De psychische wisselwerking van negativiteit

16 juni 1972
lezing 202

“Groeten en zegeningen voor ieder van mijn geliefde vrienden hier. De macht van de liefde en de kracht van de waarheid ontvouwen zich steeds meer in jullie naarmate jullie groeien op je pad.

In onze laatste lezing van dit werkseizoen wil ik jullie allereerst zeggen, dat het werk dat dit afgelopen jaar over de gehele linie door de groep als geheel is verricht, uiterst belangrijk en betekenisvol is. Dit zal bijzonder duidelijk worden als jullie deze lezing grondig hebben begrepen en in je opgenomen. De meeste van jullie hebben geleerd in contact te komen met en je bewust te worden van heel wat negativiteit en negatieve intenties en deze ook toe te geven. Sommigen hebben op dit gebied meer gedaan dan anderen, maar iedereen is op weg.

De betekenis en de waarde van deze vooruitgang kan nu nog niet waargenomen worden. Het maakt heel wat verschil of je je bewust bent van je negatieve intenties of blind rondtast en maar wat doet, waardoor je onder een speciaal soort verwarring moet lijden die pijnlijker is dan echte pijn. Je hebt zelf net zo veel baat bij deze nieuwe bewustzijnstoestand als anderen. In deze lezing wil ik jullie laten zien wat de onbewuste, psychische wisselwerking tussen jou en anderen betekent in verband met liefde en in verband met de pijn van schuld, waarover we het in de laatste lezing hebben gehad.

Als je je slechts vaag bewust bent van je negativiteit, als je de pijn die je anderen ermee doet maar zwakjes voelt en als je daardoor gevangen raakt in een worsteling tussen verwijten, zelfrechtvaardiging, een slachtofferhouding, hulpeloosheid, afwijzing van en twijfel aan jezelf, dan zullen anderen onvermijdelijk met hun eigen onbewuste problemen en conflicten op jouw negativiteit inhaken. Je raakt met hen in een

zelfde soort strijd verwikkeld als die ik net heb beschreven.

Velen van jullie zijn al gaan inzien dat je door je negativiteit te ontkennen een *dubbele schuld* op je laadt. Allereerst de schuld vanwege de negatieve houding op zich; dit kunnen we de primaire schuld noemen. Daarnaast heb je te maken met de schuld vanwege het ontkennen van die negativiteit; dit kunnen we de secundaire schuld noemen. De primaire schuld zou geen schuld meer zijn als je hem toegaf en de gevolgen ervan werkelijk accepteerde. De secundaire schuld moet zwaar op ieders ziel drukken. Het is een last die heel wat vitale levensenergie opslokt. Je ontkenning brengt altijd met zich mee dat je anderen met je (innerlijke en/of uiterlijke) daden schade berokkent. Zo voeg je nog een belediging toe aan de kwetsing en dat kun je terecht een zonde noemen. Het is een zonde omdat je anderen straft voor je eigen tekortkomingen en voor je eigen negatieve intenties, liefdeloosheid, onoprechtheid, wrok en oneerlijke eisen.

Als je je bijvoorbeeld bewust bent van het feit dat je niet wenst lief te hebben en ook niet net doet alsof, is dat jouw verantwoordelijkheid. Als je beseft dat je een hoge prijs betaalt voor een liefdeloos bestaan, maar het daarbij laat, betrek je tenminste geen anderen in je schuld vanwege je liefdeloosheid. Je bent dan natuurlijk alleen en geïsoleerd, maar je hebt een keuze gemaakt; je weet het en je betaalt de prijs ervoor. Je onthoudt de wereld weliswaar jouw prachtige vermogen om lief te hebben en in die zin schiet je tekort. Maar wanneer je anderen de schuld geeft van jouw gebrek aan liefde, zelfs als je hun werkelijke tekortkomingen als excuus gebruikt, wanneer je hen straft voor het gevolg van je eigen liefdeloze houding, wanneer je hen aanklaagt om je eigen terughoudendheid te rechtvaardigen, dan zondig je pas echt, vrienden.

