkig zijn? Als het niet echt is, komt het van het denken, van opgelegde ideeën, van uiterlijke kennis. En daarom leidt het weer af van je werkelijke zelf.

Het zou de moeite waard zijn vanuit dit gezichtspunt aandacht te besteden aan jouw ongelukkig zijn. Hoewel er nog heel wat ontevredenheid zou bestaan omdat dat voortkomt uit een authentieke behoefte, zouden de scherpe kantjes van de overdrijving er afgaan als je ziet dat het gevoel van onvervuldheid versterkt wordt, doordat je jezelf met anderen vergelijkt en vanwege uiterlijke kennis. De drang en dwangmatigheid ervan zal minder worden, de authentieke wens zal op deze manier bevrijd worden en van daaruit zul je openstaan voor het begrijpen van de belemmeringen, die de oorzaak zijn van je werkelijke onvervuldheid. De toestand die je echt ongelukkig kan maken, kun je niet begrijpen en dus ook niet oplossen zolang je je laat leiden door opgelegde normen. Zolang schaamte en trots moraliseren en rechtvaardigen met zich meebrengen, kun je niet boven het probleem uitgroeien omdat je het niet kunt begrijpen. Bekijk dit alles dus op een rustige

manier, zonder gejaagdheid of haast om er al onmiddellijk vanaf te willen."

VRAAG: Ik had de indruk dat het denken bepalend is voor wat je van je leven maakt, maar volgens wat u zegt lijkt het me dat de emoties daarvoor verantwoordelijk zijn. Klopt dat?

"Ze zijn het allebei. Ze kunnen beide iets constructief of destructief maken. Als ze gebruikt worden voor iets waar ze niet organisch voor bestemd zijn, zal het resultaat destructief zijn. Als de geest een spirituele staat wil opbouwen is het verstoppen van de feitelijke emoties destructief. Als de geest bouwt op wat die tegenkomt aan eigen misvormingen is het constructief. Emoties waar je je van bewust bent, kunnen - ook als ze negatief zijn - niets destructiefs tot stand brengen. Maar onbewust zullen negatieve emoties onvermijdelijk destructieve resultaten scheppen. Positieve emoties creëren constructieve resultaten. Als het denken gebruikt wordt om materiële dingen te scheppen, is het constructief; daar is het ook voor bedoeld is. Je hebt je verstand nodig om vorm te geven aan je bedoeling om uit de weg te ruimen wat je denken aan negatiefs heeft opgebouwd. Er is geen strikte scheidslijn tussen denken en emoties. Ze grijpen in elkaar. Zowel gedachten als gevoelens kunnen uit het mentale gebied voortkomen. En een ander gebied van je wezen - het werkelijke zelf - brengt andere gedachten en andere gevoelens voort."

VRAAG: Ik wil graag twee vragen stellen in verband met yoga. Is wat u vanavond zei hetzelfde als wat yoga noemt 'de spiegel van de werkelijkheid worden'? En ook dat het denken 'de doodsteek moet toebrengen aan de gedachten' om de werkelijkheid te kunnen bereiken?

"Ja, dat is hetzelfde, het wordt alleen heel vaak op een verkeerde manier gebruikt. Het wordt gebruikt als dwangmiddel, als iets opleggen, als met geweld iets uitschakelen. Zelfs het woord 'doodsteek' suggereert dit diepe en tragische onbegrip. Er ligt een verkeerd proces in besloten. Als je probeert het denken uit de weg te ruimen, verstopt het zich alleen maar. Het kan alleen verdwijnen door een proces van begrijpen. Verwarring wordt niet teniet gedaan door haar onder dwang uit je denken te bannen. Dit zorgt er alleen maar voor dat je het bewustzijn van het bestaan ervan onderdrukt. Maar als je naar de verwarring kijkt zonder dwang, zonder haast, zonder moraliseren,

