Barrières ontstaan uit denkbeeldige beperkingen

30 oktober 1964
lezing 128

“Gegroet, lieve vrienden, God zegene jullie allen. Moge deze lezing gezegend zijn. Mogen jullie met begrip gezegend zijn, zodat jullie de inhoud goed in je kunnen opnemen.

Vanavond wil ik de lezing beginnen met een korte beschrijving van de spirituele werkelijkheid en - als tegenstelling daarvan – ingaan op het beeld dat de mensheid daarover heeft. Dit houdt verband met het onderwerp dat we gaan bespreken.

In werkelijkheid is het universum wijd open en zou de mens zich er vrij in kunnen bewegen. Dat betekent dat het universum werkelijk aan de mens ter beschikking staat, met heel zijn oneindig rijke variatie aan vervulling, aan krachten en energie, aan ervaringen en middelen - op iedere mogelijke manier die de mens zich maar kan denken en in een mate die hij op dit punt in zijn evolutie nog niet kan peilen. Van dit alles zou hij gebruik kunnen maken. Hij zou werkelijk de heerlijke mogelijkheden kunnen verkennen die voor hem open staan. Hij zou inderdaad heer en meester kunnen zijn over deze prachtige wereld, waarin hij zich voor altijd kan ontplooien tot gelukkiger ervaringen, grotere wijsheid en kracht en tot een ruimer en dieper zijn. Maar vanwege een aantal omstandigheden - waarvan vele in de loop van deze lezingen ter sprake zijn gekomen - beseft de mens dit feit niet. Hij neemt aan dat hij vastzit, gevangen in een beperkte wereld, waarin hij wordt omsloten door onoverkomelijke grenzen, waarover hij geen zeggenschap heeft. Hij neemt aan dat hij een hulpeloos slachtoffer is van omstandigheden die buiten zijn macht liggen. In de veronderstelling, dat het universum - althans wat hem betreft - beperkt is, maakt hij geen

gebruik van de krachten die in hem schuilen, terwijl het universele krachten zijn, bestemd voor zijn genot en ontplooiing, voor zijn groei en ervaring**.** Door deze krachten niet te gebruiken komt hij tot stilstand en schept zo de denkbeeldige barrières die helemaal niet hoeven te bestaan.

Stel je wijd open ruimtes voor die alle schoonheid ter wereld bevatten, alles wat iemand maar voor zijn plezier nodig kan hebben. Maar de mensen zien die wijd open ruimtes niet. Zij zien niet de machten en krachten, de middelen die hen ter beschikking staan en de schoonheid die hen omringt. Zij sluiten angstig hun ogen en geloven dat ze echt tussen muren gevangen zitten. Hoewel er in werkelijkheid geen gevangenis is en er geen muren zijn, als de mens gelooft dat hij zich in deze ruimte niet kan bewegen en daarnaar handelt, is het effect hetzelfde. Hij kan lang wachten tot hij uit zijn hulpeloze, passieve positie wordt bevrijd, maar zolang hij niet zelf ontdekt dat hij alleen maar zijn vrijheid, zijn eigen krachten en vermogens moet herkennen, blijft hij ingeperkt, net alsof die barrières echt zijn. Het heeft dezelfde uitwerking op hem. Dat is het verband tussen werkelijkheid en illusie. De illusie neemt vormen aan waarvan het effect werkelijkheid lijkt, maar slechts zolang de illusie voor werkelijkheid wordt gehouden.

De barrières zouden met één gebaar weggevaagd kunnen worden. Maar aangezien de mens dat gebaar niet kent, moet hij op zijn eigen manier ontdekken dat de barrières irreëel zijn. Een andere manier is er niet. Anderen kunnen hem wel vertellen dat het zo is; vaak gelooft de mens zelfs wat hij hoort - dat er eigenlijk geen barrières zijn als hij zijn ogen maar opent en zich in beweging zet, zijn aangeboren vermogens gebruikt. Maar hij is bang het te proberen. Hij luistert misschien, maar hij durft toch niet te doen wat nodig is om in de grote en veilige vrijheid te stappen. Hij vreest die vrijheid en in plaats daarvan verkiest hij onnodig lijden. Maar op een dag ontdekt hij tot zijn verbazing het gemak van de werkelijkheid, de gulheid, de overvloed, de stimulerende vrede ervan en hij vraagt zich af waarom hij er bang voor was en zelfopgelegde beperkingen verkoos.

Deze barrières zijn zelden alleen maar eenvoudige muren. Het zijn doolhoven en gecompliceerde labyrinten - het resultaat van ingewikkelde verkeerde veronderstellingen van de mens en de tegenstrijdige houdingen die daaruit voortvloeien. Het is zijn taak op aarde een uitweg te vinden uit deze wirwar van doolwegen. Dit is de vrijheid, de bevrijding die dit pad belooft en waarvan een aantal van mijn vrienden in de laatste tijd

glimpjes hebben opgevangen.

Hoe kan deze beschrijving van spirituele vormen voor jullie persoonlijk van betekenis zijn met betrekking tot je problemen, de houdingen of blokkades die je nu hebt? De meest directe vrijheid die de mens op een pad als dit te ontdekken staat, is het besef dat zijn invloed ver kan reiken. Wanneer iemand uiteindelijk de betekenis van oorzaak en gevolg in zijn eigen leven herkent, heeft dit een enorme verandering in zijn houding tegenover het hele leven tot gevolg. Voor het zover dat padwerk hem dit doet begrijpen is er gewoonlijk heel wat voorbereidend werk nodig. Vaak heeft hij al heel wat beelden ontdekt, heel wat innerlijke problemen en conflicten begrepen, terwijl hij toch nog geen notie heeft van het directe verband tussen oorzaak en gevolg. En daarmee geen notie heeft van de onafhankelijke rol die hij in zijn lot speelt, in omstandigheden die hij - naar het hem toeschijnt - niet kan veranderen. Ik heb het nu niet over mystieke verbanden van veel verder gaande aard, zoals karmische condities, oorzaken en gevolgen die iets verder of heel ver uit elkaar liggen, maar over een direct, zichtbaar verband tussen oorzaak en gevolg. Dat wil zeggen, zichtbaar als je het verkiest te zien en te begrijpen.