Dit proces is wijd verbreid en heel gebruikelijk en toch is het zo subtiel dat alleen mensen die zich behoorlijk van zichzelf bewust zijn, het bij zichzelf gaan herkennen en daarmee ook bij anderen. Het is een grondhouding. Het doet zich in allerlei variaties en in verschillende intensiteit voor. Als de weigering om lief te hebben niet wordt toegegeven, komt die vaak in de volgende houding tot uiting: “Ik wil jou niets geven (wie die ‘jij’ ook is), maar ik eis dat jij mij alles geeft. Als je dat niet doet, straf ik je.” Dit is heel karakteristiek. Hoe meer deze houding wordt verborgen en hoe minder bewust ze wordt geuit, des te verraderlijker is het effect ervan op jezelf en anderen. Het is

altijd betrekkelijk gemakkelijk om te ontkennen, te rationaliseren, te verdraaien, te verbergen of halve waarheden te gebruiken om deze houding te rechtvaardigen.

Verscheidene vrienden waren de laatste tijd in staat naar zichzelf te kijken en deze houding toe te geven, niet alleen tegenover zichzelf, maar ook tegenover hun vrienden in de groep. Er gaat dan meteen een gezonde, frisse wind van psychische waarheid waaien. Dat is het gevolg van het feit dat je jezelf van de secundaire schuld bevrijdt. Hoe meer je ieder detail blootlegt van de discrepantie tussen je eisen en je onwil om te geven, en van de strafmaatregelen wanneer er niet aan je eisen wordt tegemoet gekomen, des te meer bevrijd je jezelf van schuld. Hoe duidelijker je de dwaze oneerlijkheid ziet van wat je eist in vergelijking met wat je geeft, hoe duidelijker je het verschil ziet tussen hoe je zelf behandeld wilt worden en hoe jij anderen behandelt, en welke straf je precies kiest - maar altijd zo dat je niet gesnapt kunt worden, niet verantwoordelijk gesteld kunt worden - hoe duidelijker je dat alles ziet, des te sneller zul je je ontdoen van een last die depressies, angst, zorgen, moedeloosheid en vaak ook fysieke kwalen en materiële teleurstellingen tot gevolg heeft.

Een van de meest gebruikelijke middelen om anderen te straffen omdat ze niet liefdevol op je reageren terwijl jij niets geeft, is hen schuldig te maken; een zodanige aanklacht tegen hen op te bouwen dat zij de oorzaak van je ongeluk lijken. Je slaagt er behoorlijk in jezelf hiervan te overtuigen, omdat je alleen het gevolg verkiest te zien van je terughoudendheid en van het feit dat je uit wrok en/of lafheid niets geeft. Je verkiest niet te zien dat anderen niet zo kunnen reageren als je zou willen wanneer je eigen psyche nog volop in deze negatieve houding tegenover het leven verkeert.

Je negativiteit zegt: “Ik ontken de waarheid en verwijt jou dat je mij niet alles geeft en mijn eenzijdige eisen dwarsboomt. En als je hier op durft te reageren, straf ik jou door je te haten en je nog meer te verwijten.” Voor degenen die nog aan het begin van hun pad staan, of voor degenen die zoveel in hun geïdealiseerde zelfbeeld geïnvesteerd hebben dat er geen plaats meer is voor deze waarheid, zal het volkomen onmogelijk lijken dat ook zij zo’n houding kunnen koesteren. De beste manier om te peilen of en in welke mate deze houding in jou bestaat, is te rade gaan bij je gedachten en gevoelens. Als je je veilig en op je gemak voelt bij anderen, als je niet bang bent

en je leven op vreugdevolle wijze verruimt, en als je de moeilijkheden die zich af en toe voordoen, beschouwt als zinvolle stappen in je ontwikkeling, dan is het waar dat je deze giftige houding al voor een groot deel overwonnen hebt. Maar ook jij moet die gehad hebben en oprecht hebben aangepakt. Niemand is er bij zijn geboorte helemaal vrij van. Als je deze houding niet gevonden hebt, moet je je trots, je pretenties waarin je zoveel geïnvesteerd hebt en je lafheid nog doorwerken.

Wanneer je je negatieve intenties toegeeft, verricht je de meest fundamentele daad van liefde. *Op het moment dat je toegeeft wat je aan het doen bent, verricht je een daad van liefde*, vrienden, of je dat nu weet of niet. Als je het niet toegeeft, geef je misschien wel veel, maar nooit dat waar het om gaat en wat het meeste telt. Je kunt dingen geven of geld, hulp, goede daden, altruïstische activiteiten, je kunt zelfs tederheid en zorg geven, maar dat zijn allemaal loze gaven zonder die ene gift, namelijk *dat je de ander vrij maakt* door eerlijk *jouw* negativiteit toe te geven.

