De zeven hoofdzonden

27 april 1962
lezing 102

“Gegroet, beste vrienden. Gods zegen is met jullie. Gezegend is dit uur.

Ik heb jullie beloofd een psychologische verklaring van de betekenis van de zeven hoofdzonden te geven. Veel van wat ik in deze lezing ga zeggen is niet nieuw. Ik zal proberen herhalingen tot een minimum te beperken en alleen iets te herhalen als dat noodzakelijk is om een verband aan te geven of de diepere betekenis van een spirituele waarheid in psychologische zin te laten zien.

Wat men zonde noemt is de uiterlijke manifestatie - in gedrag of zelfs in gedachten - van psychische afwijkingen en onvolwassenheid. Met andere woorden, zonde is het gevolg van innerlijke vervormingen. De psychologische achtergrond van iedere zonde brengt ons altijd bij de vele afwijkingen waarover we het in het verleden hebben gehad. Zonde is altijd terug te voeren op onvolwassenheid van de ziel en dus het onvermogen om met anderen om te gaan, te communiceren of hen lief te hebben. In het algemeen kun je zeggen dat zonde duidt op een gebrek aan liefde. Een onvolwassen ziel is niet in staat lief te hebben. Hij is zelfzuchtig, egocentrisch en blind en begrijpt anderen niet. Onvolwassenheid betekent dat je geen contact hebt met jezelf en anderen. Je leeft niet vanuit liefde maar vanuit angst. Psychologisch gezien heb je dan een neurose. Het enige verschil tussen de psychologische en de spirituele benadering is dat de eerste de nadruk legt op het resultaat, terwijl de tweede de onderliggende oorzaken aangeeft, de verschillende persoonlijke trekjes en eigenschappen die leiden tot afzondering, neurose of zonde.

De eerste hoofdzonde is *trots*. Hierover heb ik het in het verleden al zo vaak gehad dat ik dat nu niet hoef te herhalen.[1] Jullie weten allen wat de

[1] Lezing 30 'Eigenzinnigheid, trots en angst’ (Noot vertaler)

oorsprong ervan is, waarom het er is en wat de gevolgen en neveneffecten zijn. Ik volsta hier met te zeggen dat trots altijd een compensatie is voor gevoelens van minderwaardigheid en ontoereikendheid. Het spreekt voor zich dat het onvermijdelijk leidt tot een gevoel van afzondering.

De tweede zonde is *hebzucht*. Uit vorige lezingen weten jullie al wat de diepere betekenis ervan is. Als je iets begeert wat je niet hebt, dan doe je dat blindelings. Je gelooft dat je gelukkig zou zijn als je het wel had maar geluk komt van binnenuit en nooit van buitenaf. En je bent 'blind' in het niet zien van de oorzaken die ervoor zorgen dat je niet hebt wat je graag wilt hebben. Tijdens je zelfonderzoek ben je gaan inzien dat alles wat je mist in je leven - ervan uitgaand dat je verlangen gezond is - door conflicten in jezelf wordt veroorzaakt. Misschien ben je onbewust wel bang voor datgene wat je het liefst wilt of voor je tegenstrijdige verlangens of voor je niet bewustzijn van de vele factoren die vervulling ervan in de weg staan. Of misschien ben je je wel helemaal niet bewust van wat je echt wilt. Onder die omstandigheden kan het zijn dat je anderen benijdt en begeert wat zij hebben, omdat je je eigen problemen die je verdere ontplooiing in de weg staan niet kunt oplossen. Wat je begeert, kan een surrogaat zijn van je echte behoeften waarvan je je misschien niet bewust bent. Door trots en hebzucht verlies je het contact met de ander maar ook met je ware zelf. Zelfvervreemding is het gevolg. Deze eigenschappen zijn de tegenhanger van liefde, communicatie en contact met je medemens. Ze helpen je niet je verbonden te voelen maar plaatsen je juist boven de ander in een aparte, geïsoleerde positie. Of je bent gebiologeerd door het verlangen naar een speciale positie omdat je het idee hebt dat iemand anders die wél inneemt. Dit alles is een innerlijke blindheid die leidt tot egoïsme en afgeslotenheid.

De derde zonde is *begeerte*. Hier bestaan veel misverstanden over. Men denkt dat het te maken heeft met seksualiteit maar dat hoeft niet per se. Wat houdt het dan wel in? Het is elk hartstochtelijk verlangen, al dan niet seksueel gericht, dat voortkomt uit egoïsme en een gevoel van afzondering. Het is de kinderlijke houding van 'ik wil hebben, ik wil krijgen', zonder dat er echt sprake is van wederkerigheid. Je bent misschien bereid te geven als je krijgt wat je wilt hebben maar de nadruk ligt in wezen op jezelf en niet op uitwisseling met de ander. Echte wederkerigheid is niet mogelijk als je niet kunt loslaten en accepteren dat je niet altijd je zin krijgt. Een volwassen houding waarbij

je accepteert dat je soms je zin niet krijgt is een eerste vereiste voor een echte wederkerigheid. Wanneer de behoefte om te krijgen uit een wezenlijk eenzijdige hebzucht voortkomt, kun je spreken van begeerte.

