Identificatie met jezelf

29 maart 1963
lezing 113

“Gegroet, liefste vrienden. Zegeningen voor ieder van jullie. Gezegend is dit uur!

Mogen jullie allemaal baat bij deze woorden hebben, ook al komt het vaak voor dat het werkelijke begrijpen van deze lezingen pas later komt, als je - waar dan ook in dit padwerk - in jezelf die lagen bereikt die op de inhoud van een bepaalde lezing betrekking hebben. Wanneer je tegen innerlijke problemen en conflicten aanloopt die met de inhoud van een lezing te maken hebben, krijgen deze woorden echt betekenis voor je. Soms gebeurt dit pas jaren nadat je een lezing gehoord of gelezen hebt. Maar als het gebeurt betekent het een totaal nieuw begrijpen, een nieuwe ervaring. Dan weet je wat er bedoeld wordt met het verschil tussen intellectueel en emotioneel inzicht.

Voor de nieuwe vrienden zal het om voornoemde redenen niet gemakkelijk zijn om deze lezing te volgen. Voor degenen die dit pad reeds volgen is het al vaak moeilijk om het echt te begrijpen. Hoeveel moeilijker is het dan voor iemand die zich niet met zelfonderzoek bezig houdt. Zelfs verstandelijk begrip is niet mogelijk als men de inhoud van voorafgaande lezingen, die een soort voorbereiding voor deze lezing vormen, niet kent. Toch voel je bij een hier geopperde gedachte misschien een diepe innerlijke weerklank en dat kan je mogelijk vroeg of laat helpen om op dit pad van bevrijding te komen. Het is mogelijk dat er een zaadje gezaaid wordt dat op een later tijdstip vrucht gaat dragen.

Deze keer, vrienden, wil ik een onderwerp bespreken dat ik nog niet eerder behandeld heb: *identificatie met jezelf,* in tegenstelling tot identificatie met anderen. De vorige keer heb ik over de mens en zijn

betrekking tot de tijd gesproken. [1] Jullie zullen je herinneren dat wat ik gezegd heb, erop neerkwam dat de mens maar heel zelden in het nu leeft. Hij reikt uit naar de toekomst en/of hij trekt zich terug in het verleden en vaak vinden die tegengestelde bewegingen gelijktijdig plaats. In beide gevallen onttrekt de mens zich aan het heden.

Alleen wanneer je in het nu leeft, leef je in de werkelijkheid. Je kunt niet in de werkelijkheid leven als je steeds maar naar de toekomst reikt, omdat zo'n toekomst zoals je die hoopt, fantaseert of vreest, er waarschijnlijk nooit precies zo uit zal zien. Maar veronderstel dat het in theorie mogelijk zou zijn om je de toekomst precies zo voor te stellen als zij zal zijn (wat natuurlijk nooit het geval kan zijn), zelfs dan zou je toch nog in een illusie leven omdat het niet op dit moment zou gebeuren. Daardoor reageer je er niet echt op en ervaar je haar niet in werkelijkheid, maar slechts in je fantasie.

Als je je in het verleden terugtrekt en zelfs als je probeert om dat precies zoals het was, opnieuw te beleven (als dat al mogelijk zou zijn, wat het uiteraard niet is), zou het toch een illusie zijn omdat je op dit ogenblik in een nieuw tijdssegment zit. Je reageert in je fantasie en leeft in je fantasie en niet in de werkelijkheid van het nu. Eén van de eigenschappen van de werkelijkheid is dat zij voortdurend in beweging is. En dat is het tegenovergestelde van stagneren of statisch zijn.

Ik hoef niet te zeggen dat je het verleden niet precies over kunt doen net zomin als je je een toekomst voor kunt stellen en er in leven. Je eigen subjectieve kleuring, afkomstig van je verlangens en angsten, vervormt het beeld van de werkelijkheid en maakt je blind voor factoren die bestonden of nog zullen bestaan; die kleuring maakt ook dat je over het hoofd ziet dat je nu anders denkt en voelt, zelfs al probeer je deze verandering opzettelijk te ontkennen - en dus groei tegen te houden - om op die manier je fantasieën te kunnen uitleven. Vanwege je misvormde ideeën en misvattingen ben je bang om je ziel deel te laten hebben aan de natuurlijke stroom van de tijd. Als je de loop van de tijd, de weldadige kwaliteit van de beweging en de groei van de tijd zou vertrouwen, zou je daarin zelf kunnen meegaan en zodoende je innerlijke vermogens in harmonie kunnen brengen met deze stroom van de tijd. Je zou dan de tijd niet hoeven te manipuleren door hem tegen te houden of vooruit te duwen. Je zou niet bang voor

