De overgang naar positieve gerichtheid

11 februari 1972
lezing 198

“Gegroet, God zegene ieder van jullie.

Concentreer je op de dimensie die nu haar volheid en rijkdom aan jullie wil doorgeven. Je kunt erdoor verrijkt worden als je dat wilt; je moet je concentreren en ervoor kiezen. Vraag je innerlijke gids om je hierbij te helpen, zodat de lezing van vanavond weer een volgende stap op je pad kan zijn.

Ik wil het weer hebben (dit keer op een dieper niveau en vanuit een nieuwe benadering) over je poging om negatieve gerichtheid te veranderen in positieve uitingen. Velen van jullie die op het Pad zijn, hebben al heel wat ontdekt met betrekking tot hun negatieve intenties. Je bent je uiteindelijk bewust geworden van heel wat dingen die je vroeger negeerde, ontkende en onderdrukte. Ik hoef niet te zeggen hoe belangrijk, hoe wezenlijk dit is, op welk pad van zelfkennis, zelfconfrontatie en zuivering dan ook. Zoals je weet is het grootste deel van de mensheid zich totaal niet bewust van wat er achter de ogenschijnlijk of zelfs ook werkelijk goede bedoelingen zit en evenmin van wat er achter ogenschijnlijke hulpeloosheid zit. “Ik kan het niet helpen als ik zus of zo voel”, de uitdrukking van een negatieve gerichtheid. Dus vergeleken bij deze toestand van vervreemding en onwetendheid omtrent jezelf, zijn degenen die zich ervan bewust zijn dat ze opzettelijk een negatieve houding hebben gekozen en dat ook toegeven inderdaad een heel stuk verder.

Maar, vrienden, bewustzijn is niet genoeg. Er is nog meer te doen. Ik

heb in een van de laatste lezingen ook besproken dat er een fundamentele reden is waarom het zo moeilijk is negatieve gerichtheid te veranderen in positieve: dat je jezelf in het geheim bijna volkomen identificeert met het destructieve deel. Dus lijkt het alsof het opgeven van dat deel van je persoonlijkheid riskant en gevaarlijk is en tot vernietiging leidt. De vraag is dan hoe je te werk moet gaan om dat subtiele, innerlijke gevoel van identiteit te verschuiven. Als je negatieve uitingen niet aan jezelf toegeeft, vormen ze een woekerende opeenhoping van schuld en twijfel aan jezelf, die er beknopt vertaald als volgt uitziet: "Als de waarheid eens bekend werd….. ik ben zo slecht. Maar omdat ik echt zo ben en omdat ik niet wil ophouden te bestaan, kan ik mezelf niet willen opgeven. Ik kan alleen nog maar doen alsof ik anders ben."

Voor de ziel is dit een verwoestende sfeer, waarin de verwarring groeit en het ware contact met jezelf steeds meer verloren gaat. Theoretisch juiste, verstandelijke kennis brengt weinig verlichting in deze pijnlijke, verontrustende toestand. We zullen in deze lezing nauwkeuriger ingaan op het proces dat ik aanraad om een verandering teweeg te brengen.

De eerste stap is het besef dat je negatieve gerichtheid eigenlijk niet onbewust is in de strikte betekenis van het woord. Het zijn helemaal geen diep weggedrukte dingen. Eigenlijk gaat het om een bewuste houding en uitdrukking, alleen heb je er de voorkeur aan gegeven die te negeren, tot je tenslotte 'vergeet' dat die er is. Als je voortdurend en opzettelijk iets de rug toekeert, zie je tenslotte echt niet meer wat er is. Op het moment dat je weer scherp gaat kijken, worden die dingen onmiddellijk zichtbaar. Dus dat zijn geen echt onbewuste dingen. Dit verschil is heel belangrijk.

Op dit moment ervaren de meeste van jullie een deel van deze negatieve intenties, jullie zien ze onder ogen en geven ze toe, maar niet alles. Je geeft er nog steeds de voorkeur aan een deel ervan te negeren. Om die resterende aspecten volledig bewust te maken en ook om de verandering van negatieve naar positieve gerichtheid op gang te brengen, is het nodig dat je je concentreert op die 'kleine, onbelangrijke' alledaagse gedachtepatronen die zo met je vergroeid zijn dat het nauwelijks bij je opkomt daar aandacht aan te besteden. De gedachteprocessen zijn geweldig sterk en er moet naar gekeken worden. Er zijn zoveel gedachten en automatische reacties die je als vanzelfsprekend ziet en verdoezelt. Je negeert hun aanzienlijke kracht

en je laat ze gewoon gaan. Kwaadwilligheid of jaloezie of beschuldigende wrok kunnen reacties zijn waaraan je geen aandacht besteedt, ondanks het feit dat je je in andere opzichten bewust bent van bestaande negatieve bedoelingen. Maar het zijn die kleine, alledaagse reacties en gedachten die je moet onderzoeken.