zonder ontkenning, kun je hopen op begrip dat nodig is om er boven uit te groeien. ‘Doodsteken’ suggereert dwang, haast, moraliseren, dus dat kan de weg niet zijn. Hebben de meeste van jullie op dit pad dit verschijnsel niet al eens ervaren? Telkens als je een aspect tegenkomt dat je niet bevalt en je treedt het tegemoet met ongeduld en met dwang om er vanaf te zijn, komt het vroeg of laat altijd in een of andere vorm weer terug. Maar als je er rustig naar kijkt, bereik je een dieper niveau van begrip en daarmee begint dit aspect zachtjes aan echt zijn kracht en invloed te verliezen. Iedere keer dat dit ongewenste aspect weer terugkomt en je niet ongeduldig over jezelf wordt, maar probeert via het bestaan ervan meer over jezelf te weten te komen, word je kalm en rustig. Maar je kunt zeker niet vredig worden door het ‘dood te steken’, wat alleen maar een ander woord is voor wegwuiven. Wegwuiven kan alleen maar verdringing voortbrengen en verdringing is zelfbedrog. Je denkt dat jij een bepaald aspect niet hebt omdat je je er niet bewust van bent, maar dat wil niet zeggen dat je er vanaf bent. Daarom: dwang leidt alleen maar tot zelfbedrog en illusie. Maar als je het ongewenste laat bestaan, als je het naar de oppervlakte laat drijven, kun je het waarnemen, kun je het leren begrijpen. Je krijgt het door en ziet wat er achter steekt Dat is de enige weg, vrienden. Het elimineren of ‘doodsteken’ zou de kortste weg betekenen, maar je kunt geen weg bekorten als het gaat om groei en authentieke geestelijke gezondheid. Doordat je het laat gebeuren in volledig bewustzijn, houdt het op te bestaan zodra je het grondig hebt begrepen.

De leraren die dergelijke uitspraken deden, hebben bepaalde waarheden gezien. Maar ik betwijfel of iemand, die wat dit betreft de waarheid gezien en ervaren heeft, ‘doodsteken’ kan bepleiten. Degenen die dat doen, hebben slechts iemand anders ervaring overgenomen; ze herhalen wat ze gehoord hebben en geven zich over aan degenen die het weten. Het is natuurlijk ook mogelijk dat verkeerde termen gebruikt worden door vertalers en door anderen die de wereld iets willen doorgeven van wat een bepaald iemand ervaren heeft. Dergelijke methodes als ‘doodsteken’ enzovoort, leiden verder af van de werkelijke staat van zijn. Het kan leiden tot een illusoire, denkbeeldige staat van zijn.

De grote geesten van alle tijden hebben gezegd en zullen zeggen wat ik jullie al een aantal jaren probeer te vertellen vanuit verschillende benaderingswijzen en gezichtspunten. Ze mogen andere woorden hebben gebruikt, maar de essentie blijft altijd dezelfde. Jezus sprak over geen weerstand bieden aan het kwade. Dit is wat hij bedoelde. Als je

weerstand biedt aan het kwade, de verwarring, de misvormingen, dan dwing je ze alleen maar ondergronds te gaan. Als je er geen weerstand aan biedt, kun je ernaar kijken. Je hebt dan vanzelf de nederigheid om niet te proberen meer te zijn dan je bent en daarmee heb je de basis-voorwaarden om er bovenuit te groeien, om herboren te worden in je werkelijke zelf. Disciplinaire maatregelen, uitschakelen, dwang, doodsteken, zijn allemaal vormen van weerstand bieden. Als je beoordeelt, bied je weerstand. Als je het rechtvaardigt, bied je weerstand."

VRAAG: Wat is dan de juiste zelfdiscipline?

"Ik geloof dat deze lezing, evenals alle vroegere, uitvoerig op deze kwestie ingaat. Een van de punten die ik steeds weer duidelijk maak, is dat disciplinaire maatregelen dwang betekenen en daarom wegleiden van zelfkennis. De intentie om naar jezelf te kijken zoals je bent en niet naar zoals je zou willen zijn. Maar discipline houdt dwang in, onderdrukking, verdringing, krachtdadig optreden, allemaal pogingen de kortste weg te gaan, allemaal illusies, allemaal maatregelen om het geïdealiseerde beeld van jezelf te versterken.

Zoals ik in deze lezing gezegd heb, zijn verstand, wil en daarom ook discipline nodig voor je uiterlijke handelingen, voor je fysieke leven, om te voorkomen dat destructieve impulsen manifest worden. Maar als het gaat om de groei van je innerlijke wezen, is discipline erg schadelijk. Als je je gedachten en je emoties disciplineert, dwing je ze iets anders te zijn dan ze zijn. In waarheid naar jezelf kijken is geen discipline. Dat is een voornemen waar je trouw aan bent. Als je je wil gebruikt voor het doel 'ik wil mezelf leren kennen', dan is dat goed, constructief en realistisch. Maar als je je wil gebruikt om iets te zijn wat je nog niet bent, hoe kan dat reëel zijn? Als je rustig naar jezelf kijkt zonder te moraliseren, zonder te rechtvaardigen, zonder te klagen of wrokkig te zijn, disciplineer je jezelf niet. Als je dergelijke neigingen bij jezelf aantreft en je kijkt ernaar, dan disciplineer je jezelf niet, je kijkt alleen naar wat er is. Begrijp je dat?"

VRAAG: Ik weet niet hoe iemand zonder zelfdiscipline kan leven.