[1] Zie lezing 112 'Leven in het nu; de mens en zijn verhouding tot de tijd '

de toekomst hoeven te zijn of je verlangens naar vervulling naar de toekomst hoeven te verschuiven. Ook zou je niet terug hoeven te grijpen naar het verleden vanwege een vervulling in het verleden. Dat gebeurt tenslotte alleen omdat je de toekomst niet vertrouwt; je vertrouwt jezelf niet toe om het nu te beleven, wanneer de toekomst in aantocht is. Dit wantrouwen is vaak ten dele gerechtvaardigd vanwege je destructieve en onrealistische opvattingen en gedragingen, die vervulling in het nu verhinderen, wanneer dit nu zich aandient. Maar zowel het je terugtrekken in het verleden als op de toekomst vooruitlopen is de verkeerde remedie tegen deze belemmeringen. Je zoekt dan de weg van de minste weerstand in plaats van met datgene in jezelf aan de slag te gaan wat je ervan weerhoudt om zo voluit te leven als waartoe je van nature in staat bent.

Om in het nu en in de werkelijkheid te leven heb je een scherp zicht nodig op wie je werkelijk bent. Maar al te vaak ontbreekt het daaraan. De meeste mensen ervaren zichzelf niet zoals ze werkelijk zijn. Dit is meestal een heel subtiel proces. Je kunt er zelden duidelijk de vinger op leggen of het aantonen, behalve als je zeer ver gevorderd bent. De meeste van jullie zijn er waarschijnlijk van overtuigd dat ze zichzelf enigszins kennen. Bij een nauwkeuriger onderzoek van bepaalde uiterlijke tekenen die je als zodanig leert onderscheiden en vervolgt, ontdek je tenslotte dat dit bedrieglijk is. En dit is altijd de eerste stap op weg naar het beëindigen van een destructieve toestand. Mijn vrienden zijn allemaal al eerder door dergelijke ervaringen heen gegaan, die andere aspecten van hun innerlijk leven betroffen. Uiterlijk en bewust scheen niets op een negatieve trek te wijzen. Ze waren ervan overtuigd dat alles in dit opzicht met ze in orde was. Pas bij een nader onderzoek ontdekten ze, dat diep verborgen precies het tegenovergestelde waar was. Toen begrepen ze hoezeer die verborgen misvatting allerlei mogelijkheden om voller, gelukkiger en zinvoller te leven in de weg stond. Ontdekken wat er is kan je nooit schaden. Niet zien wat er is, wel! Je zult uiteindelijk het gemis aan werkelijkheidszin ten aanzien van je zelf gaan ontdekken.

Voordat ik over de identificatie met jezelf ga spreken, wil ik een paar uiterlijke tekenen noemen waaraan je misschien kunt herkennen dat je niet helemaal in de realiteit leeft. In zijn meest grove vorm is dat te zien aan het gegeven dat de meeste mensen voor zichzelf de dood niet als een realiteit ervaren. Jezelf als sterfelijk ervaren is niet negatief of ongezond, zoals je misschien ten onrechte denkt. Een realistisch besef

van je eigen sterfelijkheid is nooit belastend, deprimerend of beangstigend. Het doet nooit af aan het nu, noch aan de werkelijkheid van het leven, wat men ook denkt of gelooft over een leven na dit leven. Het tegendeel is waar. Het gaat meestal samen: wie zijn sterfelijkheid niet als een realiteit ervaart is ook ziekelijk bang voor de dood. Bij het bezig zijn met deze vraag, die van levensbelang is, zul je op een gegeven ogenblik ontdekken dat je jezelf niet als werkelijk ervaart. Want als je je sterfelijkheid niet als werkelijk ervaart, kun je ook onmogelijk voelen dat je werkelijk leeft.