Hoe vaak denken, voelen, vrezen en wensen jullie allemaal niet dat het verlangde resultaat niets met je houding en gedrag te maken heeft. Je bent bang dat je niet aardig wordt gevonden en hulpeloos hoop je dat men je wel aardig vindt. Onderwijl ontgaat het je dat je het hierop gemakkelijk kunt aansturen als je dat werkelijk wilt en ook daarnaar handelt. Hoe vaak ben je niet bang dat je niet zult slagen in iets wat je onderneemt en wacht je passief en hulpeloos af of het lot je het gewenste resultaat in de schoot werpt? Maar het komt niet in je op dat er heel wat manieren zijn waarop jijzelf, en alleen jijzelf, kunt verwezenlijken wat je wilt. Al je energie is er voortdurend op gericht het *te doen voorkomen alsof dat wat je wilt in je leven al aanwezig is*. Maar diep van binnen ben je ervan overtuigd dat je het niet echt kunt krijgen en je schaamt je dit toe te geven. Dus doe je net alsof je het al bezit. Je zou het ook gemakkelijk kúnnen bezitten als je geloofde dat je het zou kunnen en als je je energie niet verspilde om de schijn op te houden, maar gebruikte om het werkelijk te krijgen. Dit kan succes zijn op een bepaald gebied of een gelukkige relatie, het kan inhouden dat men van je houdt en je op alle niveaus van je wezen vervuld bent. Of het kan inhouden dat je een bepaald type persoon bent.

Geen wonder dat de mens hulpeloos is. De eerste barrière is dus zijn

geloof dat hij niet kan hebben wat hij zo gemakkelijk zou kunnen hebben. Het tweede dwaalspoor, dat uit het eerste voortkomt, is zijn schaamte over een niet bestaand en onnodig gemis. En de derde doolgang in het labyrint van de geest is de pretentie dat hij het heeft of zou kunnen hebben als hij het zou willen terwijl hij het tegendeel gelooft. Ondanks het feit dat hij gelooft dat hij het niet kan hebben, hoopt hij toch dat het lot hem van zijn gemis zal bevrijden. Zo koestert hij vrees en hoop, maar die zijn gebaseerd op verkeerde veronderstellingen.

De mens is zelfs bang voor zichzelf, voor zijn eigen onbewuste - alsof er een monster zit waarover hij geen macht heeft, omdat het niet aan zijn wil ondergeschikt is. Bovendien verkeert hij gek genoeg in de waan dat het wel mak blijft als hij maar doet alsof het niet bestaat, maar dat het op gaat spelen als hij ernaar kijkt en hem dan tot daden zal dwingen die hij niet kan stoppen. Hij vergeet totaal dat hij zijn onbewuste *is*; dat wanneer het eenmaal bewust is, hij er geen slaaf van is, maar juist meester erover, juist omdat het niet meer onbewust is. Hij houdt koppig vol dat hij hulpeloos is overgeleverd aan de werking van zijn geheime geest. Hij wordt geplaagd door overbodige angsten of hij er wel in slaagt te groeien, van een onaangename trek af te komen, constructief te handelen - alsof dat alles niets met zijn keuzes te maken heeft, maar het noodlottige gevolg is van een macht waarop hij geen invloed heeft.

Zelfs vrienden die al heel wat inzicht en ervaring hebben op dit pad, beseffen nog niet hoe vaak ze op deze manier voelen. Het gaat onopgemerkt aan hen voorbij. Wat zou het goed zijn als je alleen maar jezelf zou onderzoeken op dergelijke reacties en dit verkeerde denken onmiddellijk zou rechtzetten - een denkwijze die zo'n verregaande uitwerking heeft op je hele ontwikkeling, op je hele bestaan. Als je zo'n reactie ontdekt, hoef je alleen maar krachtig te stellen dat jij, alleen jij, je daden, je gedrag, je beslissingen kiest en bepaalt. Op het moment dat je dit stelt, gaat er iets in je gebeuren en treden tot nog toe ongebruikte vermogens aan het licht. Eerst geven ze je een nog dieper inzicht, dan versterken ze je en helpen je anders te gaan handelen op een nieuwe en productievere manier, die gericht is op het doel dat je wenst te verwezenlijken. Met andere woorden: je start een nieuwe keten van oorzaak en gevolg door te weigeren jezelf aan je eigen destructieve aspecten ten prooi te laten vallen. Hier is een eenvoudig besluit voor nodig, dat je helder en duidelijk moet stellen.