Het kan bijvoorbeeld zijn dat je een onredelijke boosheid of haat toegeeft. Uiterlijk beweer je misschien dat die reacties onredelijk zijn. Maar iets in jou vindt nog steeds dat deze gevoelens 'gerechtvaardigd' zijn en voelt zich onrechtvaardig behandeld. Je reageert nog steeds op het verleden en brengt de reactie over op het heden. De vroegere pijn en angst worden misschien echt onderdrukt, in de ware zin van het woord. Om bij de echte, directe ervaring te kunnen komen, is het nodig dat je de verdediging zo grondig mogelijk aanpakt. De verdediging is altijd een of andere vorm van negatieve gerichtheid die niet echt onbewust is. Je vroegere pijn, een ervaring die je tegenover jezelf ontkent, wordt een verwrongen reactie in het heden. En deze reacties moet je zien voor wat ze zijn.

Laten we aannemen dat je in een situatie in het heden boos en wrokkig bent. Zoals ik al zei, kun je over het algemeen wel weten en toegeven dat dit je negatieve gevoel is, maar emotioneel vind je nog steeds dat je op dat punt 'gelijk' hebt. Er kan hier sprake zijn van een pijnlijke verwarring: enerzijds voel je aan dat je eisen en reacties ongerechtvaardigd zijn; anderzijds voel je je zo misdeeld en eisend dat je reageert alsof de wereld om jou zou moeten draaien, waardoor je de hele situatie niet meer objectief kunt zien. In dit stadium is het noodzakelijk dat je de gedachte die in jou woekert naar boven haalt en onderzoekt met het deel van je dat volwassen is. Je moet deze verwarde gedachte helemaal volgen en al je hulpbronnen en aandacht gebruiken om jezelf beter te gaan begrijpen. Op die manier zullen negatieve gevoelens met de daarachter liggende verwrongen gedachten tegenover ware, volwassen en realistische gedachten komen te staan. Maar die laatste moeten de eerste niet weer onderdrukken. Dat moet je beslist vermijden - en jullie die op dit pad zijn weten nu genoeg om niet door deze valkuil te worden verleid. Het proces moet een bewuste dialoog zijn, zoals ik al eerder heb gezegd over het algemene proces van meditatie en zuivering. Dit is een proces van integratie waardoor uiteindelijk de splitsing wordt geheeld en een identificatie met je volwassen, constructieve, echte ware zelf tot stand wordt gebracht.
Het is niet alleen noodzakelijk dat je de foutieve, destructieve, gemene,

onrealistische houdingen toegeeft. De volgende stap is dat je precies weet waarom ze zo zijn en hoe ze de waarheid verdraaien. Dan kun je op een verstandige manier de reële situatie bespreken in plaats van je kinderlijke, verwrongen opvatting daarvan. Als je dat kunt, als je eerst je volkomen onredelijke verlangen en bedoeling, je volkomen destructieve houding kunt uiten en dan kunt zeggen hoe dit in strijd is met de werkelijkheid, eerlijkheid en waarheid, dan heb je (om welke negativiteit het ook gaat) weer een belangrijke stap gezet met betrekking tot het veranderen van negatieve gerichtheid in positieve. Je hebt dan een onnodige verdediging uit de weg geruimd, een broze muur die je ervan weerhoudt het leven te ervaren. Zo moet je samen met je kinderlijke, destructieve gedachten je volwassen gedachten uitspreken omtrent dezelfde kwestie waarbij je emotioneel betrokken bent. Dat kun je als je het echt wilt, want gewoonlijk kun je heel goed nadenken. Je denkprocessen zijn meestal het hoogst ontwikkeld en je kunt ze in dienst stellen van je zuiveringsproces. Pas dan kunnen je gevoelens gaan veranderen - dat wil zeggen: je echte, reeds bestaande gevoelens mogen zich gaan manifesteren.

Het is absoluut noodzakelijk dat je weet wat de betekenis is van je verkeerde houdingen en wat deze met zich meebrengen. Waarom bijvoorbeeld je boosheid, je vijandigheid, je jaloezie, je afgunst en je oneerlijke, eenzijdige eisen echt onrechtvaardig zijn. Alleen dan begrijp je ook dat boosheid gerechtvaardigd kan zijn. Alleen dan kun je boos zijn op een zuivere manier, zonder schuld, twijfel aan jezelf, zwakheid en nadelige invloeden die blijven doorspelen. Jaloezie en afgunst zijn nooit gerechtvaardigd, zijn nooit gezonde reacties - en daar ga ik het straks over hebben. Maar boosheid en pijn kunnen gerechtvaardigd zijn.

