Twee fundamentele levenswijzen; leven naar je kern toe of er vandaan

6 december 1968
lezing 168

"Gegroet, lieve vrienden. Ik wil deze lezing graag beginnen met een speciale zegen waarvan je de diepere betekenis pas kunt voelen als je je ervoor openstelt. Anders blijven het voor jou alleen maar woorden. Deze zegen kun je samenvatten in de simpele zin: *waarheid brengt liefde en liefde brengt waarheid*. Aan welke kant je ook begint, het één leidt tot het ander en beide worden één. Dit padwerk probeert in beide richtingen de weg te verkennen.

In de kern van de menselijke persoonlijkheid bevindt zich een krachtige, witgloeiende energiemassa. Het is een aanhoudend vuur dat steeds maar weer in zichzelf tot uitbarstingen komt in een borrelende massa. Al deze kleine explosies vermeerderen die massa op zo'n manier, dat er kerndeeltjes worden uitgestoten die van dezelfde substantie en energie zijn. Wanneer dit fundamenteel scheppend proces niet wordt tegengehouden en het verloop functioneel en harmonieus is, zal de eeuwigdurende schepping zich verspreiden en van vreugde en welbevinden overstromen. Deze onophoudelijke stroom van beweging breidt zich uit. Er is geen chaos in dit proces.

Overal waar deze scheppende energie zich manifesteert, vervult ze het betrokken organisme met de essentie en de wezenlijke aard van de scheppende substantie. Zoals gezegd: dat is vreugde en welbevinden. Maar dat is niet alles. Omdat het hier gaat om de Goddelijke Substantie, moet deze ook de hoogste vorm van bewustzijn bevatten. Ieder opborrelend, exploderend, en zich verspreidend kerndeeltje is een

bewustzijnskern met een oneindig vermogen tot wijsheid, intelligentie, weten, talent, creativiteit, bronnen van iedere denkbare mogelijkheid. Dit bewustzijn omvat oneindig veel manieren om zichzelf uit te drukken, verrukt te zijn, het hoogste genot te ervaren, stimulerende aanzetten te geven om iets nieuws te ondernemen, en dat alles in een volstrekte rust en zekerheid. Woorden kunnen er in de verste verten geen recht aan doen. Ieder kerndeeltje bevat alles wat ooit was, wat er ooit zal zijn en wat er zou kunnen zijn. Wanneer deze woorden letterlijk worden genomen - en dat is ook de bedoeling - en hun vérstrekkende betekenis echt wordt begrepen, kan niets hopeloos lijken voor een ongelukkig mens.

De combinatie van bewustzijn en energie is werkelijk almachtig. Het is de almacht die terecht aan God wordt toegeschreven en die door het kind wordt misverstaan omdat het innerlijk weet heeft van zijn eigen almacht en die misbruikt. Het misbruik vindt plaats omdat het zijn almacht in dienst stelt van zijn kleine eigenwijze ego. Dat kleine ego moet overstegen worden om de eigen goddelijke kern te vinden waar de werkelijke almacht zegeviert.

Over het algemeen hebben mensen er geen idee van dat ze een deel van deze alsmaar uitbarstende, steeds groeiende energiemassa van kracht en bewustzijn tot uitdrukking brengen. Ze hebben bepaalde theorieën ontwikkeld en hangen bepaalde filosofieën aan die zich op deze waarheden baseren, maar ze zijn er zich niet echt van bewust dat ze deel uit maken en uitdrukking zijn van deze bron van kracht en wijsheid. Het leven, de zin van alle leven is erop gericht om een situatie te creëren waarin dit organische proces van de energiemassa zonder storing of onderbreking, zonder enige belemmering verloopt. Het menselijk bewustzijn heeft dit altijd doorgaande creatieve ontwikkelingsproces danig verstoord. Men kan iemands ontwikkeling aflezen aan de mate waarin iemand zich bewust is van dit feit en in hoeverre hij voortaan meer ruimte maakt om dit proces doorgang te laten vinden.