Het is een belangrijke transformatie wanneer je eindelijk jezelf wordt en

ontdekt dat de oplossing voor leven en geluk zo eenvoudig is. Deze eenvoud berust op je bereidheid de meest subtiele pretentie op te geven waarmee je een onnodige beperking toedekt. Wanneer je vervolgens van de beperking afziet, kun je uit je schulp kruipen om te verkrijgen wat je wenst. In plaats van je terug te trekken en bij mensen uit de buurt te blijven, reik je naar hen uit. Van nu af hoef je je nooit zorgen te maken of ze je wel aardig vinden. In plaats van je beste vermogens te verlammen, openbaar je ze en gebruikt ze. In plaats van 'nee' te zeggen tegen het leven, tegen mensen, tegen succes, tegen vervulling, tegen allerlei ervaringen, zeg je 'ja'. In plaats van hulpeloos af te wachten of anderen, het lot of het leven je tot een aanvaardbaar mens maken en ondertussen je angstig voor jezelf verbergt, bepaal je wat je wenst, hoe je het kunt verkrijgen en wat je moet doen aan trekjes die je niet leuk vindt. De verandering ligt in het feit dat *je het beste van jezelf geeft* (op welk gebied van het leven dan ook) *in plaats van de beste indruk te geven*. Als je alles wat je in het verleden ontdekt hebt, in dat licht beschouwt, kun je het grote verschil vaststellen tussen de beste indruk geven, zodat het beste van je gedacht wordt en werkelijk je best doen om het resultaat te verkrijgen dat je je wenst. Dit is de sleutel die het werkelijke succes dat je wilt, bepaalt - in een beroep, in een vervullende relatie, in groei en in zelfontplooiing.

Hoeveel vooruitgang veel van mijn vrienden ook hebben geboekt, nog steeds is die denkbeeldige hulpeloosheid tegenover leven en groei aanwezig met betrekking tot jezelf en tot wat je van het leven verwacht. Kijk ernaar en wijs het precies aan. Het te vinden is altijd de helft van de strijd. Je kunt deze beslissende ommekeer niet maken als je niet eerst duidelijk de toestand ziet die je achter je moet laten. Als je niet ziet dat je met een muur om je heen leeft, kun je niet ontdekken dat deze muur denkbeeldig en onnodig is. Je kunt alleen zonder vrees de grote vrijheid binnengaan wanneer je ontdekt dat je dat eerst niet durfde.

In dit verband is het belangrijk het volgende te ontdekken:

a) het gevoel van hulpeloosheid, van vage hoop en angst dat iets al of niet gebeurt terwijl je niet ziet hoe je er invloed op kunt uitoefenen;
b) de precieze oorzaak van je onvervuldheid: hoe je handelt uit hoofde van je misvattingen en beelden; hoe negatieve emoties je doen reageren, wat je erdoor uitstraalt en hoe dit anderen beïnvloedt;
c) hoe je het doet voorkomen dat je iets hebt of bent wat je niet echt denkt te kunnen krijgen of te kunnen worden.

Wanneer je dit toepast op specifieke gebieden van je innerlijk en uiterlijk leven en datgene wat je bij jezelf opmerkt helder en beknopt formuleert, helpt dit je om je gedachten en intenties in gezonde banen te leiden. Dit is de transformatie, waarbij je de eerste, directe barrières verwijdert. Hier zijn oorzaak en gevolg direct met elkaar verbonden en waar te nemen zonder een mystiek geloof in occulte zaken.

Hoe vaak, vrienden, is jullie houding niet te zeggen: "Ik heb weerstand" en het daarbij te laten, alsof je niets in het werk kunt stellen en lijdzaam af moet wachten tot die weerstand vanzelf verdwijnt. Zelden komt het in je op te zeggen: "Dit is mijn weerstand. Nu ik hem ken en zie, wijs ik hem af. Ik geef er niet aan toe. Wat ik ook uit onwetendheid en misvattingen vrees, ik wil door die weerstand heen. *Ik* heb de macht, niet mijn weerstand. Mijn wil om in waarheid te zijn en te groeien, mijn ware zelf dat dit alles wenst, heeft het voor het zeggen, niet de vage, kinderlijke angsten die mijn weerstand veroorzaken." Of jullie hele houding drukt uit: "Ik ben bang afgewezen te worden. Ik hoop er maar het beste van, maar ik ben er bang voor, want ik voel me niet in staat anderen zodanig te beïnvloeden dat ze me aardig vinden." Als je zo'n houding bij jezelf vaststelt, is het betrekkelijk eenvoudig tegen jezelf te zeggen: "Waarom zouden ze me niet aardig vinden? Het is belangrijk voor me. Mijn innerlijke bronnen verschaffen me alle noodzakelijke kwaliteiten. Ik kruip uit mijn schulp en ben echt op de ander betrokken in plaats van alleen maar te doen alsof. Als ik bereid ben net zoveel om anderen te geven als ik wens dat ze om mij geven, zal ik mezelf ook aardiger vinden, omdat ik me dan van mijn kant niet schuldig maak aan een ongelijke verhouding of oneerlijke eisen, en niets voorwend. Daarom geloof ik in de mogelijkheid dat men van me houdt. En waar ik in gebreke blijf, daar is het mijn oprechte wens me daarvan duidelijk bewust te worden en het te veranderen. Aangezien ik de bepalende factor ben, moet deze wens werkelijkheid worden in de mate van de intensiteit van mijn verlangen."

Zo'n innerlijke handelwijze betekent dat je de teugels van je leven in eigen hand neemt. Jullie zijn allemaal, althans in sommige opzichten, door deze eerste barrière beperkt en zien het directe verband niet tussen oorzaak en gevolg, waardoor jullie hulpeloos zijn - of geloven dat je hulpeloos bent, terwijl je niet eens beseft dat je jezelf zo ervaart. Als je dit alles maar ziet en vervolgens welbewust uitdrukking geeft aan je intentie om het proces te veranderen door je gedachten helder te formuleren en een sterke wil te manifesteren, dan zul je zeker over deze

beslissende drempel heen komen.