Zoals ik al vaker heb gezegd, kun je jezelf gemakkelijk misleiden, want hoe sterker deze eenzijdige behoefte is, hoe meer je jezelf misschien opoffert, overgeeft en een martelaar wordt. Je doet dit allemaal uit onbewust eigenbelang om je wil door te drijven. Aangezien deze neiging subtiel en verborgen is en vaak niets met seksuele hartstocht te maken heeft, realiseer je je misschien niet dat het begeerte is. Niettemin hebben alle mensen dit wel enigszins. Wanneer er een dwingende kracht is, een sterke behoefte die je niet kunt loslaten is er sprake van begeerte. Jullie kennen dit allemaal en het is sterker als je het nog niet bewust hebt ervaren. Misschien brengt het je ook in de war omdat datgene wat je intens verlangt op zichzelf best iets constructiefs kan zijn. Maar in je hunkering ben je toch het behoeftige kind dat iets wil hebben en denkt dat de wereld om hem draait. Die sterke behoefte waarvan je je al dan niet bewust kunt zijn, staat los van het inzicht in de factoren die het oorspronkelijke gevoel van onvrede hebben veroorzaakt. Door dit gebrek aan inzicht wordt de behoefte, of de begeerte, steeds sterker en raak je steeds meer gefrustreerd omdat je de oplossing niet ziet: een verandering van binnenuit. Met andere woorden, een onvervulde behoefte waarvan je de oorsprong niet kent, leidt tot begeerte. Je wordt vanzelf meer volwassen als je je bewuster van je behoeften wordt. Een onbewuste behoefte wijst op onvolwassenheid. De oorspronkelijke behoefte wordt verdrongen en er ontstaat een drang naar surrogaatbehoeften die op zichzelf best legitiem, constructief en logisch kunnen zijn. Hoe sterker de drang, hoe meer je kunt spreken van begeerte. Begeerte wijst op een sterke frustratie van een onbewuste behoefte. Of het nu te maken heeft met seksualiteit of het verlangen naar macht, naar geld, om aardig gevonden te worden of wat dan ook, doet er niet toe. Als je onderzoekt waar deze emoties vandaan komen, wat de oorspronkelijke behoefte is en wat een gezonde vervulling ervan in de weg staat, kun je de begeerte gaan loslaten. Je kunt dan de oorspronkelijke behoefte leren accepteren, wat niet kan met het surrogaat. Als de onderliggende behoefte nog kinderlijk en destructief is, kan die zich alleen verder ontwikkelen als je ervoor uitkomt. Een behoefte waarvan je je bewust bent kan leiden tot wederzijds contact, tot een situatie waarbij twee mensen hun eigen afzonderlijke behoeften erkennen en uiten, met het doel elkaar te helpen bij de vervulling ervan. Bij een onbewuste behoefte is men nooit op de ander gericht.

De veronderstelling dat de seksuele drang op zich een zondige begeerte is, geeft een totaal vertekend beeld. Het is, zoals ik al vaker heb gezegd, een natuurlijk en gezond instinct. Als dat zich goed ontwikkelt, is het gericht op wederkerigheid en leidt het tot liefde en verbondenheid. Als het van liefde is losgekoppeld, is het begeerte, vergelijkbaar met begeerte naar macht, geld en roem, het verlangen om altijd gelijk te hebben of wat dan ook.

De vierde zonde is *woede*. Wat is woede? Op de een of andere manier is het altijd een leugen. Het oorspronkelijke gevoel is vaak gekwetstheid. Als je dat gevoel toelaat, hoef je niet kwaad te zijn. Door je trots, die het gevolg is van minderwaardigheidsgevoelens, voel je je vernederd als je gekwetst wordt doordat je iemand de macht geeft je te kwetsen. Dus word je kwaad in plaats van de onderliggende pijn te voelen. Dat lijkt minder pijnlijk. Het plaatst je boven de ander en niet, zoals het je toeschijnt, onder hem. Het tilt je uit boven de werkelijke positie waar je in bent, te weten gekwetst zijn. Als je trots bent ga je liegen over wat je echt voelt. Daarom houden woede en trots met elkaar verband. Door te liegen houd je jezelf voor de gek en dit leidt tot zelfvervreemding, tot onechte gevoelens. Dit heeft dan weer negatieve gevolgen, wat niet het geval zou zijn geweest als je het echte gevoel toelaat. Pijn die vrij is van woede kan anderen niet negatief beïnvloeden en keert zich dan ook niet tegen je. Als je je niet meer bewust bent van de primaire emotie - pijn of gekwetstheid - of als deze doortrokken is met de secondaire emotie – woede - dan wordt ze destructief. Het maakt niet uit of de woede zich uit in daden of woorden of dat je haar alleen maar uitstraalt. Door de pijn toe te laten verbreek je het contact met de ander niet. Bij woede gebeurt dat wel. De oorspronkelijke, primaire emotie staat dus niet haaks op liefde en contact, maar de emotie die haar plaats inneemt wel.

Jullie weten dat ik doorgaans voorzichtig ben met het gebruik van het woord 'zonde', omdat het destructieve en zinloze schuldgevoelens oproept. Ik houd mij liever bezig met de factoren die eraan ten grondslag liggen. Maar in deze context moet ik dit woord gebruiken. Daarom staat woede die de kloof tussen mensen vergroot, gelijk aan zonde.

Er is natuurlijk ook zoiets als gezonde woede, maar daar hebben we het hier niet over. Daar zou eigenlijk een ander woord voor moeten bestaan.”

VRAAG: Ik wil hier graag een vraag over stellen: Waarom zegt de Bhagavad Gita dat woede de slechtste van alle emoties is en totale verwarring veroorzaakt?

"Omdat je bij woede, wat een secondaire reactie is, niet meer weet wat je echt voelt. Je ziet jezelf niet helder en daarom kun je de ander onmogelijk goed waarnemen en begrijpen. Bij veel van de andere zogeheten zonden ben je je misschien volledig bewust van het oorspronkelijk gevoel. Door het ontbreken van bepaalde schakels ben je misschien niet in staat er anders mee om te gaan, maar je weet wat je voelt. Maar als je woedend bent is dat meestal niet het primaire gevoel. En daarom leidt het tot steeds meer verwarring. Het is natuurlijk nog erger als je door je perfectionisme zelfs de secondaire emotie, de woede, onderdrukt zodat je je ook daar niet bewust van bent. Dan moet je al die lagen doorwerken: je moet je eerst bewust worden van de woede waarna je dieper kunt gaan en je bewust kunt worden van de onderliggende gekwetstheid of pijn.

Ik wil hier nog aan toevoegen dat veel van de andere destructieve emoties, zoals jaloezie, afgunst, begeerte en dergelijke, ook woede bevatten. De ziel kan doortrokken zijn van woede die zo subtiel, zo verraderlijk en zo verborgen is dat je haar niet herkent. Dus als ik je hier op dit pad op het hart druk je bewust te worden van wat je echt voelt, begrijp je nu waarom dit zo belangrijk is. Het maakt niet uit of je het wrok, vijandigheid, woede of haat noemt, het komt op hetzelfde neer. De meeste mensen zijn zich niet eens bewust dat ze iets voelen, dat ze veel woede in zich hebben. Als ze zich daarvan bewust worden, is er al veel gewonnen. Het is dan gemakkelijker om contact te maken met de dieper gelegen oorspronkelijke emotie."