Dit, vrienden, zijn de feiten die jullie in principe al weten. Ze moeten echter telkens opnieuw en steeds weer in andere bewoordingen en vanuit een ander gezichtspunt onder jullie aandacht worden gebracht zodat op den duur de weg voor een emotionele ervaring van deze waarheden kan worden vrijgemaakt. Eerst kun je in je geest een levendige voorstelling van die nieuwe ervaring maken vanwaar dan de nodige stimulans uitgaat en misschien een nieuw begrip ontstaat, waardoor het tegenwerkende mechanisme wordt verzwakt en het creatieve groeiproces aan kracht

wint.

Het menselijk bewustzijn biedt het individu de mogelijkheid te kiezen voor één van de twee basisrichtingen in het leven. Het zijn de fundamentele manieren van leven (waar het individu voor gekozen heeft). De ene weg leidt naar deze ontplooiing en het opruimen van alles wat in de weg zit. De andere weg gaat daar vandaan. Het menselijk bestaan kan goed worden omschreven als een strijd om de ene manier van leven op te geven en de andere weg in te slaan. Zoals het er op het ogenblik voorstaat, heeft de meerderheid van de mensen nog geen weet van deze keus en beweegt zich nog steeds van de kern vandaan. Ze zijn op zoek naar een geluk dat alleen in tegenovergestelde richting gevonden kan worden. Omdat ze niet weten dat alles wat ze ooit nodig hebben in zichzelf te vinden is, proberen ze dat buiten zichzelf te pakken te krijgen, via anderen, via surrogaten, via illusies.

Zoals gezegd is de weg naar de kern toe een oneindig proces. Er is geen onderbreking, geen eindresultaat, geen doel. Het is altijd weer nieuw, zich uitbreidend met wijde vergezichten en mogelijkheden voor een gelukzalig bestaan en allerlei manieren om uitdrukking te geven aan jezelf. De veelheid en de diversiteit die in deze scheppende kracht besloten ligt, maakt verveling onmogelijk, ze werkt ook niet vermoeiend, want moeheid is alleen maar het resultaat van elkaar tegenwerkende krachten die in werking treden als je de verkeerde kant opgaat. De ongelooflijke schoonheid van het bestaan kan met geen mogelijkheid in woorden worden gevat. Je moet je ook voorstellen dat deze vorm van leven geen enkele angst kent, omdat er het absolute weten is dat er geen eind komt aan dit gelukzalige leven, er is alleen sprake van meer en beter bij alle mogelijke keuzes. Dit is echt geen illusie, vrienden. Het is de zuivere realiteit van het innerlijke creatieve zijn. Wanneer iemand weet dat al het goede voor hem klaarligt en dat daar nooit een einde aan hoeft te komen *zolang hij daarvoor kiest,* zal een leven zonder angst het gevolg zijn.

De andere richting, die van je kern vandaan leidt, is eindig. Hoe meer iemand deze kant opgaat, hoe groter zijn wanhoop zal worden, niet alleen omdat het de verkeerde weg is, de weg die naar destructie en ongeluk leidt, maar ook omdat hij bang is voor een einde. Maar hij is op de verkeerde manier bang voor het einde. Hij gelooft dat het feitelijke bestaan en alle hoop op geluk voor altijd ophoudt. Omdat de scheppende kern in ieder menselijk individu zo totaal vervuld is met zijn eigen natuur

- en dat is gelukzaligheid -, verlangen alle mensen naar die vervulling. Als die zich steeds verder en verder lijkt te verwijderen, dan denken mensen dat er geen hoop of geen oplossing meer is te vinden. Op deze manier klopt het idee van het 'einde' niet. Maar het idee dat er sprake is van een einde, klopt in zoverre dat er een einde is aan de weg die is ingeslagen, waarna geen verdere uitweg meer mogelijk is. Deze richting leidt werkelijk naar een einde. Er moet een breekpunt komen, een omslag omdat deze richting doodloopt. In dit licht bezien is het eigenlijk een zegen als je dit breekpunt bereikt. Pas als je op dit breekpunt uitgekomen bent, kan de andere richting gevonden worden. Alleen als je erkent: "ik ben in een situatie waarin geen uitweg is, ik ben op de verkeerde weg", dan kan de andere richting gevonden worden. Het is de enige manier.