"Dat is heel iets anders. Maar ik heb dit in deze lezing zo duidelijk gemaakt en ook in vorige lezingen, dat ik geloof dat je zult begrijpen wat ik bedoel, als je het nog eens rustig overleest en je er voor openstelt. Natuurlijk heeft de onrijpe ziel veel destructieve impulsen die alleen

door discipline voor uitvoering behoed kunnen worden. Maar daar heb ik het niet over, ik heb het over het innerlijke leven, over uitgroeien boven deze zeer destructieve impulsen. Ik spreek over de geboorte van het werkelijke zelf, liefde. Kan liefde tot leven komen door discipline, door een wilsdaad? Kan enig creatief proces tot stand komen door discipline? Kun je een goed mens zijn door discipline? Zeker niet. Begrijp je een beetje wat ik bedoel?"

VRAAG: Er zijn veel verschillende soorten discipline, dat is niet wat ik in gedachten had. Ik bedoelde kanaliseren.

"Wat bedoel je met kanaliseren?" *(Het kanaliseren van emoties.)* "Als je je emoties kanaliseert, dwing je ze te stromen op een manier zoals jij in je geest besloten hebt dat ze moeten lopen. Is dat authentiek? Kan dat tot realiteit leiden? Als je ze niet bewaakt en ze niet vertelt hoe ze moeten stromen, als je ze niet kanaliseert, zullen ze stromen zoals ze zijn. Dat zal je teleurstellen omdat je dacht dat jouw kanaliseren, jouw disciplinaire actie van ze gemaakt heeft wat jij wilde dat ze zijn, en ook jou gemaakt heeft zoals jij wilt zijn. Maar dat ben je niet. Als je echt zo was, hoefde je niets te kanaliseren. Je emoties zouden vanzelf op een constructieve manier stromen. Op het moment dat je ze moet kanaliseren, wantrouw je ze. En terecht, want ze zijn nog onrijp. Hoe kunnen ze rijp worden door ze te kanaliseren? Kanaliseer je enig levend organisme, een groeiend lichaam? Als je dat zou doen, zou je het verminken. En dat gebeurt ook met emoties als ze gekanaliseerd worden. Aan de buitenkant kunnen ze zich 'netjes gedragen' maar dat betekent nog niet dat ze boven hun onrijpe staat zijn uitgegroeid. Ik heb het daar in het verleden zo uitvoerig over gehad dat ik dat hier niet hoef te herhalen.[1] Ik wil er enkel dit aan toevoegen: gekanaliseerde emoties zijn gemanipuleerde negatieve emoties. Enkel door ze vrij te laten ben je in staat om ze door begrip te transformeren. Van nature zijn gevoelens constructief, maar hoe kun je erbij komen zolang je hun negatieve misvormingen niet begrijpt. Hoe kun je vrij zijn als je je emoties en dus ook jezelf kanaliseert? Zelfverwerkelijking is vrijheid. Discipline en kanaliseren leiden je van die vrijheid weg.

VRAAG: Als je verkeert in deze staat van zijn die je werkelijke zelf is en je functioneert op een positief niveau en je ontdekt dan een neurotische neiging op een diep niveau uit het verleden, dan lijkt het of het werkelijke zelf verdwijnt. Waarom kan het niet

[1] Zie o.a. lezing 89 'Emotionele groei' (Noot vertaler)

de kanalen die er zijn, openen en waarom lukt creatief werk dan niet?

“Ja natuurlijk. Creativiteit komt vanuit het werkelijke zelf. Helemaal je werkelijke zelf zijn betekent heel veel begrijpen en waarnemen. Maar dit begrijpen en observeren wordt constant onderbroken door je vastgeroeste gewoonte om dingen weg te stoppen, te moraliseren en te rechtvaardigen en alles wat daar bij hoort. Het lukt je misschien een keer en dan vergeet je het weer en de volgende keer als je een probleemgebied tegenkomt, onderdruk je het weer, beoordeel je het en keer je je af van dat wat is. Dat is de moeilijkheid waar je je van bewust moet zijn om de gewoonte te kunnen aannemen van kijken, zien en proberen te begrijpen, los van alle vooropgezette ideeën. Misschien ook zorgt de vroegere beleving van je werkelijke zelf ervoor dat je het als vanzelfsprekend aanneemt en dat je er naar streeft het nog eens te bereiken. Maar streven is precies het tegenovergestelde van wat nodig is om het werkelijke zelf tot leven te laten komen. Een vroegere ervaring kan niet herhaald worden in een directe ervaring. Maar de manier waarop je ermee omgaat - namelijk vrij van verdringing, zonder je er vanaf te keren, met de bereidheid om rustig en zonder te oordelen te kijken naar wat is, het te begrijpen zonder er gehaast over te doen – dát kan de ervaring opnieuw doen plaatsvinden.