VRAAG: Wat is gezonde woede?

"Dat is de woede die objectief is, wanneer rechtvaardigheid in het geding is. Je laat je dan gelden. Je vecht voor datgene wat goed en waar is, of het nu gaat om iets van jezelf of van een ander, of om een principe. Je kunt zelfs objectieve woede voelen over een heel persoonlijke kwestie terwijl je een subjectieve emotie projecteert op een algemeen onderwerp. Of het al dan niet gezonde woede is, kun je onmogelijk bepalen door alleen de kwestie zelf te beoordelen. Bij gezonde woede voel je je heel anders dan bij ongezonde woede. Die vergiftigt je van binnen, laat je verdedigingsmechanisme in werking

treden en is er tegelijkertijd het gevolg van. Bij gezonde woede voel je je nooit gespannen, schuldig of ongemakkelijk. Je hoeft jezelf dan niet te rechtvaardigen. Gezonde woede ontneemt je nooit je kracht. Een gezond gevoel geeft je juist kracht en vrijheid, zelfs als het negatief lijkt te zijn terwijl een ogenschijnlijk positief gevoel je kan verzwakken als het niet oprecht is en je iets anders voorwendt dan je in werkelijkheid voelt. Als de woede die je voelt je vrijer en sterker maakt en minder verward, dan spreken we van gezonde woede. Ongezonde woede is altijd een vervanging van een oorspronkelijke emotie. Gezonde woede is een directe emotie."

VRAAG: Is Gods toorn in het Oude Testament daar een voorbeeld van?

"Ja."

VRAAG: Heeft dat iets te maken met oprechte verontwaardiging?

"Ja, dat is namelijk ook gezonde woede. Maar wees heel voorzichtig in je zelfonderzoek. Het kan volkomen terecht zijn dat je boos bent over iets maar dat hoeft nog niet te betekenen dat wat je voelt gezonde woede is. De enige manier om dat vast te stellen is door na te gaan welk effect het op jou en op anderen heeft. Alleen jijzelf kunt bepalen wat de waarheid is en je bent alleen in staat dit onderscheid te maken als je volledig eerlijk tegenover jezelf bent.

De vijfde zonde is *gulzigheid*. De diepere betekenis hiervan heeft te maken met behoefte. Een behoefte die langere tijd onvervuld blijft en als het ware telkens weer wordt gefrustreerd, zal een uitweg zoeken. Een mogelijke uitlaatklep kan dan gulzigheid zijn. Waarom zou de oude wijsheid dit als zondig beschouwen? Niet alleen omdat het destructief voor je fysieke gezondheid is; dat zou zeker niet voldoende reden zijn om het een zonde te noemen. Veel activiteiten in je leven zijn ongewenst en schadelijk voor je gezondheid maar ze worden niet als zondig beschouwd. Het gaat hier om iets dat veel belangrijker en essentiëler is. Als je je niet bewust van je oorspronkelijke behoeften bent en ze dus niet kunt vervullen door je innerlijke obstakels op te ruimen, kun je jezelf niet verwerkelijken. Je kunt je potentieel niet ontwikkelen. Je kunt niet gelukkig worden en vreugde schenken. Evenmin kun je je creatieve mogelijkheden ten volle ontplooien. Je kunt geen bijdrage - hoe klein ook - aan de samenleving en de verdere ontwikkeling ervan leveren. Hoezeer je misschien ook op iemand neer-

kijkt of denkt dat zijn bestaan onbeduidend en zinloos is, ieder mens heeft de mogelijkheid om op de een of andere manier aan het plan van de evolutie bij te dragen. Maar dat kan alleen als hij zichzelf ten volle ontplooit. En dat kan niet als hij zich niet bewust van zijn echte behoeften is en niet inziet waarom deze behoeften onvervuld blijven. Als hij dit inziet en daardoor zijn zelfverwerkelijking steeds dichterbij brengt, draagt hij iets bij aan de enorme hoeveelheid kosmische krachten en beïnvloedt op die manier de evolutie en de algemene spirituele ontwikkeling. De volledige ontplooiing en het geluk van ieder mens is noodzakelijk voor de ontwikkeling van de gehele mensheid.
Het is wat al te ongenuanceerd om te zeggen dat egoïsme de reden is dat mensen onvervuld en dus ongelukkig zijn. Het kán egoïsme zijn of kinderlijk eigenbelang. Maar er is een ander deel van de psyche dat beseft dat geluk onontbeerlijk is, dat je alleen als je gelukkig bent een bijdrage kunt leveren en dat je daarom door niet bij te dragen iets mist. Dit knagende gevoel iets te missen maakt dat je jezelf wilt waarmaken. Degene die in de juiste richting zoekt, vindt uiteindelijk een manier om naar binnen te gaan, op zoek naar de oorzaak van zijn onvrede. Maar er zijn veel verkeerde manieren om iets na te streven. Die leiden naar buiten en geven een tijdelijk verlichting van de innerlijke druk. Gulzigheid is er één van. Er zijn, zoals ik al eerder heb aangegeven, nog vele andere vormen van verslaving, bijvoorbeeld alcoholisme, om er maar één te noemen."

VRAAG: Sommige psychologen zeggen dat masturbatie een primaire verslaving is. Bestaat er een verband met gulzigheid?