De schuld die wordt veroorzaakt door je oneerlijke eisen, je wrok, het achterhouden van je liefde en de schuld die eraan wordt toegevoegd doordat je anderen voor je ongeluk straft, moet je kracht en zelfexpressie wel uithollen. Het maakt je echt zwak. Hoe kun je, zolang je in deze houding volhardt, ooit in jezelf geloven en ooit in je waardigheid als vrij mens geloven? Misschien probeer je op allerlei kunstmatige manieren zelfvertrouwen te krijgen, maar dat werkt nooit, tenzij je de secundaire schuld onder ogen ziet en opgeeft door hem toe te geven. Dan kun je zelfs, als je dat verkiest, de primaire schuld van niet te willen liefhebben laten bestaan. Maar neem daar dan tenminste de verantwoordelijkheid voor.

Weet je, vrienden, dit is een wereld van dualiteit. Er bestaat zoveel verwarring vanwege het of/of vraagstuk, op bijna elk gebied. Ik heb dit verschijnsel vaak besproken in verband met verschillende onderwerpen. Het onderwerp dat we nu bespreken, is bijzonder vatbaar voor de verwarring die uit een dualistische levenshouding voortkomt. De mens wordt gehinderd door het idee dat ofwel hijzelf de schuld moet krijgen (voor wat dan ook), ofwel de ander; of hij is zelf slecht en fout of de ander is het. Dit schept een verschrikkelijk dilemma. Het maakt het onmogelijk in waarheid te zijn. Als jij fout bent en de ander treft geen blaam, voel je dat er iets niet helemaal klopt. Je voelt ook, in

deze vervorming, dat er een verantwoordelijkheid op je wordt geschoven die onterecht is. Als het of/of is en jij moet in je eentje de hele schuld op je nemen, dan verwacht je zeker aan de schandpaal te worden genageld. Deze veronderstelling is een ondraaglijke last, die niet terecht is en een helder inzicht in de situatie onmogelijk maakt. Je gaat je nog minderwaardiger voelen en nog minder om van te houden. Je ellende lijkt een terechte straf en niet het gevolg van een zelf-gekozen houding die je naar believen kunt veranderen als je daartoe zou besluiten. Door de schuld helemaal op je te nemen geef je de ander als het ware een vrijbrief om zijn eigen negatieve intenties heimelijk uit te leven.

Of, andersom, als je het helemaal bij het rechte eind moet hebben en jezelf wilt vrijpleiten door je gedrag uit te leggen, dan breng je jezelf ook in een verschrikkelijk dilemma: ook hier voel je dat er iets niet klopt. Dat de ander helemaal slecht is, gaat ook niet op. Als je deze pretentie moet volhouden, wat wenselijk kan lijken om jezelf van schuld vrij te pleiten, moet je wel angstig, bang en gespannen worden en steeds de dreiging voelen dat je verdedigingen worden doorgeprikt. Dus kun je het je niet veroorloven ontspannen, natuurlijk en dicht bij anderen te zijn. Daar je ‘onschuld’ op het spel staat, is er geen intimiteit mogelijk. Ook dan voel je dat er iets niet klopt.

De meeste mensen zijn nog niet in staat te ervaren hoe hun vervormingen en negativiteit direct inspelen en inhaken op de vervormingen en negativiteit van anderen en deze beïnvloeden en versterken. Ze zijn nog te zeer verwikkeld in de dualistische strijd, in hun eigen verdediging en de bescherming van hun bedrieglijke zelfbeeld. Daarom zijn zij blind voor de psychische werkelijkheid van de voortdurende wisselwerking tussen henzelf en anderen. Het ‘of ik of de ander’ schept een verschrikkelijk dilemma van verwarring, schuldgevoel en twijfel aan jezelf.