Graag wil ik er hier op wijzen, dat iedere entiteit die op weg is naar ontplooiing en activering van die kern, dat iedereen die zich in de goede richting beweegt, waardoor het leven een vruchtbare en constructieve ervaring wordt, dit breekpunt in een vroegere periode van zijn spirituele ontwikkeling al heeft beleefd. Zo iemand moet ooit ook op zo'n beslissend punt gezeten hebben, een punt van absolute wanhoop waar het leek alsof hij geen kant meer op kon. Dat gaf de motivatie voor een andere manier van doen, een andere benadering en het vinden van een nieuwe richting. Daarom is het vaak dom om er vanuit te gaan dat het tragisch is wanneer iemand duidelijk en snel op het punt afstevent waar zijn wereld in elkaar stort en er geen uitweg meer mogelijk is. Zolang iemand volledig blind is en vastzit op een dwaalweg en in destructie, is dit breekpunt de noodzakelijke helende kracht, de enige mogelijkheid van waaruit naar de goede weg gezocht kan worden die pas dan in beeld kan komen en kan worden ingeslagen. Het wonderbaarlijke van het universum, van de schepping is, dat hoe sneller je de destructie tegemoet gaat, hoe dichter je bij de redding, de totale gelukzaligheid zult zijn. Het bereiken van het breekpunt, het punt waarop geen weg terug is, is daarom van immens belang in de ontwikkeling van ieder individu. Dit leidt rechtstreeks in de goede richting, naar de gelukzaligheid van het contact met de kracht van de eigen innerlijke spirituele bron, met haar explosieve kracht, het doorgaande proces van positieve ontwikkeling, van oneindige vreugde, van grenzeloze mogelijkheden voor een plezierig en zinvol bestaan, van een echt besef van wie je bent, van de waardigheid om de schepper te zijn van je eigen leven in het universum, om God in jezelf uit te drukken. Deze richting wordt alleen gevonden nadat je tot een breekpunt bent gekomen.

Ik kan best stellen dat ieder van jullie dit op kleine schaal talloze keren in zijn leven heeft meegemaakt. Je wanhoopte omdat je dacht dat er geen uitweg was. Toen veranderde er iets in je, omdat je je bewust werd dat je gespannen vasthield aan één bepaalde richting. Zolang het nog niet hopeloos was, hoopte je dat deze richting het gewenste resultaat zou opleveren. Pas toen dit duidelijk niet het geval bleek, kon je dit koppige volhouden opgeven. Iets in je ontspande zich - je kon de oude richting loslaten - en zowaar, de wanhoop verdween. Oplossingen kwamen op een volkomen onverwachte manier te voorschijn. Alleen door tegen de uiteindelijke grenzen van de oude richting aan te lopen, waar het vasthouden geen enkele hoop meer bood, vond je uit pure wanhoop de weg die leidde naar alles wat je je maar wensen kon.

In het klein heb je dit vele malen ervaren. De oude drammerigheid, de oude overtuigingen, de oude koppigheid en destructieve patronen worden vaak pas opgegeven als je die oude weg tot het einde toe gegaan bent. Iedere entiteit ervaart dit in ieder leven op allerlei kleine manieren en het komt in iedere levenscyclus van de entiteit weer terug. Maar ik kan zeggen dat er een heel specifiek punt is waar dit op een allesomvattende schaal gebeurt. Je kunt ook vanuit dit gezichtspunt naar de menselijke soort kijken en naar de mensen om je heen, en zien hoeveel mensen er eigenlijk nog steeds op weg zijn naar het uiteindelijke breekpunt, waar de grens wordt bereikt, hoe die grens wordt gevreesd en hoe koppig ze toch weigeren een andere kant op te kijken. Dan zie je ook een paar mensen die duidelijk hun belangrijkste breekpunt achter de rug hebben, die op weg zijn naar ontplooiing en hun eigen innerlijke kern. En als je dan het menselijk bestaan vanuit dit gezichtspunt beoordeelt, zie je dat deze laatste groep werkelijk een kleine minderheid is. Jullie hier op dit pad zijn dus een zeer kleine minderheid. En zelfs jullie die hier zijn, bezig met jullie persoonlijke innerlijke problemen en strijd, jullie neigen ook zo nu en dan onbewust en onwetend in de richting van het oude automatisme, naar de oude weg die in veel gevallen al eeuwenlang gebruikt wordt. Alleen als je steeds meer van jezelf ziet, ontdek je dit proces in jezelf - het destructieve proces dat naar een punt leidt vanwaar de weg gewoon niet verder doorloopt. Jullie zijn nu tenminste op een zinvolle manier bezig om dit gegeven bij jezelf vast te stellen.