"Ik moet zeggen dat dit heel sterk van de frequentie en de leeftijd afhangt. Als het op hogere leeftijd nog veelvuldig gebeurt, heeft het er zeker veel mee te maken hoewel de verdringing van de echte behoefte lang niet zo sterk is als bij gulzigheid. Het is nog gemakkelijk te zien dat de echte behoefte een sterk verlangen is naar een goed wederzijds contact op volwassen basis. Bij gulzigheid is de verdringing zo sterk dat het moeilijker is de onderliggende echte behoefte nog te herkennen. Maar ook masturbatie is een vervanging van iets anders. Het kan een gemakkelijke uitlaatklep zijn om je te ontspannen, zonder het risico van betrokkenheid in een persoonlijke relatie, verantwoordelijkheid en het je blootgeven. Masturbatie is tot op zekere hoogte natuurlijk. Maar daarnaast kan het afhankelijk van de frequentie, van iemands leeftijd en bepaalde tijdelijke levensomstandigheden er ook op wijzen dat je je echte behoefte niet onder ogen wilt zien en niet wilt vervullen. Als het

op volwassen leeftijd vaak gebeurt, wijst het zeker op dezelfde neigingen en aspecten waarover ik het in verband met gulzigheid al heb gehad.

De zesde zonde is *afgunst*. Ook hier hoef ik niet dieper op in te gaan, omdat het hiervóór en ook in ander verband al ter sprake is gekomen. Wat ik over hebzucht heb gezegd, slaat in sterke mate ook op afgunst."

VRAAG: Bestaat er zoiets als gezonde afgunst?

"Nee. Het kan onder bepaalde omstandigheden leiden tot een gezonde activiteit. Stel dat iemand geen ambities heeft - en er bestaat zoiets als een gezonde ambitie. De persoon in kwestie is mat, teruggetrokken, apathisch en onverschillig maar komt in contact met iemand die hij gevoelsmatig benijdt. Dit kan hem uit zijn toestand van lethargie halen en misschien zelfs op het juiste spoor zetten. Een destructief gevoel kan leiden tot iets constructiefs, evenals een gevoel dat op zich constructief is negatieve gevolgen kan hebben. Dit hangt af van de vele gecompliceerdheden van de menselijke persoonlijkheid met betrekking tot zijn levensomstandigheden. Maar het feit dat een destructief gevoel in bepaalde gevallen kan leiden tot positieve resultaten betekent nog niet dat het gevoel zelf positief, gezond of vruchtbaar is.

De zevende zonde is *laksheid*. Het is de onverschilligheid en apathie waarover ik het zojuist had. Het is in feite een schijnoplossing waarbij je je uit het leven terugtrekt en de liefde opgeeft. Apathie is niets anders dan een afwijzing van het leven. Waar onverschilligheid heerst, is het hart traag; het hart dat anderen niet kan voelen en begrijpen en daarom geen contact met hen kan maken. Laksheid, apathie, teruggetrokkenheid of hoe je het ook wilt noemen, leidt meer dan iets anders tot verspilling. Iemand die een positieve, constructieve levenshouding heeft, is niet passief. En iemand die niet al te zeer over zijn eigen veiligheid inzit, trekt zich niet terug en wordt dus niet apathisch. Laksheid wijst altijd op egoïsme. Degene die erg bang voor zichzelf is, durft geen stap naar voren te zetten en niet naar anderen uit te reiken. Hij die dat wel doet, neemt het risico gekwetst te worden maar heeft dat ervoor over. Door laksheid geef je het leven, jezelf en anderen geen kans. Als je volledig op jezelf gericht bent en kiest voor de schijnoplossing van het je terugtrekken, van apathie of passiviteit, kun je anderen nooit ergens gelukkig mee maken. Dat is een ontkenning van het leven en die kan alleen worden opgelost als je gaat inzien dat deze egoïstische

basishouding en gerichtheid op jezelf ongezond zijn. Passiviteit is een van de afweermechanismen waarover ik het al eens eerder heb gehad.[1] Uit angst om gekwetst te worden verdedig je jezelf en word je passief en onverschillig tegenover alles wat leven voortbrengt. Daarom wordt het terecht een zonde genoemd."

VRAAG: Wat gebeurt er, spiritueel gezien, met een leven dat door laksheid is verspild?

"Hetzelfde patroon moet telkens opnieuw worden herhaald, totdat iemand zichzelf er tenslotte van bevrijdt. Zie je, dezelfde wet waarvan je de werking zo vaak om je heen kunt waarnemen, is ook hier van toepassing. Hoe meer je in een vicieuze cirkel gevangen zit, des te moeilijker is het om eruit te breken. Hoe dieper je in je eigen conflicten en problemen verwikkeld bent - die uiteindelijk alleen ontstaan omdat je er niet uit wilt komen en niet wilt veranderen – des te moeilijker wordt het. Zolang je de noodzaak tot verandering niet onder ogen wilt zien en je ertegen blijft verzetten, zul je het steeds moeilijker krijgen. Dit gaat net zolang door totdat je leven zo ondraaglijk wordt - doordat je steeds dieper in een vicieuze cirkel terechtkomt - dat je daardoor tenslotte je situatie onder ogen wilt zien en wilt veranderen. Als je al eerder de moed daartoe kunt opbrengen, zou je veel ellende kunnen voorkomen. Daarom zie je vaak dat mensen hardnekkig in hun innerlijke problemen gevangen blijven, zolang ze het op de een of andere manier nog wel 'redden'. Ze willen pas echt veranderen als het ondraaglijk wordt. Op grotere schaal gebeurt hetzelfde. Als iemand zijn leven in passiviteit doorbrengt, kunnen zijn levensomstandigheden tenslotte zo onaangenaam worden dat hij zich samen pakt en zich eruit vecht. Helaas leidt passiviteit maar al te vaak tot een houding waarbij je, zolang de omstandigheden nog niet al te slecht zijn, kiest voor de weg van de minste weerstand. Dit creëert in een volgend leven psychische omstandigheden die het nog moeilijker maken in passiviteit te leven omdat, als het maar erg genoeg wordt, het instinct tot zelfbehoud het overneemt. Op welk moment je je hieraan ontworstelt, hangt van jezelf af. Misschien al wel voordat je leven echt ondraaglijk wordt. Een ondraaglijk leven wordt niet veroorzaakt door een bestraffende God, maar is het gevolg van de psychische omstandigheden die je zelf hebt geschapen. De ommekeer kan plaatsvinden in een nieuwe, moeilijkere incarnatie of in de loop van je huidige leven."