Er zijn natuurlijk vele andere, minder grove of buitengewone tekenen om het werkelijkheidsbesef omtrent jezelf, of anders gezegd het gebrek aan identificatie met jezelf, aan af te lezen. Zulke tekenen kunnen je soms in een flits duidelijk worden, bijvoorbeeld wanneer je ontdekt dat wat je denkt, of wat je voelt, of wat je gaat zeggen of in een gesprek gezegd hebt op zich niet zo belangrijk is als wel hoe het naar buiten toe lijkt. Hoe het eruit ziet is belangrijker dan hoe het ís. Het is niet gemakkelijk om dit verschil vast te stellen omdat het zo subtiel is, maar als je het eenmaal ontdekt is het duidelijk zichtbaar en zal het je zeker het wezenlijke verschil laten zien tussen identificatie met jezelf en met anderen; tussen het jezelf als werkelijk of als niet werkelijk ervaren. Zelfs de belangrijkste en meest wezenlijke gevoelens, gedachten en innerlijke ervaringen worden op deze manier zo vaak verschoven.

Of je ontdekt misschien op een vluchtige, vage en mistige manier, dat je houding voor wat betreft je handelen, je gedachten en gevoelens, gericht is op anderen: als anderen me zo eens bezig konden zien, me zien denken en zien voelen. Bij zo'n ontdekking merk je dat je je meer met anderen identificeert dan met jezelf. Je gevoel van werkelijkheid is dan van anderen afhankelijk. Je leeft via anderen.

Begrijp me echter niet verkeerd, vrienden. Ik wil niet dat jullie denken dat, wanneer ik deze uiterlijke tekenen noem, ik jullie de les wil lezen en aansporen om in dit opzicht snel te veranderen. Daar kan hier nog minder sprake van zijn dan bij andere onwenselijke toestanden waar we ons op dit pad mee bezig hebben gehouden. Door te proberen om op een geforceerde, opzettelijke manier aan deze toestand een eind te maken, maak je hem alleen nog maar erger, omdat je je dan met mij in plaats van met jezelf identificeert. Je gehoorzaamt alleen maar aan een andere autoriteit. Je identificeert je alleen met iemand anders.

In plaats van te proberen om je vervormingen direct te corrigeren, kun je ze ook als tekenen zien en als zodanig verwelkomen die - wanneer je het eenmaal ontdekt hebt - een rode draad, een duidelijk gemarkeerde weg vormen en je naar een diepere laag zullen leiden. Dat zal je begrip en inzicht omtrent jezelf verdiepen; dit is globaal gesproken het gebied waar we ons op het ogenblik mee bezig houden.

En nu zullen we het onderwerp 'identificatie' op een directere manier benaderen. Uiteraard onderkennen jullie hedendaagse psychologie en psychiatrie tot op zekere hoogte het belang van dit aspect en zijn zich bewust van de gezonde en ongezonde uitingen ervan. Maar ik wil er wat dieper op ingaan en er vanuit een breder perspectief licht op laten schijnen.

Als een kind geboren wordt en tot kleuter opgroeit, is zijn ego nog zo zwak dat het zichzelf niet in stand kan houden. Het kind is, zoals we in ander verband besproken hebben, afhankelijk van de machtigere, sterkere wereld van de volwassenen. Iedereen erkent en begrijpt deze afhankelijkheid voor wat betreft het fysieke leven. Het kind is bijvoorbeeld afhankelijk voor wat betreft voedsel, onderdak en bescherming tegen gevaar. Maar de subtiele lichamen hebben hun eigen leven, dat volgens wetten verloopt welke erg veel lijken op die in de stoffelijke wereld. Het kind is niet alleen afhankelijk voor wat betreft zijn lichamelijke bestaan, maar ook voor wat betreft zijn emotionele, intellectuele en geestelijke bestaan. Net als voedsel heeft het kind ook liefde nodig. Het kan voor geen van beiden zelf zorgen.

De *gerijpte* volwassene wacht niet hulpeloos af tot hij liefde krijgt. Liefde komt naar hem toe door zijn eigen vermogen om lief te hebben en contact te maken. Hij voelt zich nooit onzeker en hulpeloos omdat hij geen liefde krijgt. Wanneer je zulke kanten in jezelf ontdekt, weet je nu dat dit duidt op emotionele onrijpheid. Liefde is essentieel in het leven. Maar het kind met zijn zwakke ego is echt afhankelijk. Een werkelijk volwassen mens is net zo min afhankelijk van anderen voor het krijgen van liefde als voor zijn lichamelijk bestaan.