Je gedachten helder en duidelijk formuleren en de intentie tot uitdrukking brengen dat je innerlijk en uiterlijk wilt veranderen, betekent geenszins dat je je negatieve, destructieve hulpeloosheid onderdrukt of verdringt. Verdringing is louter een ander woord voor bedrog. Maar wanneer je ziet dat je jezelf hulpeloos waant, je verlangen hopeloos is en je daarom de schijn ophoudt en jezelf wat voor spiegelt; wanneer je dat duidelijk ziet kun je écht gaan leven, naar reële doelen streven en ophouden met je zorgen te maken over wat anderen van je denken.

Mensen denken vaak dat het duidelijk poneren van een negatieve houding betekent dat het daarbij blijft en dat ze maar moeten afwachten tot er een wondertje gebeurt waardoor ze uit de negatieve innerlijke toestand groeien. Terwijl ze aan de andere kant aannemen dat het uiten van de intentie om gevoelens en reacties niet meer door deze destructieve neiging te laten bepalen, inhoudt dat ze die verdringen en zichzelf een constructieve houding opleggen die nog niet eigen is. Dat kan inderdaad vaak zo zijn, maar het hoeft niet. Geef de wil te kennen om uit destructieve patronen te groeien en neem actief de leiding over je leven en je ontwikkeling. Realiseer je dat jij het laatste woord hebt, dat het laatste woord van jou moet komen wat betreft de vraag of en wanneer je gaat veranderen. Dat heeft niets te maken met een opgelegde houding of wensgedachten. Verklaar bijvoorbeeld dat je zo'n relatie wilt en niet zó een. Stel vast op welke manier je je wilt uiten, welk vak of beroep je wilt en in hoeverre je daarin echt wilt slagen. Dan kun je jezelf afvragen wat je ervoor wilt doen. Je kunt jezelf ook afvragen of je eigenlijk wel in de mogelijkheid gelooft dat je deze doelen bereikt. Zo niet, waar twijfel je dan over? Dit zijn de directe verbanden tussen oorzaak en gevolg die je eerst duidelijk moet vaststellen, beseffen en veranderen voor je de verder uiteen liggende oorzaken en gevolgen met elkaar in verband kunt brengen.

Wanneer oorzaak en gevolg niet direct met elkaar verbonden kunnen worden, wanneer er een paar of verscheidene schakels tussen liggen, moet je het resultaat tijdelijk accepteren, maar slechts zolang je het verband niet gelegd hebt, zolang oorzaak en gevolg duister blijven. Direct verbonden oorzaken en gevolgen worden duidelijk herkenbaar op het moment dat jij je die bewust wordt; het negatieve resultaat verdwijnt onmiddellijk en je schept nieuwe gevolgen. Maar hoe kom je een stap verder in dat stadium van verder uiteen liggende - karmische - oorzaken

en gevolgen, wanneer je de voor de hand liggende, directe verbanden niet ziet die ieder met een beetje gezond verstand kan waarnemen als zijn weerstand eenmaal afneemt? Als je niet ziet wat je nu meteen kunt doen om te veranderen en hoe het komt dat je voortdurend ongewenste resultaten schept, hoe kun je dan een breder zicht krijgen op oorzaak en gevolg, op gevolgen die zo dikwijls aan een ondoorgrondelijk lot toegeschreven worden? De eerste fase in dit opzicht, de fase waarin oorzaak en gevolg duidelijk zichtbaar zijn als je er maar naar wilt kijken, heeft niets te maken met spiritueel geloof, met metafysische factoren. je hoeft alleen maar te zien wat er werkelijk is te zien; wat zelfs je naaste vrienden weten maar je niet durven vertellen omdat ze terecht aanvoelen dat jij je dan gekwetst voelt en niet wilt accepteren wat zij waarnemen. Omdat je zelf angstig je ogen sluit, ben je verlamd in je blindheid en kom je niet in beweging waar je zou moeten handelen. Ter compensatie worstel je en ben je teveel in beroering waar je rustig en vredig zou kunnen zijn. Ik spreek nu over innerlijke zielsbewegingen. Wanneer je in het juiste evenwicht verkeert, laat je in alle rust het resultaat van je inspanningen naar je toe komen, zonder druk van jouw kant.

Een belangrijk punt van onderscheid in de evolutie van de mens is zijn houding tegenover *inspanning*. Vrijwillige en vreugdevolle inspanning is het gevolg van spiritueel ontwaken. De inspanning die mensen zich tegen hun wil getroosten omdat het leven dat van hen verlangt en die hen schijnbaar wordt afgedwongen, is het gevolg van het feit dat zij nog gevangen en verstrikt zitten in hun beperkte begrip van de spirituele werkelijkheid. Ja, zij hebben ook inspanning nodig, want iemand die zich niet meer inspant, houdt op te leven. Maar hun inspanning is altijd moeizaam, tegen de stroom in. Innerlijk zouden ze zich liever niet inspannen. Hun idee van geluk, de vervulling die zij uiteindelijk willen bereiken, is die van ‘geen inspanning’, in de zin van stilstand. Hun kijk op het leven komt neer op het geloof dat er een uiteindelijke toestand is waarin je absoluut niets doet. Zij zijn bang om zulke woorden zelfs maar te horen omdat zij denken dat wanneer ze naar de waarheid luisteren, nog meer op hun schouders krijgen en deze de gedwongen, zware inspanning vergt waarmee ze nu al door het leven gaan, de enige die ze kennen. Zij hunkeren naar een toestand van volledige stilstand, van je-niet-bewegen bij wijze van spreken. Dat zou inderdaad de dood zijn. Daarom zijn mensen in dit stadium speciaal bang voor de dood. Diegenen die al tot het besef gekomen zijn dat inspanning geluk is en beweging geen karwei maar de zaligheid zelve, zijn niet bang voor de dood, omdat zij er niet naar verlangen. In dit stadium wordt inspanning moeiteloos. Het is

vreugdevolle beweging in een prachtig ritme. Het verbreidt meer vreugde, vervulling, vrede en rust en doet je meer presteren. In het begin zul je misschien een zekere weerstand moeten overwinnen, maar hier kies je voor, uit vrije wil, omdat het gewenste resultaat de moeite waard is. Vandaar dat je door deze overwinning al gauw een toestand bereikt waarin de energie zich steeds weer oplaadt. Er is *een impuls* gegeven tot *een* beweging waarin inspanning vanzelf gaat. Weldra voelt het niet meer als inspanning. Het wordt een volmaakte beweging die maar doorgaat, naar steeds grotere constructieve ontplooiing en zelfexpressie.