[1] Zie o.a. lezing 29 'Actieve en passieve krachten; Gods wil vinden' en lezing 163 'Geestelijke activiteit en ontvankelijkheid' (Noot vertaler)

VRAAG: Ik vroeg mij af waarom sommige van deze hoofdzonden een gevolg zijn en geen oorzaak. En u hebt bijvoorbeeld haat en angst niet genoemd. Die zijn ook tegelijkertijd oorzaak en gevolg.

"In religieuze leringen wordt wel vaak over de gevolgen gesproken, maar niet over de oorzaak. Er is een tijd geweest dat de mensheid nog niet zover was dat ze voldoende diep kon gaan om de oorzaak te zien. Men kon in het beste geval mensen weerhouden van destructieve daden, ook al werden de dieper gelegen oorzaken in de persoon zelf niet weggenomen. De aanstekelijkheid van daden en het directe uiterlijke effect van destructieve daden werden in elk geval verminderd, zo al niet volledig geëlimineerd. Jullie weten hoe aanstekelijk menselijk gedrag is. Gedachten en gevoelens werken ook aanstekelijk, maar niet op hetzelfde niveau. Met andere woorden, uiterlijk gedrag beïnvloedt ander gedrag, zoals gedachten andere gedachten beïnvloeden en onbewuste gevoelens andere onbewuste gevoelens beïnvloeden. De meest grove daden die van invloed waren op anderen, werden zo in elk geval in bedwang gehouden. Daarom werd de aandacht toen meer gericht op de gevolgen dan op de oorzaken. Nu de mensheid zich ontwikkelt, moeten we meer aandacht aan de innerlijke oorzaken gaan schenken."

VRAAG: En waarom heeft u angst niet genoemd?

"Omdat het geen handeling is. Het is een emotie waartegen niets te doen valt. Het is het gevolg van vele andere emoties en kan niet geëlimineerd worden door tegen iemand te zeggen dat hij niet bang hoeft te zijn. Angst kan alleen worden opgelost via een proces van psychisch inzicht en het verwijderen van de diepere oorzaken. Als je tegen iemand zegt "Je moet niet bang zijn, want dat is een zonde", dan houdt dat zijn angst niet tegen. Hij wordt dan juist nog angstiger. Maar als hij geleidelijk zijn emotionele stoornissen blootlegt, ze begrijpt en zijn onjuiste opvattingen corrigeert, zal hij allereerst zien dat irrationele angst altijd wijst op egoïsme en gescheiden zijn van de ander. Ook zal de reden voor dergelijke irrationele angsten verdwijnen. Hetzelfde geldt min of meer voor haat. Bovendien lijkt haat heel sterk op woede."

VRAAG: Het overwinnen van angst gebeurt in Mattheüs via het geloof in God. Hoe verhoudt zich dat tot datgene wat u ons leert?

“Zoals jullie allen nu wel weten, kun je pas echt, rotsvast, diep en oprecht in God geloven als je eerst in jezelf gelooft. Zolang je niet in jezelf gelooft, kun je ook niet in God geloven. Je kunt het jezelf natuurlijk opleggen, je kunt vanuit de behoefte om je aan een liefdevolle autoriteit vast te klampen jezelf voor de gek houden maar je kunt niet werkelijk en oprecht in God geloven als je nog niet zo volwassen bent dat je in jezelf gelooft. Hoe kun je nu in jezelf geloven als je jezelf niet volledig begrijpt? Zolang je je nog verward voelt en niet weet welk effect je op anderen hebt en welk effect het leven en anderen op jou hebben, ontgaat je heel belangrijke informatie over je eigen psychische leven. Deze onwetendheid is het gevolg van je tegenzin en vaak van je onbewuste weerstand om de waarheid te ontdekken. Alleen door deze verborgen weerstand en tegenzin te overwinnen zul je jezelf beter gaan begrijpen, zul je meer in jezelf en dus meer in God geloven. Alleen zo kun je je angst de baas worden.”

VRAAG: Het schijnt me toe dat de zeven hoofdzonden een subtielere uitleg zijn van de Tien Geboden, die duidelijk op angst gebaseerd zijn en - als ze opgevolgd worden - angst creëren.

“Ja, dat klopt. Iedere leer die verkeerd wordt toegepast en begrepen, creëert angst. Een streng gebod dat iemand geen mogelijkheid biedt om allereerst de dieper gelegen weerstanden tegen dat ideaal te ontdekken, creëert angst en schuldgevoelens en dus haat. Het is tegenwoordig niet meer mogelijk en ook niet zinvol om een gebod alleen maar uiterlijk, in je gedrag na te leven. En aangezien dit niet meer voldoende is, zul je diep van binnen angstig zijn, zelfs als je daden volkomen juist en in overeenstemming met de geboden zijn. De uiteindelijke autoriteit ligt niet buiten jezelf maar in je eigen psyche. En er is een enorm verschil tussen de extreem hoge eisen van je geïdealiseerde, perfectionistische zelf en de realiteit van het productieve leven dat je ware zelf zo graag wil leiden.”

VRAAG: Ik heb gemerkt dat de zonden die u noemde min of meer ‘vloeibaar’ zijn. Ze vloeien als het ware in elkaar over. Soms lijken het tegengestelden, zoals laksheid tegenover hebzucht of gulzigheid. Ze zijn niet exact elkaars tegengestelde maar in sommige opzichten wel. En toch kunnen ze naast elkaar bestaan. Ik vraag me af of er een duidelijk verband bestaat tussen bijvoorbeeld laksheid en gulzigheid?

“Het zijn tegengestelden van elkaar omdat je bij gulzigheid als gevolg van een gefrustreerde behoefte begerig achter iets aangaat, terwijl je je bij passiviteit of laksheid onverschillig terugtrekt en geen contact maakt. Toch hebben ze hetzelfde gemeenschappelijke kenmerk - het niet bewust zijn van de oorspronkelijke behoefte -, dezelfde lafheid waar het gaat om die te ontdekken en de omstandigheden zodanig te veranderen dat je tot vervulling kunt komen en hetzelfde kinderlijke eigenbelang en egoïsme. Aangezien beide het gevolg zijn van verwarring en disharmonie - de onbewuste, verdrongen echte behoefte - creëren ze nog meer verwarring en disharmonie.