Evenzo is een kind niet in staat om zijn eigen ideeën en begrippen te vormen. Het kan geen onderscheid maken tussen rede, gezond verstand, logica en de tegengestelden daarvan. Het moet de ideeën en principes, die wegwijzers zijn bij zijn groeiproces naar volwassenheid, aangereikt krijgen. Dergelijke richtlijnen aan het kind onthouden zal er

niet voor zorgen dat het zich sneller en beter echt onafhankelijk maakt. Integendeel, als je een kind laat verhongeren wordt het niet beter toegerust voor de strijd om het bestaan. Als je een kind geen liefde geeft, leert het daardoor niet méér lief te hebben. Juist het tegenovergestelde is waar. Alleen wanneer een kind opgroeit zal het, als die groei tenminste organisch verloopt, geleidelijk aan de banden met zijn ouders verbreken doordat het financieel op eigen benen gaat staan, het zijn vermogen om lief te hebben ontwikkelt en daardoor voor het krijgen van liefde niet afhankelijk van anderen is. Doordat het onderscheid maakt tussen de ideeën en principes die het gehoord en geleerd heeft en vervolgens zich ontdoet van wat het niet aanvaarden kan en doordat het verandert en gaat onderzoeken; later zal het er misschien weer dezelfde ideeën op na houden, maar alleen nadat het die zelf gevonden en voor zichzelf goed bevonden heeft. Pas dan zijn ze van hem. Wanneer dit proces plaats vindt is er sprake van organische groei en wordt hij naar lichaam, ziel en geest echt onafhankelijk. De band van afhankelijkheid met de ouderlijke autoriteit wordt doorgesneden. De gezonde geest zal deze drieledige band doorsnijden, zelfs als de ouders een dergelijke scheiding niet aanmoedigen, maar hun uiterste best doen om de afhankelijkheid te laten voortbestaan.

Maar de geest of ziel die gebukt gaat onder onopgeloste problemen verlangt er niet naar om die band door te snijden en zal – integendeel - zijn best doen om hem in stand te houden. Dat in stand houden gebeurt vaak op een grillige, heimelijke en vervormde manier. Helaas heerst vaak het misverstand, dat emotionele onafhankelijkheid afzondering betekent, terwijl een passieve opstelling en een krampachtig vasthouden aan afhankelijkheid opgevat wordt als het vermogen om lief te hebben. Ik heb dit vroeger vaak gezegd, maar vind het noodzakelijk om het in deze context bij wijze van waarschuwing nog eens te herhalen Als je over het bovenstaande nadenkt, moet je wel inzien dat precies het tegenovergestelde waar is. De gerijpte mens staat uiterlijk en innerlijk op eigen benen en juist hierin ligt de mogelijkheid tot wederkerigheid, uitwisseling, betrokkenheid, geven en ontvangen, - kortom: tot relatie.

Juist deze innerlijke en onbewuste weigering om de banden met de beschermende autoriteit te verbreken, betekent dat men zich met deze autoriteit identificeert. Het kind heeft een goed voorbeeld nodig om er zijn eigen ego aan te kunnen ontwikkelen, zodat het later op eigen benen kan staan en zich vrij voelen. Maar als zo’n goed voorbeeld

alleen maar dient tot voortzetting van de identificatie met die ander en zodoende de identificatie met zichzelf verhindert, wordt het oorspronkelijk goede doel verkeerd toegepast. In zo'n geval wil het kind de ouder worden waarmee het zich positief identificeert en probeert later die ouder te *zijn* in plaats van zichzelf te vinden en te zijn.

Het is belangrijk om te begrijpen dat zo'n identificatie vaak helemaal niet duidelijk zichtbaar hoeft te zijn. Het is ook noodzakelijk om in te zien dat negatieve identificatie moet worden opgespoord. Met andere woorden, met een ouder die je haat of veracht en zeker niet wilt nadoen, kun je je op een onbewust niveau ook identificeren. Juist in de angst om ooit zoals deze ouder te worden en in het vermoeden dat men misschien wel zo is, ligt de identificatie, met misschien een vage gedachte dat die ouder ondanks zijn onsympathieke karaktertrekken beter af is. Kortom, hiermee alsmaar bezig zijn (al gebeurt dat vaak onbewust) kan een negatieve identificatie betekenen. Het kan zelfs veel moeilijker zijn om de band met een ouder die men afwijst te verbreken dan de band met een geliefde ouder. Het is heel belangrijk om dit te begrijpen, vrienden.