Zolang je echter niet duidelijk weet of je boosheid gerechtvaardigd is, blijf je altijd in verwarring. Je wordt steeds heen en weer geslingerd tussen schuldgevoelens en wrok, tussen zelfontkenning en zelfverwerping en het ontkennen en verwerpen van anderen, van het leven, tussen angst voor en afkeuring van anderen. Enerzijds probeer je de twijfel aan jezelf tot bedaren te brengen door ijverig allerlei argumenten te verzamelen, anderzijds ben je verlamd door angst en zwakheid en ben je niet in staat voor jezelf op te komen. Je bent net zo zwak en verward in situaties waarin je uiting geeft aan je onredelijke, kinderlijke eisen en aan je destructieve bedoelingen die ontstaan als gevolg van het feit dat er aan die eisen niet wordt voldaan, als in

situaties waarin je omwille van de waarheid je rechten zou moeten verdedigen. Vaak komen beide uitingen in dezelfde situatie voor, waardoor de verwarring nog groter wordt. Met je verstand alleen kun je dergelijke conflicten niet oplossen. De destructieve elementen moet je eerst toegeven maar dan moet je verstand die tegemoet treden, begrijpen en corrigeren.

Je wint er nooit iets bij als je je volwassen verstand alleen gebruikt om de pijnlijke verwarring te rationaliseren, om uit verdediging argumenten bijeen te schrapen, om je eigen situatie te rechtvaardigen en om jezelf ervoor te hoeden je destructieve bedoelingen toe te geven. Maar als je je volwassen psyche gebruikt om licht te werpen op je onredelijke eisen, zodat het duidelijk wordt dat ze onredelijk en oneerlijk zijn en dat de daaruit voortvloeiende emotionele reacties destructief zijn voor alle betrokkenen, dan heb je veel gewonnen en komt de waarheid omtrent de situatie naar boven.

Dit is het werk dat in het volgende stadium van het Pad op je wacht. Jullie zijn al een heel stuk verder gekomen wat betreft het toegeven van gedeeltelijk negatieve bedoelingen. Maar dat toegeven op zich wordt zo vaak een subtiele vlucht. Door een destructief gevoel telkens opnieuw alleen maar toe te geven zonder verder te gaan en het te onderzoeken om te weten waarom en hoe het verkeerd is, heb je weer een achterdeurtje gevonden. Schijnbaar doe je het goede maar je weigert om echt verder te gaan, helemaal tot het eind.

De verleidingen van het kwaad zijn zo subtiel. Elke waarheid kan in dienst gesteld worden van een misvatting. Daarom moet je zo waakzaam zijn en dit is ook de reden waarom goed doen op zich nooit kan waarborgen dat je oprecht bent en in overeenstemming met de spirituele wet. Daarom zijn de regels en de theorie van waarheid en wet altijd verwrongen door de krachten van het kwaad. Er is geen enkele formule die je daartegen kan beschermen. Alleen de oprechtheid van je hart kan dat. En deze oprechtheid, deze goede wil moet je voortdurend aankweken. Je krijgt die door je dagelijkse terugblik en meditatie die als een spirituele schoonmaak werken door je toewijding aan Gods wereld van waarheid en liefde, van eerlijkheid en integriteit. Wanneer je bereid bent meer waarde te hechten aan fatsoen, waarheid, liefde en eerlijkheid dan aan de ogenschijnlijke voordelen van het angstige, vasthoudende en ijdele kleine ego, dan zal je vrijheid merkbaar toenemen. Wanneer je dit doet op de innerlijke niveaus waarmee je nu

door dit werk in contact komt, dus niet alleen oppervlakkig op het niveau van je uiterlijke zijn, dan gaat de zuivering heel diep.

Je bent zo vaak vrij en eerlijk in het toegeven van destructieve, hatelijke gevoelens maar vaak weet je nog steeds niet waarom ze zo destructief zijn. Elk gevoel dat geen uitdrukking is van de hele waarheid omtrent de betrokken situatie is destructief. Daarom moet je alle punten en gevolgen op waarde schatten en begrijpen. Je moet duidelijk beseffen waar je er met je gevoelens, reacties en innerlijke, (vaak geheime) redeneringen naast zit. Negatieve gevoelens toegeven kan een vlucht zijn als het op een al te gemakkelijke manier gebeurt zonder echt te weten waar het om gaat; misschien juist omdat dat nu van je verlangd wordt.