De menselijke persoonlijkheid maakt natuurlijk integraal deel uit van deze grote kracht en de scheppende substantie die ik noemde. Als ik het heb over de menselijke persoonlijkheid, bedoel ik feitelijk alles wat daar deel van uit maakt: de bewuste intelligentie, de wil, alle vermogens en

gevoelens die al ontwikkeld zijn of nog als mogelijkheid in de mens sluimeren. Omdat destructiviteit en het kwaad geen waarheden in zichzelf zijn, maar alleen vervormingen, horen ze er ook bij. Het bewuste ego is niet iets wat daar los van staat. Zijn eigenlijke natuur bestaat uit dezelfde substantie en bevat alle elementen uit de kern van het zijn. Daarom zou het fout zijn om je zelfverwerkelijking te benaderen alsof je egopersoonlijkheid wezenlijk en fundamenteel zou verschillen van de innerlijke kracht die je bezig bent te activeren. Niettemin weet je dat het ego, zoals het nu is ontwikkeld, zeer begrensd is qua kracht en intelligentie, vergeleken met het grote, uitgebreide deel dat je door dit padwerk wilt activeren. Daarom is het noodzakelijk dat je begrijpt dat al wat jou nu ter beschikking staat - je bewuste persoonlijkheid, ook al is die relatief beperkt - alles bevat wat je nodig hebt om die explosieve kracht te activeren en je te vereenzelvigen met deze altijd groeiende kracht van waarheid en liefde en bewustzijn en creativiteit die het goddelijk bewustzijn zelf is. Hoewel het egobewustzijn slecht toegerust is om zelf het leven aan te kunnen, *is het wel volledig voorzien van alles wat je nodig hebt voor iedere denkbare situatie om tot de instelling te komen die nodig is om je één te laten worden met die grotere macht.* Dit te weten is enorm belangrijk voor je. Als je dit niet weet, denk je dat je wel tot wanhoop moet komen en dat je machteloos bent, terwijl je met dit inzicht in een hoopvolle en zinvolle richting kunt gaan zoeken. Wanneer je bij iedere moeilijkheid, bij iedere bocht in de weg waar je niet omheen kunt kijken, kunt zeggen: “ja, ik heb nu alles tot mijn beschikking wat ik nodig heb om de juiste houding te vinden die in overeenstemming is met de grotere kracht”, dan kan deze kracht zich aan jou kenbaar maken.

Vanuit welke houding kijk je naar de moeilijkheid waar je nu mee zit? Dat is waar het over gaat en daarin heb je de keuze om een constructieve of een destructieve houding aan te nemen, een waarachtige houding of een waarmee je jezelf voor de gek houdt. Je hebt de kracht om uit te zoeken wat je werkelijk voelt en waarom je voelt wat je voelt. Je hebt de kracht om leiding te vragen van de grootst denkbare wijsheid binnen in jezelf. Je hebt de mogelijkheid om op de constructieve weg te *willen* zijn, de weg die leidt naar opbouw, naar schepping, naar ontwikkeling, in plaats van het op te geven zoals je zo vaak doet als het moeilijk wordt. Tegelijkertijd heb je ook de kracht om je koppige volhouden en het rigide vasthouden aan je onbewuste houding, waarvan je de aard nog niet hebt onderzocht, los te laten. Je hebt de kracht om de verleiding te weerstaan je over te geven aan berusting en zelfmedelijden. Daarom zeg ik tegen je: wees je ervan bewust dat je alles tot je beschikking hebt om je houding

zo te veranderen dat je de grootste kracht in het universum kunt activeren. Ieder moment van je leven - het maakt niet uit of het mooi of lelijk is, gemakkelijk en luchtig of moeilijk en zwaar - bevat in zichzelf de mogelijkheid om in een staat van gelukzaligheid te komen, wanneer je tenminste tot de kern van het nu doordringt. Ieder moment bevat de uiteindelijke waarheid, als je tenminste de goede kant uit wilt gaan.