Voor een kind is een positieve identificatie wenselijk. Voor een volwassene is een positieve identificatie vaak net zo ongunstig als een negatieve, omdat beiden de ontplooiing van het zelf verhinderen.

Ik wil jullie ervoor waarschuwen dat je niet probeert te beoordelen of na te gaan op welke manier je je met wie identificeert en dat alleen verstandelijk te doen. Dit kan heel misleidend zijn. Wat er feitelijk in je leeft, is misschien iets totaal anders. Alleen zeer diepgaand werken zal de waarheid hierover onthullen. Je kunt bewust de ene ouder bewonderen en willen nadoen en de andere minachten en haten. Toch hebben velen van jullie in de loop van dit werk gevonden dat je trekken, houdingen en gedragswijzen hebt, die hetzelfde zijn als die van de gehate of geminachte ouder. Dat is vaak een grote schok. Zo'n ontdekking betekent dat je je juist met de ouder identificeert met wie je dat het liefst niet wilt. Oordeel dus niet te snel!

De oorspronkelijke identificatie met de ouders wordt later vaak vervangen door identificatie met anderen die hun plaats innemen, zonder dat je bewuste zelf dat beseft. Zo'n identificatie bestaat niet alleen met personen, maar ook met groepen, nationaliteiten, religies en politieke partijen. Zelfs minderheidsgroepen die tegen de massa in

opstand komen, dienen bij deze psychologische misvorming als middel om je ermee te kunnen identificeren. Conformisme is in feite een gevolg van de behoefte om je met iemand die sterker is te identificeren. Je op die manier aanpassen of identificeren kan ook gebeuren onder het mom van non-conformisme en ogenschijnlijk individualisme. Maar als een dergelijk individualisme een overspannen indruk maakt en er teveel nadruk op wordt gelegd, is dat een aanwijzing dat men zich identificeert met en conformeert aan de groep van de zogenaamde 'aangepaste'. Heel vaak geloven mensen die tot een rebellerende minderheidsgroep behoren, dat ze vrij zijn omdat ze rebelleren; en aan de buitenkant lijken ze elke vorm van conformisme uit te dagen. Maar overal waar deze dringende behoefte om iets te bewijzen - in dit geval zich niet aanpassen - aanwezig is, kun je er zeker van zijn dat daaronder iets niet klopt. Wie werkelijk onafhankelijk en vrij is hoeft daar niet mee te koop te lopen. Hij hoeft er ook niet strijdlustig over te doen. Daarom kan een rebellerende, zich niet-conformerende minderheidsgroep heel goed als vervanging van een identificatieobject dienen.

Mensen kunnen zich ook met doelen vereenzelvigen. Hoe juist en goed het doel op zich ook mag zijn, als het dient ter vervanging van het je identificeren met jezelf, is dat schadelijk. Niet omdat je je aan een goede zaak wijdt, erin gelooft en ervoor werkt - dit kan allemaal heel goed vanuit innerlijke vrijheid gedaan worden - maar omdat je een vervanging van jezelf nodig hebt om op te leunen; omdat je dat gebied in jezelf dat nog kinderlijk zwak is nog niet gevonden hebt en je je verborgen beweegredenen om je aan de zaak te wijden nog niet hebt begrepen.

Ik pleit niet voor een leven waarin je je verre houdt van alle ideeën, groepen, bindingen en idealen. Dat zou isolement betekenen en zelfs onverantwoordelijkheid ten opzichte van de maatschappij. Maar er is een groot verschil, vrienden, tussen het je vanuit een gezonde overtuiging en innerlijke vrijheid aan een zaak wijden waarbij je steun vindt in je eigen innerlijke bronnen én het gebruiken van een zeer achtenswaardige zaak als vervanging van de bron die in je aanwezig is, als je er maar uit wilde putten.