Het is zeker waar dat al deze zonden met elkaar verband houden; ze overlappen elkaar. Ze kunnen onderling in tegenspraak zijn en toch naast elkaar bestaan. Dit is zo omdat ze alle hetzelfde gemeenschappelijke kenmerk hebben. Aangezien de menselijke persoonlijkheid innerlijke conflicten kent en meerdere kanten heeft, kan dit leiden tot houdingen die met elkaar in strijd zijn. Jullie hebben allemaal zulke tegenstrijdigheden in jezelf en in anderen ontdekt. Daarom zal een volwassen mens nooit denken dat iemand anders ofwel het een of het ander is. Hij heeft oog voor de tegenstrijdigheden in de menselijke geest en is ook in staat ze waar te nemen bij de mensen met wie hij omgaat.

Evenals alle geboden, symboliseren deze zonden universele tendensen. De menselijke psyche is niet onderverdeeld in duidelijk afgebakende hokjes maar alles is vloeiend en loopt in elkaar over, waarbij de verschillende delen elkaar steeds beïnvloeden. Hetzelfde geldt voor deze zonden.”

VRAAG: Is er dan, op grond van wat u hebt gezegd, helemaal geen verschil in zwaarte tussen deze zeven hoofdzonden? Men zegt soms dat passiviteit erger is dan trots.

“Het is moeilijk dit te beoordelen. Het kan misleidend zijn. Het ligt voor de hand dat het waarschijnlijk moeilijker is om uit passiviteit te komen, juist omdat je passief bent. Passiviteit verlamt je vermogens en richt zodoende meer schade aan. Maar als zodanig zijn al deze zonden symptomen die dezelfde dieper gelegen oorzaken hebben.”

VRAAG: In de Bijbel staat dat “de vreze des Heren het begin van wijsheid is”. Hebben wij die vrees wel juist begrepen? Of zijn we daar in onze ontwikkeling aan voorbijgegaan?

“Deze vraag is al eens eerder ter sprake gekomen. Het is een kwestie van semantiek, van verkeerde vertaling. Het woord *vrees* is hier bijzonder misleidend en heeft een schadelijke werking. De oorspronkelijke betekenis is ‘respect’ of ‘ontzag’ voor de grootheid van de Schepper. Die grootheid is zo oneindig dat geen enkel mens haar, zelfs in de verste verte, kan bevatten. Naarmate je emotioneel en spiritueel meer volwassen wordt, besef je steeds beter hoe beperkt je begrip is van de grootheid van de schepping en de schepper. Dat is het ontzag of het respect dat voortkomt uit wijsheid. Het is daarentegen niet gezond om van jezelf een kleine ‘zondaar’ te maken, jezelf te pijnigen of jezelf omlaag te halen. Daarmee doe je de Schepper onrecht aan. Alleen iemand die nog heel onvolwassen is, een beginneling op spiritueel gebied, weet niet dat hij de universele geest Gods onmogelijk al helemaal kan begrijpen. Wie meer volgroeid is, weet dat wel. En dat is wijsheid. Naarmate je groeit voel je soms - misschien slechts enkele korte momenten in je leven - je onvermogen om dit te bevatten. Op het moment dat je je hiervan bewust bent, ben je veel ‘groter’ dan wanneer je er geen acht op slaat.”

VRAAG: Maakt de vrees voor de Heer geen deel uit van de religies uit vroeger tijden, toen de religie nog een bestraffend karakter had?

“Ja, die vrees stamt ook uit die tijd. Maar het is ook een kwestie van verkeerde vertaling, misschien juist vanwege de overblijfselen uit die tijd.”

VRAAG: Hoe moeten we vanuit spiritueel oogpunt zonde zien? Is het even ernstig als je - uit angst of om een andere reden - er alleen over denkt, zonder haar in werkelijkheid te begaan ?

“Jezus heeft daarover alles al gezegd wat er te zeggen valt. Het verschil tussen daden en gevoelens of gedachten is lang niet zo groot als de mens wil geloven. Vooral wanneer het niet begaan van een zonde het gevolg is van angst en niet van liefde en begrip, of althans een poging daartoe. Jullie weten allemaal dat je een bepaalde uitstraling hebt. Wat je voelt en denkt, straal je uit en dit wordt op de een of andere manier altijd waargenomen door anderen. Hoe meer het bewustzijn van iemand is ontwikkeld, hoe meer hij zich bewust is van wat hij van je waarneemt. Hoe minder zijn bewustzijn is ontwikkeld, hoe minder hij zich daarvan bewust is, maar onbewust weet hij het. En dus beïnvloedt

jouw ‘zonde’ anderen, ook al heb je haar niet begaan. Maar het is nóg erger als je deze gevoelens en verlangens uit angst en schuldgevoel onderdrukt. Dan kom je nooit bij de oorzaak en begrijp je niet waarom je je zo voelt. Je accepteert jezelf dan niet zoals je nu bent en houdt jezelf voor de gek door te geloven dat je verder in je ontwikkeling bent dan in feite het geval is. Maar als je het gewoon toegeeft, als je het in jezelf erkent, dan zie je het onder ogen en van daaruit kun je de diepere oorzaak achterhalen. Dat is de enige manier om je ervan te bevrijden.”

VRAAG: In de Post van vandaag schrijft Harry Golden iets over conformeren. Zich conformeren is dan niet in een huis wonen dat erg veel op dat van je buurman lijkt maar veel meer in dat huis wonen om indruk op je buurman te maken of om je buurman op jou te laten lijken. Ik denk dat dit waarschijnlijk een adequate uitleg van je conformeren is. Ik zou nu graag willen weten hoe ver een volwassen iemand hierin gaat, in hoeverre en in welke mate hij zich aan de maatschappij conformeert waarin hij leeft?