Als je je tegen je wil inspant - om erbij te horen, om goedkeuring te krijgen of afkeuring te ontlopen of omdat het eenvoudigweg noodzakelijk is om te overleven - dan mat je jezelf af en kost iedere verdere inspanning daardoor nog meer moeite en dat wekt nog meer weerzin op. Een vrijwillige inspanning, waar je voor kiest omdat je inziet dat ze terecht is, mat je nooit af.

Als je vanuit dit oogpunt naar je eigen pad kijkt en je zielsbewegingen nagaat, ontleen je daar mogelijk een paar belangrijke gegevens aan. Hoe voel je je over de inspanning die je verschillende dagelijkse taken vragen, de inspanning die dit padwerk met zich meebrengt, de inspanning die het leven op zich vraagt? Heb je voortdurend een duwtje nodig, misschien zowel van jezelf als van het leven, terwijl een ander deel van jezelf zich verzet? Als dat zo is, moet je weerzin tegen het leven zelf sterker zijn dan je denkt. Het is belangrijk dit vast te stellen. Of ben je - minstens op bepaalde gebieden - al in die moeiteloze stroom terechtgekomen waar je jezelf al in beweging hebt gezet, waar de werkkracht zich verder zelf opwekt en je je erdoor mee laat voeren zodat je geen discipline meer hoeft op te brengen? In dat geval voel je geen inspanning meer, maar beweging en je geniet van die beweging. Dan heb je echt een belangrijke drempel overschreden. Maar je zult je zelf eerst vrijwillig tot deze inspanning moeten zetten, zonder weerzin, om de beweging een zodanige stuwkracht te geven dat zij zichzelf voortzet. Wanneer dat gebeurt, kunnen alle blokkades, alle problemen, alle barrières met het grootste gemak uit de weg worden geruimd. Je kunt de inspanning die daarvoor nodig is alleen willen en zonder weerzin en moeite ook tot uitdrukking brengen, wanneer je begrijpt dat deze inspanning niet tot last, slavernij en lijden leidt, maar tot gelukkige ervaringen, vrijheid en genot.

In de loop der jaren hebben we uit en te na besproken dat misvattingen verantwoordelijk zijn voor al het lijden. Dit geldt ook voor de

denkbeeldige barrières, de moeizame en vermoeiende, verafschuwde inspanning. De mens brengt zichzelf in de paradoxale positie dat hij zich afmat in een niet-bestaande gevangenis. Hij zwoegt, beult zich af en rammelt ingespannen aan de tralies die er in werkelijkheid niet zijn, terwijl hij weigert naar buiten te stappen en zich vrij te bewegen op weg naar verdere expansie, vreugdevol meesterschap over zichzelf en alomvattend geluk.

Bij je zelfonderzoek heb je, op zoek naar beelden, heel wat algemene en persoonlijke misvattingen gevonden en je zult ze ook verder nog vinden. Welnu, lieve vrienden, als je al die misvattingen bij elkaar zet en op zoek gaat naar een gemeenschappelijke noemer, moet je er onvermijdelijk achter komen dat iedere verkeerde conclusie neerkomt op een beperkt idee van het leven, de schepping, het universum en het zelf. Je lijdt omdat je gelooft dat lijden noodzakelijk en onvermijdelijk is. Als de mens gelooft dat hij moet bloeden, kan hij niet anders dan zich snijden om aan deze denkbeeldige wet te voldoen. Daarmee wordt die ook bevestigd. Dat is de aard van alle beelden. De beperking, die de mens toeschrijft aan het leven en zijn verhouding tot het leven, komt altijd neer op een willekeurige of/of houding. Dit hebben we bij verschillende gelegenheden besproken. Deze of/of houding, die de spirituele werkelijkheid en ook de kosmische krachten die de mens ter beschikking staan onterecht ernstig beperkt, komt op het volgende neer: afgezien van de algemene misvatting dat lijden een noodzaak is, waardoor je het opzoekt, kun je de of/of houding in drie belangrijke categorieën onderverdelen die in alle persoonlijke en massabeelden voorkomen:

1) Dit is goed óf slecht, het is zwart óf wit, goed óf kwaad.
2) Er zijn maar twee alternatieven en beide zijn even ongewenst. Al het andere lijkt onmogelijk.
3) Je kunt maar één, of een beperkt aantal aantrekkelijke manieren van zelfexpressie en vervulling kiezen en moet andere opgeven. Het is óf deze, óf die vervulling, beide is onmogelijk; twee manieren van leven die elkaar schijnbaar uitsluiten, is niet te verwezenlijken.

Al die of/of houdingen hebben we eerder besproken, maar het is belangrijk ze in deze context te begrijpen. Laten we nu nog eens kijken waarom die beperkingen zo verkeerd en zo schadelijk zijn.