De extreme vorm van zo'n identificatie met anderen vanwege een zwak en onvolgroeid ego is het je conformeren aan de openbare mening, het napraten van anderen en het overnemen van hun

opvattingen. Maar dit komt in de een of andere vorm bij elk mens voor, alleen veel subtieler en daardoor moeilijker te ontdekken. Dat wil beslist niet zeggen dat het minder belangrijk zou zijn om ernaar op zoek te gaan en er bovenuit te groeien.

Een tijdje geleden heb ik een lezing gehouden over vervreemding van jezelf [1]. Onnodig te zeggen dat er een verband bestaat tussen dat onderwerp en hetgeen waar we vanavond over spreken. Maar het is niet hetzelfde. Vervreemding van jezelf is het resultaat van het je niet identificeren met jezelf. Met andere woorden, toen we spraken over vervreemding van jezelf hadden we het over een gevolg, terwijl we nu dichter bij een oorzaak komen. Telkens wanneer je psychologische problemen en trekken in jezelf ontdekt waarbij je voelt dat je emotioneel op anderen leunt, kun je er zeker van zijn dat je op het goede spoor zit voor het gaan ontdekken dat je in een bepaald opzicht je zelfstandigheid nog niet gerealiseerd hebt. Telkens wanneer je die vage angst voelt dat anderen je niet zullen geven wat je nodig hebt en wat je van hen verwacht - of dat nu financiële hulp is, goedkeuring, liefde of geaccepteerd worden - telkens wanneer angstgevoelens opkomen, beschouw dat dan als een aanwijzing dat het hier om meer gaat dan om de natuurlijke behoefte van mensen aan onderlinge afhankelijkheid. Een gezonde afhankelijkheid van elkaar veroorzaakt nooit angstgevoelens, waarbij vaak weer andere negatieve emoties bij komen; zo'n vrees en angst kunnen heel goed uitgelegd worden als een behoefte om je innerlijke levenskracht uit bronnen buiten jezelf te ontvangen. Het hoeft nauwelijks benadrukt te worden dat zo'n stand van zaken niet natuurlijk en ook niet nodig is wanneer je het eenmaal duidelijk ziet. Daaruit volgt dat verandering mogelijk is en dat je niet in zo'n nutteloze afhankelijkheid hoeft te leven die je zwakker in plaats van sterker maakt.

Zie niet over het hoofd dat opstandigheid kan wijzen op een behoefte aan bijval of geaccepteerd worden. Je weet uit vroegere ervaring dat achter zo'n opstandigheid vaak een heel sterke behoefte schuilgaat aan precies datgene waartegen je in opstand komt. Als de emotionele en geestelijke navelstreng niet is doorgesneden kan het zelf onmogelijk groeien. Het kan alleen maar in een heel beperkte mate groeien, net zoals het kind in de baarmoeder alleen tot een bepaald punt kan groeien. Om verdere groei te bewerkstelligen moet het kind naar buiten

[1] Lezing 95 'Vervreemding van het ware zelf en de weg terug' (Noot vertaler)

komen en de lichamelijke navelstreng worden doorgesneden. Alleen dan is er verdere lichamelijke groei mogelijk. Precies hetzelfde gaat op voor de innerlijke persoonlijkheid. Als de innerlijke ‘navelstreng’ niet wordt doorgesneden, ben je in de meest ware zin van het woord van anderen afhankelijk voor je bestaansrecht. Allerlei psychologische aspecten, zoals sussen, bedriegen, van jezelf vervreemden, enzovoort, zijn juist een aanwijzing dat je - op bepaalde gebieden althans - nog niet in staat bent om je met jezelf te identificeren. Zodoende heb je geen gevoel van werkelijkheid van jezelf. Dientengevolge kun je ook elk levensmoment niet ten volle ervaren. Waar en wanneer een dergelijk gebrek aan eigenheid - zo’n afhankelijkheid van anderen doordat je je met hen identificeert - aanwezig is, zul je beslist ook ontdekken dat je op de een of andere manier probeert om anderen te gebruiken. Omdat je jezelf tot een parasitair leven veroordeelt, terend op anderen, moet je wel proberen om degenen van wie je afhankelijk bent te gebruiken. In dat heimelijke gebruiken van anderen kan de misvorming gevonden worden van wat je voor ‘liefde’ houdt. Je doet alsof je liefhebt terwijl je in werkelijkheid alleen maar behoeften hebt en de ander wil gebruiken, omdat je voelt dat je zonder dat zou verdrinken. Je voelt dat je geen andere werkelijkheid hebt dan de werkelijkheid die je gegeven wordt. Hoe meer je degenen die je nodig hebt gebruikt, hoe zwakker je wordt en hoe meer je daardoor gelooft dat je anderen nodig hebt om je te sterken.