De innerlijke wisselwerking tussen de psyche van de een en de psyche van de ander verloopt als volgt. Stel je voor dat je innerlijk zegt: “Ik zal je straffen omdat je niet aan mijn onverzadigbare eisen voldoet. Ik houd niet van je en geef je ook niets. Ik zal je straffen door je je schuldig te doen voelen en als je iets van mij wilt, geef ik je dat niet. Ik straf je heel doeltreffend door mijzelf tot slachtoffer te maken, dan kun je mij niet de schuld geven of pakken.” Stel je voor dat de ander innerlijk worstelt om een soortgelijke verdediging op te geven en dat

zijn weerstand luidt: “Je moet je verdediging niet opgeven. Anderen zijn er op uit om je te kwetsen, uit te buiten en tot slachtoffer te maken. Als je je hart voor liefde opent, krijg je niets dan afwijzing, oneerlijkheid en haat terug. Het levert niets op. Je kunt beter gesloten blijven.” Stel je eens voor hoe dan je slachtofferhouding de irrationele weerstand van de ander om open, kwetsbaar en liefdevol te zijn, versterkt. Het angstige deel van het zelf, dat ingesteld is op de ‘beschermende’ negativiteit en terughoudendheid, krijgt een aanzienlijke terugslag in zijn strijd wanneer het zo’n negatieve intentie tegenkomt. De straf neemt vaak de vorm aan van zware beschuldigingen, die het karakter van de ander in een kwaad daglicht stellen. Misschien heb je er nooit in deze bewoordingen over nagedacht, maar als je er goed naar kijkt, merk je dat het precies daarom gaat. Misschien gebruik je zelfs een echte tekortkoming van de ander als excuus om hem te straffen voor het feit dat hij niet aan je eisen voldoet en niet accepteert dat hij alles geeft en jij weinig of niets (op dat niveau; op andere niveaus kan het weer heel anders liggen).

De onbewuste wisselwerking op dit gebied versterkt, rechtvaardigt en vergroot zo de overtuiging dat negativiteit noodzakelijk is als verdediging. Vanuit dit beperkte gezichtspunt lijkt dit een juiste stellingname. Wanneer je je negatieve intenties volgt, ben je dus ook verantwoordelijk *voor de ander*. Het is een van de schijnbaar paradoxale waarheden van de spirituele werkelijkheid dat jij verantwoordelijk bent voor jezelf en ook verantwoordelijk voor de ander, maar op een andere manier. Op dezelfde manier kwetsen, belemmeren en hinderen de negatieve intenties van de ander jou en is hij verantwoordelijk voor het feit dat hij jou dit aandoet. Toch zou hij daar niet in slagen, als jij je niet krampachtig zou vastklampen aan je eigen negativiteit. En op die manier is het jouw verantwoordelijkheid. Iedereen heeft de keus om ofwel de slechte intenties van de ander als excuus te gebruiken om aan die van zichzelf vast te houden, ofwel een nieuwe manier te zoeken om op het leven te reageren. Dus is het even waar dat jij uitsluitend verantwoordelijk bent voor jezelf en anderen uitsluitend verantwoordelijk voor zichzelf als dat iedereen ook verantwoordelijk is voor de ander. Aangezien er uiteindelijk geen scheiding is tussen jezelf en de ander, moet het allebei waar zijn. Jij bent de anderen en de anderen zijn jou. De scheiding is evenzeer een illusie als de veronderstelling dat je in het dualistische of/of dilemma verkeert. Nogmaals, het is niet zo dat jij ofwel voor jezelf verantwoordelijk bent ofwel voor de ander, of dat de ander ofwel

verantwoordelijk is voor zichzelf ofwel voor jou. Het is allemaal waar. Het is allemaal hetzelfde.

Wanneer je dus je oude patroon loslaat van anderen verwijten maken om je eigen oneerlijkheid en liefdeloze eisen te rechtvaardigen, maak je niet alleen jezelf los uit deze (dubbele) binding, maar help je ook de ander uit die knoop. Natuurlijk moet de ander niet afhankelijk zijn van jou, hij moet voor zichzelf zorgen en zijn eigen verlossing vinden. Je zou kunnen zeggen: “Anderen mogen er niet van afhankelijk zijn of ik mijn negativiteit en problemen overwin om die van henzelf te kunnen overwinnen.” Daarmee heb je zowel gelijk als ongelijk. Je hebt gelijk dat het inderdaad de verantwoordelijkheid van de ander is en dat hij zichzelf kan losmaken ongeacht wat jij doet, mits hij dat echt wil. Zijn inspanning, zijn investering, zijn trouw aan zichzelf bepalen het resultaat, ongeacht wat anderen - en dus ook jij - doen. Maar je hebt ook ongelijk, omdat je niet ziet dat je de ander door jouw daad van waarheid - die een daad van liefde is - bevrijdt en helpt zich los te maken uit de knoop en uit zijn tweestrijd over wie van jullie de schuld heeft en waarvoor. Wanneer je duidelijk maakt wat jouw aandeel is, ruim je heel wat verwarring en twijfel op, zodat werkelijk zichtbaar wordt waar en in welke mate elke partij bijdraagt aan een negatieve betrokkenheid en een negatieve psychische interactie. Dat werkt enorm bevrijdend.