Laten we nu terugkeren naar jaloezie, afgunst en wedijver. Waarom zijn dat nooit ofte nimmer ware, gerechtvaardigde gevoelens of emotionele reacties? Bijna alle mensen lijden in zekere zin en in zekere mate aan deze volkomen irreële gevoelservaringen. Kinderen hebben ze ten opzichte van een van hun ouders, van hun broers en zussen en van hun leeftijdgenoten. Volwassenen kennen die gevoelens ten opzichte van een groot deel van hun omgeving. Telkens wanneer iemand anders iets heeft of ervaart wat zij niet hebben of ervaren, ontstaan jaloezie, afgunst en wedijver.

Waarom zijn die gevoelens irreëel? Omdat de daaraan ten grondslag liggende gedachten voortkomen uit de veronderstelling dat het universum slechts een beperkte voorraad wenselijke dingen en ervaringen heeft, en dat daarom iets wat een ander ontvangt, van jou wordt weggenomen. Dit is geen duidelijke, bewuste gedachte. Zelfs je volwassen verstand weet dit niet, laat staan die vage, verwarde emoties die je ervaart zonder hun betekenis te kennen. Zoals ik al eerder heb gezegd, is het al een grote stap in de goede richting wanneer je dergelijke gevoelens kunt toegeven, iets wat je nooit eerder zou hebben gedaan. Maar het is niet de laatste stap. Nu moet je duidelijk leren waarom en op welke manier deze gevoelens bedrieglijk en destructief zijn. Je kent misschien een gedeelte van de waarheid, maar je denkt daar niet echt over na en je past het niet rechtstreeks toe op die negatieve gevoelens. Op het moment dat je geloof hecht aan de stelling dat je reden hebt om jezelf misdeeld te voelen wanneer iemand anders iets heeft wat jij niet hebt (dit is jaloezie of afgunst), negeer je ook het feit dat jij jezelf afsnijdt van wat je zou kunnen hebben. Het wordt je

niet door anderen aangedaan. Misschien wéét je zelfs, in een ander deel van je psyche, hoe je door je handelen, denken en voelen een misdeeld iemand van jezelf maakt. Misschien ben je op je pad tot dit besef gekomen. Misschien geef je toe dat je niet bereid bent het betrokken risico te lopen, de prijs te betalen die noodzakelijk is om datgene te krijgen waarnaar een deel van jou verlangt en wat een ander deel negeert. Maar je past dit nog steeds niet toe op je afgunst, op je angst dat anderen misschien meer hebben dan jij of op je wrok dat het zo is.

Daarom zou het verstandig zijn als je je jaloerse, afgunstige en wedijverende gebieden nauwkeurig zou onderzoeken, als je zou toegeven dat je negeert wat je benijdt (wat het ook is), als je zou onderzoeken hoe je dat negeert en hoe je aspecten ervan verwerpt die noodzakelijk zijn voor het 'verkrijgen' van wat je benijdt, als je zou beseffen dat anderen die je benijdt klaarblijkelijk de natuurlijke wet hebben vervuld die in elke scheppende ervaring besloten ligt. Hoe meer je dat doet, des te dieper wordt je begrip dat het universum een onbegrensde hoeveelheid goede dingen oplevert voor alle entiteiten die daar ontvankelijk voor zijn. Daarom hoef je niemand iets te misgunnen.

Wanneer je afgunstig bent, kijk dan hoe je door deze of die houding die tot een bepaald gedrag voert opzettelijk je geluk vernietigt en daarmee de kans om het te realiseren. Zie hoe je jezelf afsluit en bij de negatieve houdingen blijft waardoor je niet vervuld kunt worden. Je legt niet het verband tussen deze houdingen en je leegte en onvervuldheid. Daardoor raak je nog meer verbitterd en voel je je nog meer gerechtigd tot wrok en negativiteit.

Let er wel op dat het besef van je eigen verantwoordelijkheid voor je onvervulde behoeften je er niet toe aanzet je destructieve bedoelingen opnieuw te verstoppen. *Een van de meest belangrijke houdingen die je moet verwerven om jezelf op een gepaste manier te kunnen respecteren en aanvaarden, is het vermogen om toe te geven dat je fout bent, zonder jezelf onwaardig en onaardig te voelen.* Dit is de grote strijd. Je gelooft dat je nooit fouten mag maken om aardig en rechtschapen gevonden te worden. Dit idee brengt zoveel verwoesting en verwarring teweeg. Je kunt de destructiviteit toegeven zonder jezelf op een hopeloze manier waardeloos te voelen.