Wanneer je in een bepaalde kwestie duidelijkheid probeert te krijgen en je bekijkt dat louter uit het oogpunt van goed of slecht, juist of onjuist, is dit een oppervlakkige en ontoereikende beoordeling die heel wat belangrijke aspecten buiten beschouwing laat, overwegingen van de

werkelijkheid die je niet kunt terugvinden op het beperkte of/of niveau. De draagwijdte en diepte van de werkelijkheid reikt veel verder. Dit gebeurt alleen omdat je niet op de kwestie ingaat met de oprechte bereidheid te zien of deze constructief en productief is, het leven bevorderend en bevestigend of juist het tegendeel; of deze voor alle betrokkenen groei stimuleert - en dat is uiteindelijk de kernvraag in alle levenskwesties - of beperkend en destructief is voor hen. Je vraagt jezelf niet af waarom het constructief of destructief is en wat er al of niet constructief is aan het goede en het slechte, het juiste en het onjuiste. Gewoonlijk richt je je bij deze of/of houding naar kant en klare regels, zonder ze in twijfel te trekken. Je aapt iets blindelings na, zonder precies te weten waarom. En als je wordt uitgedaagd, voel je je in een hoek gedreven en zoek je je heil bij autoriteiten en in conformisme, zonder ooit je eigen hulpmiddelen en verstand te gebruiken om uit te vinden waarom je iets aanneemt of afwijst, waarom je iets vergoelijkt of veroordeelt. Het komt niet in je op dat er nog andere overwegingen mogelijk zijn dan de vraag of iets goed of verkeerd is.

Doordat je nalaat te onderzoeken waar het nu echt om gaat, mis je een werkelijk zicht op de zaak, hetgeen je voorbij de barrière zou brengen. Het hek van niet ter discussie staande normen van goed tegenover verkeerd lijkt een bescherming tegen afkeuring of afwijzing. Zo perk je jezelf in, met het gevolg dat je voortdurend hebt te maken met verkeerde keuzes, keuzes die in werkelijkheid niet bestaan, maar alleen omdat je je visies hebt toegeëigend die anders zijn dan de jouwe. Dit klakkeloos overnemen van meningen en normen, zonder ze te onderzoeken en te testen, zonder de echte kern van de zaak te raken, zelfs zonder de bereidheid om te zien wat werkelijk belangrijk en waar is, komt voort uit het feit dat je er meer aan gelegen is je aan te passen en goedkeuring te verwerven, respectievelijk afkeuring te vermijden, dan dat je oprecht in de kwestie zelf geïnteresseerd bent. Hier komen we weer tegen wat ik eerst noemde: oprecht leven tegenover leven omwille van de schijn. Het overnemen van kant en klare meningen heeft altijd te maken met de schijn op willen houden, met belang hechten aan wat anderen van je denken.

De tweede of/of houding is de keus tussen twee mogelijkheden die allebei ongewenst zijn. Zo'n beperkte en negatieve keus is vanzelfsprekend het gevolg van een beperkte en negatieve verkeerde conclusie. Onwaarheid kan alleen maar nog meer dwalingen voortbrengen, nooit waarheid. Verkeerde conclusies zijn altijd het gevolg

van oudbakken, onveranderlijke, afgezaagde, verouderde ideeën die niet bevraagd worden. Als je je eigen taboes niet in twijfel durft te trekken, kun je je horizonten niet verbreden en al die prachtige mogelijkheden ontdekken. Je bent voortdurend gedoemd te kiezen tussen alternatieven die beide ongewenst en pijnlijk zijn.

De derde of/of houding is de veronderstelling, dat je abusievelijk gelooft dat er maar één beperkte mate van vervulling en geluk mogelijk is. Je moet kiezen tussen óf dit óf dat doel, dit of dat verlangen, deze of die wens. Hiermee verband houdend leeft het idee dat jouw geluk of vervulling die van een ander wegneemt, zodat je niets voor jezelf durft te wensen uit angst egoïstisch te zijn. Binnen die afbakening is het universum zo beperkt dat er niet genoeg ruimte is om ieder schepsel ten volle te laten leven en zelfs één gebied van vervulling lijkt een ander van die speciale vervulling te beroven. Maar buiten die barrière, waar geen afgunst en jaloezie bestaan, is die beperking ook niet aanwezig. Daar wordt het universum gezien zoals het is - onbegrensd. Binnen de muren van die begrenzing denk je dat je een keuze moet maken, daarbuiten is zo'n keus niet nodig.

Je kunt niet buiten die muren stappen als je niet ontdekt dat je een vrij schepsel bent, met eigen verantwoordelijkheid. Daartoe behoort de bereidheid en het verlangen om alle doctrines, regels, normen en meningen die je aangereikt worden, te onderzoeken. Je moet ze diepgaand, grondig en onafhankelijk onderzoeken, doordringend tot de werkelijk belangrijke vragen omtrent leven en groei. Je moet weigeren een standpunt aan te nemen waarvan je niet zelf hebt uigemaakt of het klopt. Je moet leren *zelf* te bepalen wat je wilt, wat je denkt, hoeveel je wilt investeren om te verkrijgen wat je wilt en of dit voldoende is en eerlijk tegen elkaar opweegt. Je moet leren de nodige hulpbronnen en kracht in jezelf aan te boren om te krijgen wat je wenst. Als je verklaart dat je het wilt en je wilt dat wat daarvoor vereist is in jezelf verwezenlijken, moet het antwoord van je hoger zelf komen. Je zult de vermogens vinden die je nodig hebt. Een heldere, beknopte formulering van wat je wilt, in welk opzicht je moet groeien, waar je hulp nodig hebt, brengt antwoorden voort uit de diepste bron van waarheid en wijsheid in je, vanuit kosmische krachten in jezelf.