Er zijn stadia in de ontwikkeling van de mens waarin een entiteit het in een bepaalde fase bijna onmogelijk vindt zich los te maken van zijn verdedigingssysteem, de verwikkelingen en de overtuiging dat deze verdediging noodzakelijk is. Dit lukt pas als iemand uit zijn omgeving met wie hij in een knoop is geraakt, hem daaruit losmaakt door zijn eigen negatieve intenties, zijn destructieve houding, zijn oneerlijkheden en zijn gemeenheid toe te geven. Stel je eens voor wat voor een gevoel het je zou geven, als iemand die je na staat je pijn heeft gedaan door jou op je echte en valse schuld te wijzen en je ook in verwarring heeft gebracht door zijn eigen schuld te ontkennen, opeens tegen je zou zeggen: “Weet je, ik wil je helemaal geen liefde geven. Ik wil eisen aan je stellen en je vervolgens verwijten maken, beschuldigen en straffen, als je niet aan mijn eisen tegemoet komt. Ik sta ook niet toe dat je je gekwetst voelt, want al wil ik je pijn doen, ik wil geen schuldgevoelens krijgen over jouw pijn.” Stel je eens voor hoe dit je vrij maakt! Hoe hierdoor plotseling heel wat verwarring wordt opgehelderd. Het is niet erg waarschijnlijk dat jij op deze daad van liefde zou reageren door aan

je zogenaamde gelijk vast te houden en de vermoorde onschuld te spelen die dit altijd geweten heeft en nu eindelijk als onschuldig slachtoffer erkend wordt. Als jij van jouw kant gelijksoortige oneerlijke eisen en je lafheid in het tonen van je gevoelens en je negatieve intenties toegeeft, kun je weliswaar in je trots gekwetst worden, maar in niets anders! De ander die dit aanhoort, ontvangt op dat moment een liefdesgift van jou, ook al wil je misschien nog steeds niet met hart en ziel liefhebben. Maar je bent al begonnen lief te hebben door oprecht te zijn.

Door de ander te bevrijden van de valse schuld die je hem hebt aangewreven om je eigen schuld te verbergen, stel je hem in staat naar zijn eigen echte schuld te kijken zonder zelfvernietigende oordelen en zonder de innerlijke worsteling - de pijnlijkste van alle - waarbij de wederzijdse schuld en beschuldigingen één onontwarbare kluwen worden. Deze bevrijding en helderheid leiden vaak tot de oplossing van de diepste problemen. Het is alsof de persoonlijkheid deze 'uiterlijke' genade, deze helpende hand, nodig had. Want door oneerlijk de schuld bij de ander te leggen maak je het hem bijna onmogelijk zich echt bloot te geven: als hij zijn schuld zou toegeven, impliceert dat meteen dat jij gelijk hebt met hem als slecht te bestempelen en de oorzaak van je ellende te noemen. Zo zitten mensen samen verknoopt in ontkenning, projecties van schuld, of/of strijd, verwarring en negatieve interacties. Iemand moet de eerste stap zetten om deze verstrengeling te ontrafelen en de knopen los te maken.

Zoals jullie weten, zijn negatieve intenties een verdediging. Zij komen voort uit het vastgeroeste geloof dat de wereld niet te vertrouwen is en dat het zelf zich alleen tegen oneerlijke uitbuiting en kwetsuren kan hoeden door net zo gemeen te zijn als de wereld geacht wordt te zijn, of nog gemener. Wanneer je toegeeft dat je niet van goede wil bent, help je de ander te gaan vertrouwen in het fatsoen van de wereld en in het fatsoen van de mensen. Dan kan hij gaan denken: "Misschien is het toch niet zo gevaarlijk. Misschien sta ik niet alleen in mijn verborgen schaamte en schuld. Misschien kan ik mijn verdediging laten varen en deze gevoelens toegeven zonder als enige verantwoordelijk gesteld te worden." Wat een verschil in interactie en wat een andere levenshouding! Wat een verschil in de algehele spirituele opstelling van de mens!