“Als we de uitdrukking ‘zich conformeren’ in de zin gebruiken waarin deze gewoonlijk wordt gebruikt, namelijk leven volgens de verwachtingen van anderen of wat we vanuit een behoefte om indruk te maken of door een angst om niet geaccepteerd te worden denken dat die verwachtingen zijn, zal de volwassen persoon zich helemaal niet conformeren. Maar dat betekent nog niet dat hij zich verzet. En het betekent ook niet dat hij alles anders doet dan anderen. Hij doet bepaalde dingen misschien net zo als zijn buurman maar alleen omdat hij daar vrijelijk voor kiest. Juist omdat hij vrij is, hoeft hij geen ophef te maken over het feit dat hij zich niet conformeert. Degene die zich wel conformeert, vindt het misschien vaak nodig om zich te verzetten en precies het tegenovergestelde te doen van wat hij wil doen, alleen maar om te laten zien dat hij anders is. Deze manier van doen is alleen maar de andere kant van de medaille en heeft dezelfde wortels als wanneer iemand geen onafhankelijke keuze kan maken omdat hij niet het risico kan lopen anders dan anderen te zijn. Nogmaals, de uiterlijke manier van doen zegt nog niets over de vraag of iemand zich conformeert of niet. Het gaat om de innerlijke geest, de beweegreden. Als iemand een leven leidt op een manier die erg lijkt op die van zijn omgeving, kan dat zijn uit onzekerheid over zijn behoefte om zich te conformeren of het komt voort uit de vrijheid om op een onafhankelijke manier deze levenswijze te kiezen omdat hij die leuk vindt. Als iemand

vanuit een zich verzetten alles anders doet, laat dat de onderliggende behoefte om zich te conformeren zien. In feite verzet hij zich veel meer tegen deze behoefte en de onzekerheid in zichzelf dan tegen de maatschappij. Dit verzet, deze rebellie is onvrij. Dat is er vaak de oorzaak van dat iemand precies het tegenovergestelde doet van wat hij eigenlijk wil doen. Maar het is ook mogelijk dat degene die de moed heeft anders te zijn dat doet vanuit een vrije geest."

VRAAG: Deze vraag gaat over de 'enige, echte liefde'. Een volwassen iemand, zo lijkt het, geeft heel gemakkelijk liefde en zou daar zeker iets voor terug willen hebben. Als iemand voor laten we zeggen 75% volwassen is en door het geven van liefde dat heerlijke gevoel krijgt, dan lijkt het dat het voorwerp van die liefde niet zo belangrijk is. Hoe zou zo'n volwassen persoon die de behoefte voelt om liefde te geven, die liefde wil geven, die er ook toe in staat is dit in overeenstemming brengen met wat romantici zeggen over het feit dat twee mensen samenkomen en het dan ineens klikt!

"Op dit punt bestaat veel verwarring. In de eerste plaats zijn er heel erg veel verschillende soorten liefde. Het is volkomen waar dat een volwassen persoon veel mensen op veel verschillende manieren kan liefhebben. Laten we ter wille van de duidelijkheid de woorden '*warmte*' en '*begrip*' gebruiken. Die kun je zelfs voelen voor mensen die op hun beurt deze volwassen persoon niet actief kunnen liefhebben.Toch zal juist deze heel volwassen persoon zeker geen erotische liefdesgevoelens koesteren, de seksuele liefde, wanneer die niet worden beantwoord. Bij een volwassen relatie is sprake van wederkerigheid. Die kan niet eenzijdig zijn. Het zou van groot onbegrip getuigen als iemand gelooft dat de volwassen persoon lief kan hebben als hij wordt gehaat. Wat je op z'n best kunt verwachten is dat hij niet 'terug haat', omdat hij zich niet verdedigt. Hij is niet betrokken, objectief en voelt daarom waarom de ander haat, zelfs als hij de factoren en de feiten negeert. Maar hij zal in zo'n geval niet naar een relatie streven, zelfs niet naar een vluchtige vriendschapsrelatie. De volwassen persoon zal in verschillende mate begrip hebben en warmte voelen voor verschillende mensen. Hij zal met veel mensen op verschillende manieren omgaan. Maar bij liefde in het huwelijk is voor een volwassen relatie wederkerigheid een eerste vereiste. Dit betekent niet dat beide partners altijd op dezelfde manier en met dezelfde intensiteit zullen voelen. Die wederkerigheid kun je niet op die manier meten. Relaties veranderen en vertonen schomme-

lingen maar over het geheel genomen dient er wederkerigheid te zijn. Je brengt hier twee soorten liefde bij elkaar – die van een algemeen menselijke relatie en erotische liefde – en daarom raak je in verwarring."

VRAAG: Is het bij liefde in het huwelijk mogelijk dat in het begin de man meer liefheeft en vervolgens de vrouw en dat het daarna weer verandert?

"Natuurlijk. Maar dit kan ook met iets anders dan liefde in de meest ware zin van het woord te maken hebben. Het kan zijn dat op het ene ogenblik de behoefte en de onzekerheid van de een groter is wat zich dan in afhankelijkheid uitdrukt. Wanneer diegene zich weer zeker voelt, kan het beeld veranderen. Dit hoeft niets met liefde te maken te hebben."

VRAAG: Is het niet zo dat de belangrijkste en meest harmoniserende factor in een huwelijksrelatie het vermogen is om geleidelijk aan God in de andere partner te zien?

"Dat geldt voor iedere soort menselijke relatie."

VRAAG: Ik word me steeds meer van een nieuw soort gevoel bewust. Naarmate depressies, angsten en verdrongen gevoelens oplossen komt er een persoonlijkheid naar boven zonder persoonlijke betrokkenheid en gevoelens zodat liefde een soort ontkenning en iets positiefs is – twee kanten – waarbij beide een persoonlijke betrokkenheid met het zelf als object hebben. Dan wordt liefde een begrijpen en een niet-persoonlijke betrokkenheid, zoals je die voor een vreemde zou kunnen voelen die je niet speciaal aardig vindt en die je niet persoonlijk kent. Het is gewoon een kwestie van accepteren. In een persoonlijke relatie wordt dit een groeiproces tussen twee mensen zonder 'wie heeft er het meeste lief' en zonder afwijzing. Het wordt een diepgaand persoonlijk geven. Het is een heel belangwekkend gevoel. Het is een soort gevoel alsof je je lichaam hebt verloren.