Deze woorden zijn wellicht niet gemakkelijk te accepteren, en misschien is het nog moeilijker om ze aan te voelen. Maar als je dit in overweging gaat nemen, als je telkens weer op je weg naar licht, waarheid, liefde en vervulling hierover gaat nadenken en deze uitspraken heel serieus neemt, iets met de betekenis ervan doet, dan zeg ik je dat er licht zal komen waar eerst duisternis heerste. Waar hopeloosheid een onontkoombaar levensfeit lijkt, zul je doordrongen raken van steeds groter wordende nieuwe groeimogelijkheden, als de meest ultieme werkelijkheid die je ooit ervaren hebt. *Iedere seconde van je leven bevat het al en het uiteindelijke.* Dit is niet zomaar een uitspraak. Het is de absolute en onloochenbare werkelijkheid die te allen tijde realiseerbaar is. Zelfs als je nog steeds dwaalt en op weg bent naar de crisis waar de ommekeer moet komen, zelfs dat is goed als het echt begrepen wordt, een begrip waar eerlijk naar gezocht wordt, naar gevraagd en voor gebeden. Plotseling zal het gebeuren een nieuwe betekenis krijgen.

Om dit alles wat begrijpelijker te maken nodig ik je uit eens te kijken naar een zeer belangrijke belemmering. We hebben vanuit verschillende gezichtspunten en op verschillende manieren al veel belemmeringen besproken, zoals de dwalingen, misverstanden en destructieve gewoonten. Dit keer wil ik het heel eenvoudig houden. Ik wil dit graag bespreken in termen van de zielsbewegingen die de verschillende houdingen van de persoonlijkheid weerspiegelen. Wanneer je fijner afgestemd bent op de zielsbewegingen, zal het je al snel opvallen dat iedere houding een bepaalde beweging tot gevolg heeft. Wanneer je bijvoorbeeld een liefdevolle houding hebt, dan is de zielsbeweging heel anders dan bij een haatdragende of angstige houding.

De grootste en meest hinderlijke factor is angst, vooral onbewuste, onderdrukte, niet gedefinieerde angst. Het moet duidelijk zijn dat deze woorden gericht zijn op het niveau waar de onderdrukking reeds bewust gemaakt is. Want geen weet hebben van wat er in jezelf omgaat, is vanzelfsprekend de grootste belemmering die er is. Het is ook de factor die de meeste angst veroorzaakt. Alle destructiviteit houdt verband met

angst - óf ze ontstaat door angst, óf ze leidt ertoe en houdt die in stand. Angst is een uiterst belangrijk element. De zielsbeweging die bij angst hoort, is spanning, verkramping en het stopzetten van de stroom - de stroom die vanuit het innerlijke energiecentrum afkomstig is, waardoor de mens tot leven komt. Angst blokkeert de opening waardoor levenvernieuwende energie het organisme binnen kan stromen. Ter aanvulling op de laatste lezing: angst leidt tot stilstand.[1] Ze bevriest, verlamt en stopt de beweging. Je kunt dus goed zeggen dat de zielsbeweging van angst stilstand is. Het is belangrijk om angst te begrijpen in termen van de dynamiek van de zielsbewegingen.

We hebben al veel aspecten van angst in dit werk besproken. Je hebt enkele van je angsten ontdekt; waarom je bang bent, welke misvattingen angst creëren etc. Ik wil nu niet verder vanuit dit gezichtspunt op dit onderwerp ingaan. Tegen diegenen die zich niet van hun angsten bewust zijn als ze ongelukkig zijn zeg ik: als er iets is waar je last van hebt of wat je frustreert, moet er sprake zijn van angst. Als je voelt dat je zelfexpressie wordt gehinderd, als je het gevoel hebt dat er meer in het leven moet zijn dan wat je ervaart, dan moet er een bepaalde angst bestaan waar je geen weet van hebt. Deze angst moet uiteindelijk eerst ervaren worden, voordat je er los van kunt komen.