In het nu leven is leven in de tijdsstroom. In deze dimensie stroomt de tijd in een bepaalde beweging en met een bepaald ritme. Deze beweging kan vastgesteld worden door de seizoenen, in dag en nacht, in de stand van de planeten ten opzichte van de aarde en de stand van de aarde ten opzichte van de planeten, die allemaal voortdurend in de ruimte bewegen. Die bewegingen brengen bepaalde ritmische golven voort. In de loop der eeuwen heeft de mens iets van deze wetten van het ritmisch verloop van de tijd bespeurd, zoals bijvoorbeeld in de astrologie. Het begrip hiervan is tot nu toe nog maar heel beperkt. Maar iedereen weet en voelt het en drukt het zelfs vaak uit met woorden als het hebben van ‘goede tijden’ en ‘slechte tijden’. In perioden dat de dingen goed gaan heeft alles wat men onderneemt succes. Men voelt zich vrijer dan gewoonlijk en ondanks bestaande problematische toestanden heeft men een hoopvolle kijk en is daarom, tot op zekere hoogte tenminste, vervuld. En dan zijn er tijden waarbij de curve van de golfbeweging naar beneden gaat en alles verkeerd lijkt te lopen.
Een ieder die in zulke moeilijke tijden erin volhardt om van ganser

harte in waarheid naar zichzelf te kijken, zal vroeg of laat op het punt komen waarop deze zogenaamd ‘slechte tijden’ - die letterlijk de uitingen van disharmonie zijn die de mens in zijn verhouding tot de tijdsdimensie geschapen heeft - hem zo’n overwinning en zo’n inzicht zullen verschaffen, dat hij de ritmisch neergaande lijn in de beweging van de tijd niet langer als een deprimerende, verwarrende of ongunstige periode zal ervaren. Want dan zal elk ogenblik, dat vol leven is en ten volle in de werkelijkheid van het nu wordt ervaren, op een vredige en harmonieuze manier voor avontuur en opwinding zorgen; het zal echt leven zijn, waardevol en vol levenskracht.

Dit kan niet gebeuren tenzij je eerst het negatieve in jezelf leert kennen en begrijpen, en daarmee je ‘slechte tijden’ Dan ben je in je tijdsdimensie. Dan ervaar je jezelf werkelijk. Die vrede, dat innerlijke anker in jezelf, is iets onbeschrijfelijks. Het kan met geen mogelijkheid door andere, ogenschijnlijk waardevolle doeleinden, wenselijke toestanden of resultaten vervangen worden. Elke menselijke ziel herbergt een schat aan rijkdommen. Je hoeft er alleen maar om te vragen. Het is voor ons vaak pijnlijk om te zien hoe mensen de verkeerde kant opgaan om deze vervulling te zoeken. Ze hebben een vaag vermoeden dat hij bestaat en verknoeien letterlijk hun tijd door de oplossing en vervulling in de verkeerde richting te zoeken. Want alleen wanneer de mens de bron van zijn innerlijke rijkdom heeft aangeboord, zal hij ophouden met uit het nu weg te willen en zal hij dientengevolge niet meer van zichzelf vervreemd zijn. Hij zal dan deze voeding niet uit andere bronnen halen. Zo lang hij van deze vreemde levensbron afhankelijk blijft, moet hij allerlei zijpaden bewandelen die zijn ware zelf nog kleiner en zwakker maken.

Het is heel belangrijk dat je begrijpt, inziet en in jezelf herkent wat ik hiervoor zei over het ‘gebruiken’ van anderen. Betrek dit niet alleen op de uiterst duidelijke uitingen van dit gebruiken van anderen; probeer de subtielere uitingsvorm ervan te zien, namelijk dat je andere mensen wel moet gebruiken, omdat je leven echt van anderen lijkt af te hangen. Daarom heb je er grote behoefte aan om de situatie te beheersen. Veel van mijn vrienden beginnen die sterke neiging om de zaak te willen beheersen in de gaten te krijgen. Elk mens heeft zo zijn eigen manieren om de macht in handen te krijgen en uit te oefenen. Het is aan een ieder van jullie om voor zichzelf uit te zoeken welke machtsmiddelen hij gebruikt; hoe bang hij is voor het niet beheersen van de situatie; hoe je relaties vernietigt door een onderlinge machtsstrijd, waarbij ieder doet

alsof het om een strijd op leven en dood zou gaan.