Het energiesysteem moet gaan veranderen. Wanneer jullie allemaal op

deze eerlijke manier samenwerken, is liefde geen bevel van de wil en het verstand, geen abstractie, geen sentimenteel gebaar en geen zwelgen in gevoelens. Liefde is actief, krachtig, assertief en vrij want dat is inherent aan liefde, in welke vorm ook. Eerlijkheid is de vorm van liefde die het hardste nodig is in de omgang tussen mensen en die het meest zeldzaam is. Als die uiting van liefde niet aanwezig is, blijft altijd de illusie bestaan dat jij en de anderen van elkaar gescheiden zijn, dat jullie belangen tegenstrijdig zijn, dat je andermans belangen moet tegenwerken om je eigen belangen te beschermen en andersom.

Vrienden, alleen wanneer je je eigen negativiteit kent en eerlijk bekent, wanneer je er verantwoordelijkheid voor neemt en ophoudt haar op anderen te projecteren door de werkelijkheid te vervormen, pas dan zul je plotseling een nieuw inzicht verkrijgen in andermans gedrag, zodat zelfs als iemand niet toegeeft wat er aan de hand is, jij het toch weet. En ook dat maakt je vrij. Ook dat haalt je uit de verwarring en schuld van: “Wat doe ik? Wat doet de ander? Waar valt mij iets te verwijten? Waar heb ik het bij het verkeerde eind in mijn ellende? Hoe heb ik die veroorzaakt? Hoe heeft de ander die veroorzaakt?” Want zo word je heen en weer geslingerd tussen beschuldigingen en zelfverwijten. Geen van beide helpt je tot een oplossing te komen. Maar op het moment dat je verantwoordelijkheid neemt voor je negatieve destructieve houding tegenover anderen, zelfs als anderen niet tot hetzelfde bereid zijn, staat de situatie je helder voor ogen. Dan maak je je los uit die verstrengeling, niet alleen door wat je hebt toegegeven en door je zelfkennis, maar ook doordat je als gevolg daarvan de negatieve intenties, de negatieve spelletjes en de oneerlijke projecties van de ander ziet en begrijpt. En ook dat maakt je vrij. Dan ben je waarlijk onafhankelijk. Daarom voelt iedereen die het slechtste in zichzelf toegeeft, onvermijdelijk opluchting, bevrijding, energie, hoop en licht als direct resultaat.

Het is een welbekend feit dat spirituele groei je de gave schenkt anderen van binnen te kennen: hun gedachten, hun intenties, hun wensen en gevoelens. Dit is geen magie waarmee je begiftigd wordt. Het is een natuurlijk verschijnsel dat zich voordoet omdat jij en de anderen in werkelijkheid één zijn. Als je je eigen geest kunt lezen, kun je die van anderen ook lezen aangezien het in feite één geest is. De diepten van andermans geest die voorheen een gesloten boek vormden, blijven alleen voor je gesloten zolang je je nog verstopt en wegrent voor je eigen diepten. Het zou iets magisch en gevaarlijks zijn als je als

gevolg van een paranormale kracht in staat zou zijn andermans gedachten en innerlijk te lezen. Dan zou je er misbruik van kunnen maken. Maar wanneer dit vermogen organisch groeit als een nevenproduct van het leren kennen van je eigen innerlijke gesteldheid, dan is het een natuurlijk verschijnsel en kun je het niet misbruiken ten dienste van machtsstreven en negativiteit.

Wat nu helemaal een gescheiden entiteit lijkt, ga je zien zoals hij is in de ongedifferentieerde werkelijkheid, wanneer je volkomen oprecht bent geworden op de manier die we hier besproken hebben. Je gaat zien dat alles één is en dat er maar één bewustzijn is. Wat een bevrijdende ervaring om anderen te kennen en te doorzien en niet langer verward en verscheurd te raken! Dit vermogen ontwikkelt zich als je er geen belang meer bij hebt om verstoppertje te spelen, te projecteren, te ontkennen en te vervormen; het ontwikkelt zich als je de houding opgeeft waarmee je niet alleen anderen om je heen die in een zelfde staat verkeren, in verwarring brengt maar ook jezelf.

In de laatste lezing bespraken we de pijn van schuld. De ergste pijn van schuld is die waarvan je niet weet wat jij eraan hebt bijgedragen en wat de ander. Dit soort lijden komt alleen voort uit verbergen. Het verscheurt je. In dit lijden tast je blindelings in het rond. Je bent net een gevangen dier. Maar je bent je eigen slachtoffer. Je hebt jezelf gevangen gezet door voor oneerlijkheid te kiezen en eerlijkheid te vermijden.