Zoals ik al zei, is de dynamiek van angst spanning, verkramping, verlamming. Zo'n verkramping verhindert de creatieve stroom. Wanneer je diep genoeg gaat en de angst koelbloedig tegemoet treedt, zul je altijd ontdekken dat hij het gevolg is van een zeer sterk, verkrampt, koppig volgehouden verlangen naar iets. Sommige filosofieën prediken zelfs, toen ze dit ontdekten, het opgeven van alle verlangens, hoewel dit gemakkelijk verkeerd kan worden begrepen zoals ik al veel eerder heb uitgelegd toen ik er over gevraagd werd. Het vrij zijn van verlangens moet niet worden verward met onverschilligheid, stagnatie, berusting, met vluchten voor de conflicten die je verlangens op kunnen roepen in je huidige nog onontwikkelde staat. Gezonde verlangens zijn ontspannen. Ze zijn in overeenstemming met de ontplooiing van de van binnen borrelende levensenergie. Verkrampt verlangen leidt tot angst, tot het verlangen dat zegt: "ik moet, want anders... ik neem met nee geen genoegen". Dit soort verlangen leidt tot angst, want het komt voort uit wantrouwen en dus uit angst. "Ik moet en geef niet op" ontkent de altijd nieuwe mogelijkheden die het leven biedt. Daarom dringt het aan op een bepaald iets, op dát bepaalde moment en precies op die éne manier. Dit

[1] Zie lezing 167 'Het bevroren levenscentrum ontdooit' (Noot vertaler)

verraadt wantrouwen, onwetendheid over het universum, angst dat je niet krijgt wat je toekomt - en het komt uit het duister voort waarin je geen andere wegen en mogelijkheden ziet dan die ene. Op die manier verkrampt het in zichzelf.

Dit soort sterke verlangens ligt altijd verborgen achter angst. Wanneer zo'n verlangen wordt ervaren, erkend en onderzocht, zul je altijd zien dat er elementen van wantrouwen in het spel zijn. Ik raad je dus aan, vrienden, kijk eens vanuit dit gezichtspunt naar je angsten. Alleen wanneer je de specifieke verlangens die achter je angst schuilgaan kunt opgeven en loslaten, zal je angst verdwijnen en zal de zielsbeweging zich ontspannen. Want de grootste innerlijke pijn is de verkrampte zielsbeweging. Zo kan er dus ruimte worden gemaakt voor de eindeloze mogelijkheden in jezelf, voor nieuwe ontwikkelingen in je eigen innerlijke universum.

Soms kan dit betekenen dat je een verlangen geheel moet loslaten, omdat je ontdekt dat het op zichzelf destructief is. Andere keren is het verlangen op zich waardevol, maar is de manier waarop het zou moeten worden vervuld niet realistisch en leidt tot pijn en teleurstelling. Bij weer andere gelegenheden kan het verlangen op zich ook waardevol zijn, maar kan de reden of de motivatie die erachter zit, voortkomen uit een destructieve houding: bijv. afhankelijkheid, zelfvervreemding. Probeer de verlangens achter elke angst te ontmaskeren. Dit is mijn advies, mijn raad, mijn boodschap voor jullie vanavond. Wanneer je werkelijk bidt om dit innerlijke begrip en deze innerlijke actie, zal er iets fundamenteel in je veranderen.

Zijn er nog vragen in verband met deze lezing?"

VRAAG: Ja, het loslaten van verlangens, doe je dat met je wil?

"Ja. Met je *innerlijke* wil. Vaak kan het verlangen zelf legitiem en zelfs gezond zijn, zoals ik daarnet al zei. Maar het is het vasthouden aan "ik moet dit nú hebben" of "ik wil dat nu niet", wat het zo schadelijk maakt. Ik zeg niet dat je per se het verlangen op moet geven. Het is meer het loslaten van de verkrampte zielsbeweging die met het verlangen verbonden is. Het is een bewuste beslissing die zich richt op je innerlijke gevoel, waar je kunt voelen dat iets loslaat, een bepaalde houding opgeeft. Laten we een eenvoudig voorbeeld nemen, zo algemeen dat het op iedereen van toepassing is. Angst voor de dood draagt het verlangen om te leven in zich. Er is niets mis met dit verlangen, want het is een