Het is triest om te zien hoe je de zaken in zo'n onwerkelijk gevecht op leven en dood vervormt, hoe je al het levende materiaal voor de groei van wederkerigheid en vervulling bederft. Die behoefte aan controle maakt dat je anderen, jezelf en je wezenlijke, natuurlijke gevoelens manipuleert. Dit proces maakt dat het zelf zich niet sterk, vrij en onafhankelijk kan ontwikkelen.

Telkens wanneer je een dwingende behoefte voelt aan controle over anderen, over een situatie en/of over een relatie, heb je een directe sleutel tot het je niet identificeren met jezelf. Als je vanuit het hier besproken gezichtspunt naar deze neiging kijkt , en je deze kleine sleutels en in het oog springende details als vertrekpunt voor verder onderzoek neemt, zul je niet alleen het schadelijke van dit innerlijk belemmeren onderkennen, je zult ook beslist bij de kern van je opzettelijke zelfontkenning komen die je zoveel overbodige ellende bezorgt. Dan zul je in staat zijn je koers te verleggen en je er los van te maken. Deze stap zal zeker gemakkelijker zijn dan de eerste - het zoeken en vinden van zulke negatieve toestanden. Maar bovenal moet je ten volle beseffen dat je je als een parasiet aan anderen vastklampt en je met anderen identificeert om op de een of andere manier afhankelijk van hen te zijn. Je zult zien welke banden je tot nu toe geweigerd hebt door te snijden, waardoor je er voor zorgde dat hele levensgebieden met hun onafhankelijke wortels zich niet in jezelf konden vestigen. Als je deze gebieden eenmaal vindt zal het betrekkelijk gemakkelijk zijn - ook al is het beslist geen plotseling of snel proces - om de banden door te snijden, jezelf te worden en je met jezelf te identificeren.

En nu, vrienden, hebben jullie een paar weken om over deze lezing na te denken voordat ik jullie vragen ga beantwoorden. Bereiden jullie je eigen uitleg voor vóór het gesprek zodat we kunnen zien of je het werkelijk begrepen hebt. Maak beknopte vragen met betrekking tot alles wat onduidelijk of verwarrend is. Dit is op zichzelf al erg waardevol.

Zijn er nu nog vragen die geen betrekking op de lezing van vanavond hebben? "

VRAAG: Wilt u alstublieft uitleggen wat slaap is?

“De subtiele lichamen van de mens hebben er behoefte aan om de last van het fysieke lichaam, van de grove materie, neer te kunnen leggen. Zonder deze rust zou de mens het geen leven lang vol kunnen houden. Fysieke materie is een belasting voor de echte persoonlijkheid. Ik bedoel dat in de letterlijke betekenis van het woord. De mens heeft een tijdelijke verlichting van die last nodig, om te kunnen bewegen en vrij te zijn. Dit gebeurt in een andere dimensie. In die andere, ruimere, vrijere dimensie is er verademing, ontspanning en gelegenheid om op krachten te komen. Dit is in wezen de voornaamste reden voor het bestaan van slaap. Het is de functie van de slaap. Deze bevrijding van de grove materie en daarbij het binnengaan in een ruimere dimensie herstelt niet alleen de fysieke organen, maar de fysieke organen worden eigenlijk hersteld doordat de psychische bloedsomloop in een andere dimensie hernieuwd wordt. De psychische of subtiele lichamen zijn altijd de oorzaak; het fysieke lichaam is het gevolg.

Ik laat jullie nu met veel liefde achter en zegen een ieder van jullie. Deze zegen bevat een grote kracht; een substantie die je ziel met waarheid en vernieuwing kan vervullen om het uithoudingsvermogen en de wil te vinden die vereist zijn *om jezelf in jezelf te gronden.*

Wees in vrede. Wees in God!”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1963
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Identification With the Self'.
Vertaling door Anna Bol in 1983; herzien in 1999 door A.H.M. Mol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*

113/16