Wanneer je het direct verband tussen oorzaak en gevolg van de eerste barrières ten volle begrijpt, de dichtstbijzijnde sectoren van jouw persoonlijke doolhof, dan ben je ook in staat barrières te verwijderen die

het gevolg zijn van verdere schakels. Hoe kun je ooit een karmische conditie begrijpen - anders dan in theorie - als je niet eerst ten volle de waarheid van dichtbij liggende oorzaken en gevolgen ervaart? Bijvoorbeeld: een relatie is niet in harmonie, maar je ziet niet hoe je voortdurend daartoe bijdraagt door daden, gedachten en gevoelens van jouw kant. Als je dit beseft heb je een direct aanknopingspunt om de relatie te veranderen. Maar wanneer iemand maar zo blindelings doorgaat, komt hij op een gegeven moment zo ver dat hij alleen staat, dan hij geen relatie meer heeft en zich in een situatie bevindt waarin het bijna onmogelijk lijkt een nieuwe relatie op te bouwen. Hier liggen oorzaak en gevolg verder uit elkaar en zijn niet zo gemakkelijk vast te stellen. Maar je gaat dit alles beter begrijpen en ervaren wanneer je de directere fases hebt doorgewerkt.

Om met situaties om te gaan waarin oorzaak en gevolg uit elkaar liggen, is het van belang een schijnbare tegenstelling te begrijpen: aan de ene kant hoor je dat lijden onnodig is en door een dieper inzicht in jezelf raak je er geleidelijk ook van overtuigd; aan de andere kant is het noodzakelijk dat je je eigenzinnigheid accepteert en laat varen om innerlijk in harmonie te zijn. Dat lijkt inderdaad een tegenstrijdigheid die vragen en verwarring bij je kan oproepen. Welnu, wanneer ik het over accepteren heb, bedoel ik dan het accepteren van lijden? Natuurlijk niet. Indirect kan het tijdelijk daarop lijken, de nadruk ligt echter heel anders. De nadruk ligt op het feit dat je je eigen beperkingen en de gevolgen daarvan moet leren accepteren. Als je tegen je vroegere onwetendheid in opstand komt omdat ze je nu in moeilijkheden brengt, verhindert dat verzet je om datgene uit de weg te ruimen wat aanvankelijk die moeilijkheden heeft veroorzaakt.

Je eigen beperkingen accepteren houdt niet in dat je erin berust en in die beperkte toestand wilt blijven. Het betekent veeleer ware eigen verantwoordelijkheid. Het betekent je bewust te zijn dat je een vrij schepsel bent dat ook blijft totdat je je kracht en vrijheid ontdekt. Het is werkelijk prachtig dat het zo is. Als de mens zijn beperkingen niet kan accepteren, accepteert hij zijn eigen verantwoordelijkheid niet en kan daardoor niet buiten zijn barrières treden. Je moet de gevolgen van je vroegere onwetendheid accepteren, maar slechts zolang je aan die speciale onwetendheid of misvatting vasthoudt die je lijden veroorzaakt heeft. Op het moment dat je opstaat en werkelijk besluit te veranderen - wat klaarblijkelijk de moed vergt tot meedogenloze eerlijkheid ten opzichte van jezelf, hetgeen voor velen zo moeilijk is - lost de negatieve

oorzaak uit het verleden op en voel je dat je de innerlijke vrijheid hebt om gelukkig te zijn en met hart en ziel naar geluk te verlangen, zonder spanning, zonder drang, zonder schuld en zonder angst voor ongeluk. (Dat laatste is een negatief verlangen naar geluk). Rustig en zeker weet je dat je al het geluk kunt hebben dat je je wenst; dat het geen enkele constructieve zaak ter wereld schaadt, noch anderen iets ontneemt. Niets staat het in de weg. Dat is je zielstoestand op het moment dat je echt bereid bent de oorzaak te veranderen die ongeluk tot gevolg heeft gehad. Wanneer dit besluit genomen is worden de verder weg liggende verbanden tussen oorzaak en gevolg onmiddellijk toegankelijk.

Hoe meer je de directe schakels tussen oorzaak en gevolg vaststelt en ervaart, hoe zekerder je je gaat voelen en hoe meer vertrouwen je krijgt in de aard van het universum in al haar weldadigheid. Naarmate je meer barrières verwijdert, verankert zich een vertrouwen in je dat je kunt meegeven aan de energie die je uitzendt wanneer je je bezighoudt met gevolgen van verder verwijderde oorzaken. Met andere woorden: wanneer je je in een positie bevindt die duidelijk het resultaat is van een lange keten van negatieve ideeën en misvattingen, lost de uiterlijke hopeloosheid van de situatie op, omdat als jouw bewustzijn verandert, je vol vertrouwen de wens tot vervulling uitzendt, in de wetenschap dat dat in overeenstemming is met de spirituele werkelijkheid en er een uiterlijke verandering plaatsvindt in dezelfde mate van je innerlijke verandering. Zo bouw je de nieuwe situatie op. Een dergelijke uiting van vertrouwen is mogelijk wanneer je keer op keer je eigenheid ervaart met de resultaten daarvan, in tegenstelling tot vervreemding van jezelf en gevangen zijn in je lot met alle gevolgen van dien. Als je weet dat de wet zichzelf vervult, krijg je daar ook het bewijs van. Het vertrouwen dat je uitzendt, komt weer terug bij jezelf. Dan ben je er zonder enige twijfel diep van doordrongen, dat net zo goed als je beperkte ideeën hun eigen resultaat opleveren, je inzicht in de overvloed van de schepping overeenkomstige resultaten met zich meebrengt. Dit weten is als een lichtstraal die in al zijn volheid weerkaatst wordt.