vaststaand gegeven van de schepping dat het leven oneindig is. Maar aan de angst voor de dood kleven alle verkeerde opvattingen die ik in deze lezing heb besproken. De lichamelijke dood is op een bepaald niveau het uiteindelijke breekpunt van de grens die je bereikt op de weg van je kern vandaan. Omdat ieder geïncarneerd menselijk wezen zich in meerdere of mindere mate van zijn kern verwijdert, moet iedereen door de ervaring van de dood heen. Daarom ben je bang voor deze grens en verzet je je ertegen. Maar het ontkennen van de gevolgen van je eigen gedrag is een onredelijke innerlijke daad. Het houdt in dat je niet de verantwoordelijkheid aanvaardt en de consequenties draagt van je eigen daden en keuzen. Als je naar het oosten gaat terwijl je in het westen uit wilt komen, maar je verzet tegen de westelijke richting en intussen gewoon in oostelijke richting doorgaat, dan ben je ernstig in conflict met jezelf en het leven. Het op de juiste manier accepteren van de dood betekent alleen maar dat je de consequenties aanvaardt van vroegere keuzen. Het betekent op geen enkele manier dat je je wil om te leven uitschakelt. In feite is de wens om dood te zijn verre van gezond. Het spruit voort uit morbide angsten en vluchtneigingen. Ik zeg dus niet dat je de wens om te leven moet opgeven om de dood en angst voor de dood te overstijgen.

Wat ik wel zeg, is dat de gezonde houding die op het leven gericht is, er ongeveer als volgt uit kan zien: “De dood nadert. Ik weet niet of ik zal blijven leven. Ik zou het wel graag willen. Met mijn verstand ken ik de theorieën en de filosofieën over een eeuwig leven, maar ik heb de waarheid ervan nog niet zelf met mijn eigen gevoel ervaren. Als het bestaat, zou ik dit eeuwige leven graag willen. Ik wil mezelf echter niet voor de gek houden door net te doen alsof ik de waarheid van het eeuwige leven gevoelsmatig ken. Ik laat de angst los dat ik niet zal leven en accepteer wat er komen gaat, in het vertrouwen dat het universum gelukzalig is, zelfs al kan ik op dit moment niet de eeuwigheid die ik wens, beseffen, zien of ervaren”. Dit is de houding die uiteindelijk leidt tot de innerlijke ervaring van de waarheid dat het leven geen einde kent. Hoe spoedig dit gebeurt, hangt af van de oprechtheid van je houding en hoe diep je het ervaart. In hoeverre je jezelf in vertrouwen over kan geven en kan laten gaan, terwijl je tegelijkertijd eerlijk bent over hoever je in dit opzicht bent: dat bepaalt hoe snel je tot de ervaring komt dat er niets te vrezen valt. Want het leven is inderdaad een proces zonder einde.”

VRAAG: Hoe kun je jezelf van angst bevrijden?

“Je kunt jezelf van angst bevrijden door alles wat ik hier gezegd heb na te gaan: wat zit erachter, waar houd je vast aan een verkrampte toestand - en door die verkramping los te laten. Door de angst recht in de ogen te zien en niet meer te ontwijken. Angst wordt in stand gehouden omdat ze niet onder ogen wordt gezien. Als dat wel gebeurt, kunnen deze dingen worden herkend, ervaren en worden veranderd in overeenstemming met de werkelijkheid en een positievere levenshouding. Op deze manier kan de verkrampte en verharde massa zich openen. Dat zul je voelen. Wanneer je zo bezig bent, is er ook altijd sprake van een groot vertrouwen in het universum. Ik heb in deze lezing gezegd dat ieder moment in je leven de mogelijkheden biedt om te kiezen voor de houding die je in contact kan brengen met het eeuwige leven in jezelf. ‘Contact’ is eigenlijk niet de goede uitdrukking: het eeuwige leven zal je doordringen en je totaal vervullen met die werkelijkheid. Als je bang bent en dus verkrampt, en daardoor vervreemd bent van de levenskracht in je, moet je de angst werkelijk op het diepste niveau onder ogen zien en niet op een opgelegd geprojecteerd niveau. Als je het verkrampte verlangen onder ogen ziet, kun je de betekenis van dat verlangen begrijpen. Het zegt je: “Ik vertrouw het universum niet. Ik wil het op míjn manier. Ik geef mezelf niet over aan het universum”. Dit is kleinzielig en wantrouwend. Juist deze houding is onverenigbaar met de aard van de goddelijke kern, waardoor de ervaring van deze kern geblokkeerd wordt. Wanneer deze houding wordt omgezet in grootmoedig vertrouwen, dan zul je de waarheid ervaren van dit heilzame universum waar niets hoeft te worden gevreesd.”