Wanneer een mens zich ontplooit en een ruimere bewustzijnstoestand bereikt, heeft hij andere hulpmiddelen en andere werkwijzen nodig. Laten we de eenvoudige vergelijking trekken met iemand die een zaak leidt. Wanneer zijn zaak nog heel klein is, heeft hij een organisatie die daarbij past en die zinvol is voor het doel en de reikwijdte van de firma. De organisatie is passend en daarom harmonieus. Maar wanneer de zaak zich uitbreidt, is het type organisatie dat hij heeft opgezet voor de vroegere kleine firma niet meer geschikt voor het grotere bedrijf. Als hij die zou handhaven, zou ze niet langer passen en niet goed functioneren. Hij zou heel wat obstakels tegenkomen die hij eerder niet had. Wat ooit geschikt en zinvol was, past niet meer. Wat ooit harmonieus was, is onder andere omstandigheden een bron van disharmonie. Als de zakenman te rigide zou zijn om veranderingen aan te brengen en op de oude, vertrouwde weg zou blijven voortgaan, zou hij geen succes hebben in de uitgebreide onderneming, of het althans

heel moeilijk en inspannend vinden om er te leven en te werken.

Hetzelfde geldt voor je innerlijke expansie, vrienden. Naarmate je groeit en jezelf leert kennen en daarmee ook anderen en de wereld, naarmate je het leven dieper en in veel meer nuances gaat ervaren (en dat is uiteindelijk de reden voor je incarnatie), naarmate je begrip verwerft en gevoelens leert ervaren die je voorheen vermeden hebt, tref je als het ware voorbereidingen voor een 'grotere dimensie'. Praktisch gesproken betekent dit dat houdingen die eens van nut waren nu destructief en beperkend worden.

Het gebeurt zo vaak in de evolutie dat entiteiten in verschillende opzichten groeien en een basis leggen voor noodzakelijke nieuwe houdingen tegenover het leven. Toch belemmeren ze deze expansie door hun weigering bepaalde houdingen op te geven. Je moet je dus op deze flexibiliteit voorbereiden en je nieuwe manieren eigen maken om op de wereld te reageren, vrienden; om te reageren op de reacties van anderen op jou en om te reageren op wat er om je heen en binnen in je gebeurt. Dit voltrekt zich eerst door het besef dat je oude reactie een geconditioneerde reflex is, die in het leven is geroepen voor een beperkter functioneren in het leven. En vervolgens door die reflex en de betekenis erachter in twijfel te trekken. En als laatste maar niet als minste - en dat is het grondthema van de lezing van vanavond - door *liefde te kiezen* in plaats van isolement als jouw manier om in de wereld te staan.

Nogmaals, dit moet niet bij woorden blijven; het moet niet louter een verstandelijk idee zijn of een poging van de wil of een sentimenteel zwelgen in gevoelens waarmee je heel wat toedekt wat je niet wenst toe te geven. Je moet het daar in daden omzetten waar je innerlijk bent. Je negativiteit toegeven is altijd een daad van liefde, of je het nu direct doet tegenover de persoon in kwestie - waar dat mogelijk is - of tegenover een helper die niet persoonlijk in jouw negativiteit verwikkeld is. Ook dan is het een daad van liefde tegenover het universum. Bedenk, vrienden, waar je ook negativiteit in jezelf vindt, eens zul je - zelfs als je nu nog verkiest er aan vast te houden - deze negativiteit willen opgeven uit liefde voor het universum en uit liefde voor jezelf.

Liefde is de sleutel. Als je je hart niet opent, verdor je. Hoe waar iets ook mag zijn, hoe juist iets ook is, hoe intelligent je analyses ook zijn,

hoeveel inzichten je ook hebt in de achtergrond, de geschiedenis en de dynamiek van een toestand die problemen oplevert, jullie hebben allemaal gezien dat je niet echt kunt veranderen als je je er niet voor inzet om je hart te openen. Je kunt geen vervulling vinden, vrienden, als je jezelf niet toestaat met je hele hart te voelen. En het helpt niet te doen alsof je verlangt lief te hebben of zelfs liefhebt, zolang je bang bent om je gevoelens te voelen. In de mate dat dit het geval is, weerhoud je jezelf om lief te hebben.