Wanneer je jaloers en afgunstig bent, ontbreekt het je aan vertrouwen

in de universele werkelijkheid. En die is *onbegrensd overvloedig*, als je je hart maar opent, je verstand, je bewustzijn, je vermogen om te ontvangen. Maar als je vastzit aan negatieve bedoelingen kun je onmogelijk ontvankelijk zijn. Ontvankelijkheid is onverbrekelijk verbonden met positieve bedoelingen. Negativiteit en ontvankelijkheid sluiten elkaar daarom wederzijds uit. Als je negatief bent, ben je dus voortdurend misdeeld. Voor jou lijkt het alsof de buitenwereld daar de oorzaak van is, maar in feite snijd je jezelf af van de werkelijkheid van steeds beschikbare overvloed.

Wedijver (een variant van jaloezie en afgunst) gaat ook uit van de verkeerde veronderstelling dat eigenwaarde wordt bepaald door vergelijking met anderen. Dit is ook een totale verdraaiing van de werkelijkheid. Je kunt niemand vergelijken met een ander. Hoe volmaakt en doeltreffend, creatief en vervuld iemand ook is, hij of zij is niet beter of meer, niet méér geliefd, uitverkoren of bevoorrecht. Die mensen hebben gewoon de eigen scheppende vermogens meer gebruikt dan jij die hen benijdt. Ze hebben mogelijk hun plekje in het leven gevonden, hun plaats, hun vervulling, hun centrum, terwijl jij je nog steeds van je centrum afwendt, vecht tegen *in* je centrum zijn en vecht tegen het realiseren van je mogelijkheden.

Dus je plaatst jezelf in de meest ongerijmde positie waarin je de rijkdommen van het universum negeert en vervolgens twijfelt aan het universum en zijn natuurlijke wetten, die niets anders willen dan je de grootste vervulling, uitbreiding en vreugdevolle zelfexpressie te geven. Je twijfelt opzettelijk aan overvloed en negeert die (onder het mom van verstandelijke overwegingen) en toch misgun je anderen innerlijk wat ze hebben.

Ik kan niet genoeg benadrukken dat je begrip omtrent de destructieve, tegenstrijdige houdingen in je afgunst, je jaloezie, wrok, wedijver, verwijt e.d., niet tot resultaat moet hebben, dat je deze gevoelens opnieuw gaat onderdrukken. Ze moeten aan de oppervlakte blijven en genomen worden voor wat ze zijn, tot je deze energiestromen echt verandert. Vergeet geen moment dat al die gevoelens energie gebruiken. Deze verspilde energie kan dan niet vóór je, maar gaat tegen je werken, op een manier die jou pijn doet en waardoor dingen aan je voorbijgaan, want je drijft een wig tussen jezelf en de rijkdom van de schepping.
Deze lezing is bedoeld om je te motiveren om heel kalm je destructieve

bedoelingen te observeren, te testen, te meten, te onderzoeken en op waarde te schatten om zodoende te begrijpen waarom en hoe ze zo zijn; en om dan te zien wat in vergelijking daarmee de oprechte, realistische houding is. Vraag om leiding en inspiratie voor dit proces. Vraag om hulp, zodat je in toenemende mate de overvloed van het universum kunt ervaren. Dan hoef je geen strijd te leveren: enerzijds duwen, graaien en grijpen en anderzijds ontkennen en negeren. Als je ontkent en negeert, is dat een uiting van je wantrouwen. De energetische beweging van ontkennen en negeren is een beweging van afsluiten, waardoor het voor het universum volkomen onmogelijk wordt bij jou te komen en je haar rijkdommen te geven. Het kan je haar rijkdommen niet *geven*, dat kan het alleen als je er open en ontvankelijk voor bent. *Het universum is zo rijk, zo vruchtbaar, kan door een creatieve geest voor zoveel doeleinden worden gebruikt dat het je alles geeft wat je van jezelf mag ontvangen, vooropgesteld dat dit geven geen schending is van de wet van de liefde.*