Ik besef dat dit geen gemakkelijke lezing was. Ze vereist heel intensieve studie - *innerlijke* studie. En bovenal is het nodig dat je het besprokene op jezelf toepast, zodat het niet alleen een algemeen, theoretisch begrip is. Je moet bepalen waar je jezelf innerlijk tot een of/of houding beperkt, in de veronderstelling dat lijden onvermijdelijk is, vanuit een onbekendheid met de kracht die in je weten besloten ligt en in de precieze formulering ervan. Door die houding is jouw universum voor je

gesloten en creëer je je eigen barrières. Span je in en geef een impuls tot een zichzelf voortzettend moeiteloos pogen wat betreft je ontwikkeling, het verwijderen van je barrières, je zelfontplooiing en zelfexpressie. Moeiteloos pogen wordt de beweging van dit pad zelf.

En nu, dierbaren, ben ik klaar voor jullie vragen"

VRAAG: Mijn dochter heeft enige leiding en verdere hulp nodig. Verleden zomer hielp u met een bepaald advies betreffende haar schuldgevoelens. Ze heeft gemerkt dat het zo is maar was tot nu toe niet in staat er emotioneel contact mee te krijgen. Ze heeft het geprobeerd en spande zich heel erg in maar zeker niet moeiteloos - dat kan ik zien. Ze probeerde het uit alle macht. Misschien blokkeerde dat het, dat weet ik niet. Ze kan het niet in een ja-stroom veranderen. Wat is de volgende stap?

"Soms is het niet mogelijk precies een volgende stap aan te geven want het hangt ervan af waarop ze reageert. Verschillende aspecten kunnen haar naar de kern van het probleem leiden. Het kan daar liggen waar ze een innerlijke reactie voelt. Dus moet ze het proberen tot ze een aspect vindt dat bij haar aanslaat. Het doet er niet toe van welke kant ze het probleem benadert. Het gaat erom de benadering daar te zoeken waar zij nu de minste weerstand, de minste angst heeft.

Een van haar grote struikelblokken is een enorm sterke of/of houding; in haar geval is die ongewoon sterk. Het is "óf ik ben gelukkig, óf ongelukkig. Om gelukkig te zijn, moet alles volmaakt zijn, dan leef ik. Als ik ongelukkig ben, ga ik dood." Tussen volmaakt geluk en absolute vernietiging is niets. Dat maakt haar zo dol. De raad die ik hier geef, helpt haar misschien door de huidige verwarring heen. Mijn raad is dat ze probeert contact te maken met de onbegrensde kosmische intelligentie in zichzelf en om haar heen, om haar te helpen inzien dat deze of/of houding verkeerd is, een illusie. Zolang de mens positieve ervaringen verlangt uit angst voor het negatieve tegendeel, is hij in verwarring en op een dwaalspoor - dus zijn zijn gedachten en emoties gestremd door onzuiverheden, en vormen eerder een belemmering dan een hulp om het goede te bereiken. Dat bedoelde ik met de schijnbare tegenspraak tussen acceptatie en de wetenschap dat lijden onnodig is. Het lijkt moeilijk een toestand te bereiken waarin je 'ja' tegen geluk zegt zonder bang te zijn voor het tegendeel.

Het doet er niet toe langs welke weg je bij de waarheid komt. De waarheid is dat er niets te vrezen is, er is geen lijden. Je kunt tot die conclusie komen door het niet nodig te vinden lijden te accepteren en misschien slaag je erin de angst van je af te schudden. Of je moet, om tot diezelfde conclusie te komen, eerst door de angst heengaan om uit te vinden dat deze een illusie is. Achter de muur van schijnbaar lijden, van vernietiging en angst, staat de spirituele werkelijkheid van eeuwig, onveranderlijk geluk. In haar meditatie moet ze zich met dit punt bezighouden en de wens uiten tot een waarheidsgetrouw inzicht te komen in haar allesoverheersende angst. Dan verdwijnen de blokkades en ligt de weg open. Als ze de denkbeeldige dreiging echt verlangt te verwijderen, als ze precies formuleert waar ze bang voor is en ook tot het inzicht wenst te komen dat die angst een illusie is, dan moet het antwoord komen. Altijd wanneer je op zo'n manier mediteert, vol vertrouwen en oprecht en er met je hele wil achter staat, moeten er antwoorden komen.
Kom alsjeblieft met vragen. Laat de gelegenheid niet voorbijgaan. Hoe persoonlijker ze zijn, hoe beter het is voor jullie allemaal.

Als je datgene wat ik vanavond tegen jullie gezegd heb al voor de helft kunt benutten en op jezelf kunt toepassen, lossen de barrières zich geleidelijk op in de ijle lucht die zij in feite zijn. Zij hebben in werkelijkheid geen substantie. Wanneer je de vrijheid ontdekt en merkt dat er geen ketenen, geen barrières en geen gevangenismuren zijn, dat je niet hulpeloos bent, dat je voortdurend je lot, je leven hier en nu, kunt beïnvloeden en vorm kunt geven, dan is je geluk onvoorstelbaar. Leven zonder angst, groei zonder moeite, de pracht van ervaren, de rijke verscheidenheid aan belevingen zonder kwelling, en het geluk van gestage groei. Dat geluk is onbeschrijfelijk. Dat alles wacht jullie. Het is er, daar waar je nu bent.

Ik zegen jullie nogmaals, vrienden, met alle liefde die in het universum aanwezig is, met alle kracht. Maak je die kracht eigen, want het is een moeiteloze kracht. Door de waarheid te kennen moet je wel ontdekken dat je echt vrij bent om de rijkdommen te gebruiken die God voor je heeft. Wees in vrede, wees in God."

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1964
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force - Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Fences Man Puts up Through Limited Illusory Altenatives'.
Vertaling door Lidewij Frijlink in 1984; herzien in 2000 door Marije Mol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2009