Je kunt niet sterk en moedig zijn, je kunt niet van jezelf houden, als je niet liefhebt. Het is eveneens waar dat je alleen van jezelf kunt houden als je van anderen houdt. De eerste stap moet de *bereidheid* zijn om lief te hebben. Je hebt niet zomaar opeens lief omdat je daarvoor kiest. Je moet de goddelijke aard van je diepste kern te hulp roepen om je de *genade van de liefde* te geven. De genade van God kan zich in je openbaren als je je hart opent en je angst kwijt raakt voor gevoelens en voor kwetsbaarheid. Dat is alles wat je nodig hebt. Als je niet liefhebt, heb je niets. Als je liefhebt, heb je alles. Maar als je maar doet alsof je liefhebt terwijl je niet echt liefhebt, is dat veel en veel liefdelozer en veel bedrieglijker en schadelijker dan wanneer je toegeeft dat je haat. Je haat toegeven is liefdevoller dan een schijnbaar liefdevolle daad die de haat ontkent. Denk daaraan, vrienden.

Mogen de paar maanden waarin jullie de tijd hebben om je de stof die ik gegeven heb, eigen te maken en waarin jullie het zonder dit directe contact moeten stellen, jullie helpen om steeds meer de meest werkelijke en meest vitale van alle directe communicaties tot stand te brengen: die met je spirituele zelf. Maar om dat te doen moeten jullie je zelfbedrog en pretenties uit de weg ruimen. Zij blokkeren altijd de weg naar God in jou.

Diegenen van jullie die er nog niet achter zijn waar en hoe zij niet liefhebben, moeten daarnaar op zoek gaan. Laat je niet misleiden door die gebieden waar je al wel liefhebt. Vraag je af hoe vervuld je je daar voelt. Hoe warm en onbedreigd je je bij anderen voelt. Hoe gemakkelijk voel je je in het leven? Dat is voor jou het antwoord op de vraag hoe liefdevol en oprecht je bent. En dan kun je misschien de eerste stap naar liefde zetten: geef je haat toe. Geef je straffende houding toe. Geef je wrok toe. In de mate dat je dat doet, begin je lief te hebben. Je staat op de onderste sport van de liefdesladder op het moment dat je de lelijke waarheid toegeeft die je verborgen wilde

houden en waarvoor je bovendien nog een ander verantwoordelijk maakte. Dat deed je door ofwel de werkelijkheid helemaal te vervormen of door iets wat gedeeltelijk waar was als excuus te gebruiken.

Om dit te begrijpen, vrienden, is heel wat meditatie en goede wil nodig. Maar wat een sleutel tot het leven! Je moet dit met hart en ziel willen zien. Dan ga je ook begrijpen hoe enorm belangrijk dit werkjaar voor de groep is geweest en voor de meeste mensen daarin. Want iedereen heeft althans tot op zekere hoogte iets van zijn negativiteit toegegeven. Hoe meer je een expansie naar een nieuwe werkwijze tegenhoudt terwijl je er klaar voor bent, des te groter en pijnlijker moet de crisis zijn die daar noodzakelijkerwijs uit voortvloeit. Hoe meer je vrijwillig en zonder weerstand met deze expansie meegeeft, des te soepeler is de overgang naar een nieuwe, meer oprechte en meer liefdevolle staat.

Verbind je ertoe verder en dieper in deze richting te gaan. Verbind je ertoe tot de bodem te gaan en zo jezelf en de mensen om je heen te helpen. Laat het gebeuren. Het is de grootste zegen die mogelijk is. Zo schep je een noodzakelijk nieuw klimaat voor een nieuwe innerlijke atmosfeer, in je en buiten je.

Dit was echt een gezegend werkjaar, vrienden. Velen van jullie hebben hun spirituele groei vorm gegeven in zichtbare uitingen van een meer vervuld leven, in meer vrede en zekerheid en in uiterlijke vervulling als gevolg daarvan. De volgende jaren zullen nog meer vervullend worden naarmate jullie deze kern van spirituele kennis en zuivering uitbreiden. Jullie zijn inderdaad gezegend. Iedere stap naar waarheid, iedere stap naar liefde maakt meer spirituele energie vrij. Iedere stap naar beschaafdheid activeert meer van je goddelijke natuur.
Wees deze goddelijke natuur!”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1972
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force. Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Psychic Interaction of Negativity'
Vertaling door Lidewij Frijlink in 1985; herzien in 2000 door Wil Claessens.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*

202/16