Wanneer je je gaat openen voor een toestand waarin je kunt ontvangen, moet je er ook op voorbereid zijn dat je naar buiten laat komen wat in je is. Open en ontvankelijk zijn betekent zonder verdediging zijn, innerlijk ontspannen, niet verkrampt, onbevreesd voor wat er ook mag komen - van binnenin je of van buiten. Als je bang bent voor pijn en je daarvoor afsluit, als je bijvoorbeeld niet weet dat je pijn kunt ervaren zonder uit elkaar te vallen, kun je onmogelijk open, zonder verdediging en ontspannen zijn in ziel en geest. Als je je verdedigt tegen een ongewenst gevoel of een ervaring, dan is er automatisch sprake van kwaad, dat wil zeggen van negatieve houdingen. Daarom is de eerste stap in de richting van een ontvankelijke houding het naar buiten laten van het kwaad dat in je is, het niet langer ontkennen, niet meer bang zijn voor je destructieve zelf. Dan kun je pijn ervaren. En als je niet meer bang bent voor jezelf, voor pijn, voor kwaad, dan heb je de juiste ontvankelijkheid. Als je jezelf dan bewust en actief gereed maakt voor de rijkdommen van het universum en als je jezelf voorstelt wat er in jou aan uitdrukkingsmogelijkheden en aanspraken leeft, zul je zien dat je deelt in de overvloed van het universum in precies die mate die jij wenst. Weet dat de overvloed van de scheppende kracht die jou ter beschikking staat elke beperking moet overstijgen die op je weg schijnt te liggen. Welke hindernis je ook tegenkomt, als je kunt geloven dat de scheppende, goddelijke kracht die uit de weg kan ruimen, dan gebeurt dat ook.
Het gaat hier niet om een magische kracht die voor je werkt zonder dat

je zelf op een diep niveau verantwoordelijk voor het scheppingsproces wordt. Integendeel, het is een aan de wetten onderhevig proces waar je volledig bij betrokken bent en waarvoor je de volle verantwoordelijkheid zelf draagt. Als je bijvoorbeeld twijfelt of je een ingewortelde slechte houding kunt overwinnen, dan schept deze twijfel beslist een schijnbaar onoverkomelijk obstakel voor je zuivering. Maar als je de verantwoordelijkheid neemt voor dit kwaad, terwijl je ook weet dat je een uitdrukking bent van de goddelijke kracht die alles kan scheppen wat je wilt, dan wordt je gezuiverd. Hoe meer je dat weet des te vlugger het gaat. Open jezelf om naar buiten te laten wat in je is en binnen te laten wat het universum je wil geven. Dit betekent dat wat uit jou komt ook verder moet worden onderzocht, zoals ik eerder in deze lezing heb uitgelegd. Zorg dat je gevoelens en je denken op hetzelfde niveau komen. Onderzoek de betekenis van je gevoelservaringen, van de geldigheid en de werkelijkheid achter het gevoel, dat wil zeggen de geldigheid van de veronderstelling die aan een gevoelsreactie ten grondslag ligt. Ik herhaal dat het niet voldoende is als je vaag weet dat een gevoel destructief en irreëel is. Dergelijke vage kennis laat de overtuiging die eraan ten grondslag ligt ongemoeid en die overtuiging moet blootgelegd, opnieuw bekeken, precies begrepen en uiteindelijk veranderd worden. Elke destructieve houding is een uitdrukking van een dieper gelegen waardeoordeel en van die oordelen moet je heel precies weten of ze juist of onjuist zijn. Je moet heel duidelijk weten welke uitleg je verkiest te geven aan bepaalde reacties en je moet weten waar die kloppen en waar niet. Probeer die werkelijkheid te vinden wanneer je die kleine, onbewuste emotionele reactie hebt waaraan je gewoonlijk geen aandacht besteedt. Ga er niet aan voorbij. Neem de tijd en concentreer jezelf op een ontspannen manier om dit aspect van het Padwerk uit te diepen.

Twijfel kun je alleen uit de weg ruimen wanneer je ruimte maakt om een vertrouwende houding te proberen. Maar als je alleen maar aan je wantrouwen toegeeft, zonder uit te zoeken wat het betekent, waarom het verkeerd is, hoe het misschien anders zou kunnen, dan blijft de situatie zoals die is. Dat is bij velen van jullie op dit punt van het pad het geval. Je kunt zeggen: “Ja, ik ken haat, afgunst, ik geef anderen de schuld, ik ken bitterheid, onredelijk eisen”, of wat dan ook. “Ja, ik ben kwaadaardig, ik wil vernietigen, ik ben jaloers, ik wil alles hebben en niets geven”. Maar als je de diepere betekenis niet onderzoekt, als je niet ten volle beseft hoe onrealistisch de aan die gevoelens ten grondslag liggende veronderstellingen, overtuigingen en interpretaties

zijn, dan kun je de defensieve negativi-teit niet opgeven en het leven niet ervaren. Je moet de gedachtegang onderzoeken die in wrok, wantrouwen, jaloezie, vijandigheid enzovoort besloten ligt. Onderzoek je gedachtegang en de conclusies die in deze gevoelens besloten liggen, want deze conclusies zijn hersenspinsels.

Mensen hebben allerlei kleine gedachten, elke dag en elk uur van hun leven. Ze besteden er geen aandacht aan, maar die gedachten betekenen veel. Gedachten zijn zo krachtig, gedachten scheppen. Je gedachten, net als je gevoelens, scheppen je daden en je ervaringen, ze scheppen de toestand van je lichaam, verstand, ziel en geest.