Bovendien is je werkelijke zelf helemaal bedekt met onechte lagen opgelegde denkbeelden. Je bent misschien begonnen met één gebied te verwijderen en hebt daar een zeker niveau bereikt, maar andere gebieden die nu aan de beurt zijn, zijn nog altijd toegedekt. Hier moet de doorbraak weer helemaal van voor af aan via hetzelfde proces tot stand gebracht worden. Al heb je die ervaring slechts een paar keer meegemaakt, het zal je ontzettend veel kracht geven. Verwacht nog niet dat je die aldoor hebt. Dergelijke verwachtingen hebben een zeer negatief effect.”

VRAAG: Maar je bent volop met creatief werk bezig en dan opeens kun je het niet meer aan?

“Omdat er nog bepaalde belemmeringen in je zitten die je niet volledig begrepen hebt. Toen je die ervaring kreeg, had je dat nog niet verwacht. Het kwam ongevraagd, maar onbedoeld als het ware had je de juiste houding, waar ik het zo vaak over heb. En dan ben je die houding weer kwijt. In plaats daarvan heb je de verwachting van het mooie gevoel en

daaruit volgt het streven van je geest, streven weg van wat is."

VRAAG: U sprak net over opgelegde normen. Hoe moeten we onze kinderen opvoeden? In dit stadium is iedere norm die we onze kinderen geven, opgelegd.

"Wel, lieve mensen, dit is een hoofdstuk dat te ver voert om er nu op te antwoorden. Al wat ik nu kan zeggen is dat de opvoeding van mensen op dit punt zo verkeerd is. Die zou veel constructiever kunnen zijn. Als een kind opgevoed kon worden volgens een leer als deze, als zelfkennis en zelfbegrip en eerlijk onder ogen zien wat is, in een kind aangekweekt zouden worden, dan zou er geen conflict zijn tussen de twee onbevredigende mogelijkheden: ofwel alle destructieve impulsen de vrije loop laten, ofwel de levende geest van de waarheid gevangen zetten ter wille van goed gedrag. Een kind zou van meet af aan gestimuleerd kunnen worden om zich innerlijk te ontwikkelen en niet alleen uiterlijk, door de waarheid onder ogen te zien. Op deze manier zouden opgelegde normen een structuur zijn alleen voor degenen die nog niet in staat zijn hun gedrag in constructieve banen te leiden. Omdat de opvoeding zover achterloopt bij wat ze op dit moment al echt zou kunnen zijn, worden morele wetten een zweep om mee te slaan, een gevangenis, een rigide tekst; de levende geest van liefde kan zo niet groeien. Ik denk dat er nog wel wat tijd over heen zal gaan voor de mensheid haar opvoedingssysteem zal veranderen, hoewel al een aantal aarzelende pogingen worden ondernomen en dat zal langzaam toenemen. Misschien zal het eerst bij individuele gezinnen, bij individuele leraren beginnen en geleidelijk aan zal het gemeengoed worden. Maar tot het zover is, zullen veel meer mensen zichzelf in waarheid en werkelijkheid onder ogen komen zoals ze nu zijn, en moeten ze er niet naar streven om al anders te zijn. Veel meer mensen moeten leren te leven naar wat ze zijn in plaats van te pretenderen iets anders te zijn. En dat is de enige manier waarop verwarring, pijn en lijden uit de weg geruimd kunnen worden. Dat is de enige manier waarop God tot leven kan komen. Licht, liefde, vreugde - ze komen allemaal uit de waarheid voort. Geen waarheid die ver voorbij jullie staat van zijn is, maar waarheid zoals die nu al binnen in jezelf aanwezig is.

Gezegend zij ieder van jullie. Moge deze woorden tot je doordringen, en ook al is het effect nog maar gering, ze zullen buitengewoon helpend blijken te zijn. Overweeg deze woorden en voel ze. Ga met deze

gedachten voor jezelf aan de slag, zodat je ze als waarheid kunt accepteren. Maak je los van ideeën waar je alleen aan vast wilt houden omdat je dat al zo lang gedaan hebt en omdat je nog steeds worstelt om jezelf zoals je nu bent te herkennen. Dat alles brengt alleen maar nog meer strijd.

Wees gezegend, vrienden, ieder van jullie. Wees in vrede. Wees in God."

Deze lezing werd gegeven door Eva Pierrakos in 1962
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Intellect and Will as Tools or Hindrance for Self-Realisation'.
Vertaling door Jan van der Horst in 1989; herzien in 2000 door A. en M. Mol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*

104/20