"Ja, het is alsof iemand anders in je voelt en dit gevoel in je verbreidt, alsof een of ander nieuw wezen van binnen vat op je krijgt. Je ervaart misschien hetzelfde met gedachten, alsof een gedachte in jou gedacht wordt, alsof het niet je eigen denkproces is dat denkt en dat toch zo heel

erg van jou is maar het komt vanuit een nieuwe en ongewone plek van je wezen. Het is iets dat vrediger en wijzer is en dat denkt en voelt en zich door je heen verspreidt. Dit is waar ik steeds weer over spreek. Het is het ware zelf dat langzaam op de voorgrond treedt en door alle lagen van verwarring heen tevoorschijn komt. Naarmate je jezelf leert begrijpen en aanvaarden zoals je bent en daarom leert om conflicten niet door onderdrukking of door aan ze te ontsnappen of door pseudo-oplossingen en verdedigingen op te lossen, maar door alles wat in je is recht in de ogen te kijken, het te begrijpen en het met de werkelijkheid en waarheidsgetrouwe concepten te vergelijken, naarmate je met dit werk vordert en dit proces doormaakt, begint dit ware zelf zich te manifesteren.

Wat je beschrijft is deze manifestatie van het ware zelf. Die doet zich niet tegelijkertijd op alle levens- en zijnsgebieden voor maar verschijnt misschien eerst op de gebieden waarop de minder ernstige problemen zijn opgelost. De volgende stap zal dan zijn om de moeilijkere problemen waarin je nog op een diepe, subjectieve en verwoestende manier verwikkeld bent op te lossen, zelfs als het er niet in verwikkeld zijn als een oppervlakkige pseudo-oplossing wordt gebruikt. In de nieuwe toestand van het echte zelf bestaat inderdaad een diepgaande betrokkenheid maar op een geheel andere manier, op een manier die niet verzwakt en verwart maar die voor allen die erbij betrokken zijn productief is en die jou en degenen die met jou in contact zijn met een zinvolheid vervult die je bij een niet betrokken zijn of bij een kinderlijke afhankelijkheid en te sterke betrokkenheid niet zou kunnen ervaren.

Vanaf een bepaald punt op het pad bevind je jezelf misschien op een soort plateau waar je de resultaten van je inspanningen ervaart, waar je deze manifestatie van het ware zelf ervaart. Maar je moet dat plateau misschien weer verlaten als je de nog niet opgeloste problemen gaat aanpakken. De cycli waar je doorheen bent gegaan moet je opnieuw doorlopen maar dan op een dieper niveau totdat je het volgende plateau bereikt. Op zo'n ogenblik als dit, zoals je dat nu beschrijft, kan zowel het gevoel waarover ik zojuist sprak, het ontzag voor God, als het besef van je eigen beperking bij het begrijpen van de Schepper tegelijkertijd opkomen. Een goddelijk aspect in jezelf begint je te vervullen. Aanvankelijk voelt het alsof het iets buiten je is en dan dringt het door, omhult het je van binnenuit totdat je weet dat het een allesomvattend deel van jou – je ware zelf *is*."

VRAAG: Als een man trouwt en hij is niet echt dolverliefd op zijn vrouw – is dat verkeerd? Is het mogelijk dat het met de juiste begeleiding goed met dit huwelijk kan gaan? Is het mogelijk dat ze dan verliefd worden, dat zich een echte liefdesrelatie ontwikkelt, ook al begon het vrij koel?

"Het is erg moeilijk om met een duidelijk goed of verkeerd op deze vraag te antwoorden. Het hangt van zoveel omstandigheden af. Het hangt van de beweegreden af, van de soort gevoelens die er wel zijn en van de wil en de inspanning waarmee de relatie wordt aangegaan. Maar in het algemeen kan ik zeggen dat in een aantal gevallen, als de motivatie juist is en er gevoelens van genegenheid, eerbied en het houden van de ander bestaan en bepaalde gewone fundamentele belangen gelden en als zowel het doel als de motivatie zuiver zijn dit misschien een beter huwelijk kan worden dan een huwelijk dat alleen op hartstocht is gebaseerd. In het laatste geval kunnen de echte waarden over het hoofd worden gezien. Dit betekent evenwel niet dat als twee mensen verliefd op elkaar zijn, zij noodzakelijkerwijs de wezenlijke waarden over het hoofd zien. Ze zijn misschien juist om die waarden verliefd op elkaar geworden. Wat je zegt is zeker geen regel maar het is onder bepaalde omstandigheden mogelijk als ze beseffen waar het werkelijk om gaat. In zo'n geval moet zorgvuldig worden onderzocht wat bij beiden de beweegredenen zijn. Dit is niet iets wat je vlug en makkelijk doet omdat diep verborgen factoren een rol kunnen spelen. Zelfs wanneer vervormde en ongezonde motieven tenslotte openlijk naar voren worden gebracht, hoeven ze nadat ze zijn onderzocht en onder ogen zijn gezien geen schadelijke effecten te hebben. Maar ze zullen buitengewoon schadelijk zijn als iemand zich er niet bewust van is en niet bereid is ze aan te pakken.

Beste vrienden, ik hoop dat het jullie lukt om het materiaal dat ik jullie in al deze lezingen heb gegeven in je op te nemen en tot een wezenlijk deel van jezelf te maken. Veel ervan hebben jullie nog niet verwerkt en alleen je wil om met dit moeizame zelfonderzoek door te gaan zal je daartoe in staat stellen. Mogen deze woorden van vanavond je inzicht vergroten, zowel begripsmatig als emotioneel. Wees gezegend, ieder van jullie, op je pad, in je werk, in je bezigheden en in je contacten met anderen. Mogen jullie allen zonder je zondig te voelen jezelf leren aanvaarden zoals je bent en door deze aanvaarding de innerlijke gesteldheden oplossen die tot 'zonde' leiden.
Wees in vrede. Wees in God!"

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1962
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'The Seven Cardinal Sins'.
Vertaling door Wim Scholtens in 1994; aangevuld in 2008 door Paul Avis
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2008