De negatieve gerichtheid die we onlangs besproken en naar buiten gebracht hebben, is daarom een grimmige werkelijkheid. Het is een scheppend proces - in negatieve zin, maar net zo scheppend als wanneer je positieve ervaringen opbouwt. Je wilt dit nog steeds niet zien, zelfs al geef je je negatieve intenties toe. Je geeft toe dat je opzettelijk een negatieve uiting in het leven wilt handhaven en voortzetten; natuurlijk niet op alle gebieden van je leven, maar op sommige. Maar wanneer je de invloed ontkent die dat op anderen heeft, ben je beslist blind voor de invloed die de negativiteit van een ander op jou heeft. Dit is een heel pijnlijke en verwarrende toestand. Deze wisselwerking kan alleen worden opgeheven wanneer je duidelijk weet wat jouw aandeel is, met inbegrip van de invloed die het heeft en het feit dat het een verdraaiing van de werkelijkheid is. Als je de invloed ontkent die je op anderen hebt, voel je in dezelfde mate vaag iets verontrustends en ben je in verwarring omtrent de negativiteit van anderen ten opzichte van jou. Je weet niet wat het allemaal betekent. Je voelt iets en wordt heen en weer geslingerd tussen wrok en schuld, zoals ik al eerder zei. Het gebrek aan duidelijkheid met betrekking tot jezelf zorgt beslist dat je vol twijfel over jezelf bent en dat maakt je weer zwak en angstig en laat je op de verkeerde manier voor jezelf opkomen of meegaand zijn.

In deze toestand ben je niet in staat onderscheid te maken tussen werkelijke negativiteit van anderen ten opzichte van jou en een houding van anderen *die helemaal niet negatief is, maar die jou alleen niet goed uitkomt*. Je bent dan net zo wrokkig en je voelt je net zo oneerlijk behandeld en gekwetst als wanneer mensen echt gemeen en kwaadaardig zijn vanwege hun eigen negatieve bedoeling Wanneer je echter jezelf kent, weet je ook het verschil tussen die twee

mogelijkheden in anderen en reageer je op de juiste manier op deze twee totaal verschillende ervaringen. Op het ogenblik ben je nog niet in staat onderscheid te maken tussen deze twee verschijnselen. Daarom probeer je vaak ‘voor je rechten op te komen’ terwijl je anderen hun rechten eigenlijk niet toestaat en je gewoon een hebberig, eisend, onredelijk kind wilt zijn. Anderzijds ben je net zo vaak blind voor de negativiteit in anderen, neem je een onechte verzoenende houding aan, terwijl je alleen vagelijk voelt dat er iets niet klopt. Je bent misschien wrokkig en komt in opstand, maar dat is geen zuivere en duidelijke reactie die voortkomt uit diepe zelfkennis en uit het begrip van de onwerkelijkheid in jou.

Het is uiterst belangrijk voor je dat je deze verwarring in je omgang met anderen begrijpt en als maatstaf gebruikt. Wanneer er in jou duidelijkheid is, raak je niet ondersteboven van de negativiteit en destructiviteit van anderen ten opzichte van jou. Je zult die dingen zien voor wat ze zijn. Misschien ben je boos, maar niet verward, zwak, schuldig of bang en je wordt er ook niet minder van of erdoor vernietigd. Tegelijkertijd ben je dan in staat om te aanvaarden dat een ander uiting geeft aan zijn leven, zijn gevoelens en zijn rechten, die niet hoeven samen te vallen met jouw verlangens. Eerst kom je echt te weten hoe ongerechtvaardigd je woede is, maar dan - als je dat echt begrijpt - zal de woede beslist verdwijnen en laat je anderen zijn, zelfs als dat jouw verlangens doorkruist. Het kleine kind stelt dan niet langer zijn eisen van ‘alles voor mij en wat ik wil, anderen kunnen me niets schelen’. Deze eisen moeten geuit worden, maar je moet weten dat ze hoogst onrealistisch en destructief zijn - en hoe en waarom dat zo is. Alleen wanneer je dit volledig en zuiver beseft, bevrijd je jezelf uit de vreselijk pijnlijke verwarring die ik eerder heb genoemd: de verwarring omtrent het gedrag van anderen ten opzichte van jou. Je voelt je niet langer onzeker over wat de juiste reactie op anderen moet zijn.