VRAAG: Hoe breng ik voelen en doen in overeenstemming?

“Wanneer dit niet lukt, is dat een teken van een enorme verstijving, die ook het gevolg is van angst. Bijvoorbeeld de angst dat je als je je gevoelens laat zien, je jezelf moet laten zien aan je omgeving. Je bent bang dat er, als je dat doet, dingen gebeuren die je niet wilt. Ook hier zul je precies moeten nagaan waar je bang voor bent als je je gevoel zou volgen. Misschien ben je bang voor afwijzing, om belachelijk te worden gemaakt, voor pijn, afkeuring, maar wat het ook mag zijn, je zult je angst moeten benoemen en haar heel precies leren kennen. Alleen op die manier is er ruimte voor moed en groothartigheid die *nodig* is *om een risico te nemen. Er moet sprake zijn van een zeker risico.* Naast alle andere dingen die ik al over angst gezegd heb, is angst ook een weigering om ook maar iets te riskeren. Het is onmogelijk om angst kwijt te raken als er geen bereidheid bestaat om ook maar iets te verliezen. Dit houdt

het nemen van risico's in. Het is kleinzielig wanneer je niets wilt riskeren. En alle kleinzieligheid is onverenigbaar met de aard van de kracht waarmee je je wilt verenigen. Wanneer je geactiveerd wilt worden door deze innerlijke werkelijkheid, wanneer je er een mee wilt worden en je erdoor wilt laten inspireren, haar wilt kennen en er uiting aan wilt geven, *dan moet je uiterlijke persoonlijkheid ermee in overeenstemming zijn, qua aard, qua houding, qua wetmatigheden, in je hele manier van zijn*. Dit zijn natuurlijke en logische wetten. Als je karakter en je houding onverenigbaar zijn met de wetten van de grotere kracht van je diepste kern, kun je deze grotere kracht onmogelijk tot uitdrukking brengen. Geen vertrouwen hebben in het universum, geen enkel risico willen nemen, getuigt van een kleinzielige geestesgesteldheid. Waar er sprake is van conflicten en problemen in de menselijke ziel, is er ook sprake van deze kleinzieligheid.

Zoals ik zeg, de enige manier is het onder ogen zien van waar je precies bang voor bent, wat je wilt en waar je jezelf niet in vol vertrouwen overgeeft, bang bent voor risico's. Dat is de enige manier om van je angst af te komen. Er is geen andere manier. Angst is niets anders dan het gevolg van dualiteit. Als je heel sterk iets wilt hebben is je angst om het niet te krijgen even groot, begrijp je dat? Andersom gezegd: als je zo bang bent, moet je iets heel sterk willen wat je óók niet wilt ervaren. Dit te sterke willen en tegelijk niet willen is niet alleen een verkramping, het is ook een dualiteit - ja tegenover nee, goed tegenover slecht. Dualiteit moet altijd eindigen in conflict. Ze is het gevolg van een conflict en komt daarom noodzakelijkerwijs op een *breekpunt* terecht *waar geen weg terug meer mogelijk is*. Die grens biedt tenslotte geen andere mogelijkheid dan om te keren en daar zal het één-makende principe zich onthullen in zijn angstvrije, conflictloze toestand. Dan is er sprake van een zielsbeweging waar noch het ja noch het neen overheerst. Niet omdat de wens verdwenen is om zich in gelukzaligheid te ontplooien, want dat is een natuurlijk verlangen, maar omdat je vertrouwt op het universum en zijn wetten dat dit zal gebeuren zonder de verkramptheid van het ego dat teveel Ja of Nee zegt."

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1968
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Two Basic Ways of Life - Toward and Away from the Center'
Vertaling door Jan van der Horst in 1992; herzien in 2000 door Marije Mol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2009