Dit is de manier waarop je een positie kunt bereiken waarin je bereid en in staat bent je negatieve bedoelingen en uitingen in het leven op te geven, op deze manier kun je de overgang naar positieve gerichtheid maken. De positieve uiting is bijvoorbeeld dat je de jaloezie opgeeft, omdat je kunt *wensen* te krijgen wat je begeert en bereid bent de prijs te betalen; dat je wilt onderzoeken op welke manieren je hebberig naar je toe wilt halen zonder te letten op de bijbehorende voorwaarden die je afwijst. Vervolgens koester je de gedachte: “Er is genoeg voor mij. Ik kan anderen laten hebben. Wil ik het echt? Wil ik de prijs betalen voor

wat mijn afgunst wekt? Doe ik echt mijn best voor datgene waarom ik de ander benijd? Als ik er niet mijn best voor doe, heb ik dan het recht om het van die persoon te willen afnemen, om het hem of haar te misgunnen?" Daarna kun je in je gebed vragen om juist in dit opzicht te kunnen liefhebben, om anderen hun vreugde te laten. Zoals je jezelf behandelt, zo moet je onvermijdelijk ook anderen behandelen. Dat weet je, maar het omgekeerde is net zo waar: zoals je anderen behandelt, zo behandel je jezelf. Als je anderen edelmoedig en eerlijk hun dingen laat hebben, ontdek je opeens dat je dat ook jezelf kunt toestaan. De grote angst die je nog steeds voelt wanneer je je ontplooit en voor het universum opent, zal geleidelijk en soms zelfs plotseling verdwijnen. Je kunt dan het vreugdevolle universum verdragen zoals dat voortdurend in je en om je heen trilt. Het zegt je voortdurend wat je moet doen. Je gaat de stem van waarheid en liefde herkennen. Je voelt en ervaart de manifestatie van diepe vreugde. Maar niet zolang je hart en verstand klein en gespannen zijn, niet zolang je het anderen niet wilt laten hebben, niet zolang je je positieve krachten gevangen houdt in een angstige, wantrouwende en wrokkige houding. Maar als je durft te riskeren en te vertrouwen - vertrouwen in God - en daaraan openlijk uiting geeft in Gods wereld, dan zul je de vreugde van de werkelijkheid kennen.

Het moment is gekomen, vrienden, waarop een steeds groter aantal van jullie aan die overgang kan beginnen. Niet door het kwaad en de daaraan ten grondslag liggende pijn te negeren, maar door op een realistische manier het kwaad te transformeren. Dan sta je jezelf toe alle gevoelens volledig te ervaren en geef je je eigen bewustzijn de kracht om het leven te sturen zoals jij dat wilt.

Ben je bang voor deze of die ervaring? Je kunt onmiddellijk een nieuwe toestand scheppen door bij jezelf te zeggen: "Is het echt nodig om bang te zijn? Is het mogelijk om op een veilige en gezonde manier deze of die vreugde, creatieve zelfexpressie, genot, of eerst pijn, angst, wanhoop te ervaren? Ik wil dit vermogen tot het mijne maken om door het laatste heen te gaan en bij het eerste uit te komen".

Zo werkt positieve schepping. Het kan. Vraag bij elke stap om innerlijke leiding, vraag om oplettendheid en bewustzijn, zodat je niet datgene wegstopt waarmee je moet afrekenen. Terwijl je dit doet, weet je niet alleen, maar voel en ervaar je ook in elke vezel van je wezen dat wat je vreest een illusie is en dat het universum rijk en vreugdevol is.

Jullie allemaal, die vandaag de speciale kracht hebben ontvangen, neem haar in en laat haar samensmelten met je eigen kracht, want het is één en dezelfde kracht. De kracht die hier vandaan komt helpt je alleen om je eigen kanalen te openen, zodat jouw scheppende kracht naar buiten kan stromen. Ik laat deze energie nu bij jullie achter. Mediteer erop, werk ermee, open jezelf, zoals jullie dat in de afgelopen maanden steeds meer gedaan hebben. Laat je door deze energie omhullen en bewegen naar waar je heen moet. Laat de inspiratie komen, zodat jullie daar allemaal op je eigen manier uiting aan kunnen geven. Wees een kanaal, zodat de energie je kan helpen bij je volgende stap op je pad - waar je ook bent of wat dat in jouw geval ook betekent. Ik zeg tegen jullie allemaal: probeer in de nu volgende meditatie je vertrouwen in het universum uit te drukken, probeer te denken dat je inderdaad overvloed, vreugde en vervulling van je leven, van je incarnatie kunt hebben - en dat vervulling diepe vrede brengt.

Wees allemaal gezegend, vrienden.”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1972.
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N. Y.)
onder de titel: 'Transition to Positive Intentionality'.
Vertaling door Frans Oosterbaan in 1985.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*