Samenvatting van de basisprincipes van het padwerk: doel en proces

24 september 1971
lezing 193

“Gegroet, lieve vrienden. Zegeningen en liefde, kracht en vreugde zijn altijd in je en om je heen; ze doordringen je in de mate waarin je hen toelaat.

Ik ben heel blij dat ik jullie weer hulp en leiding mag geven. Het komende werkseizoen houdt de belofte van verdere ontwikkeling in, van nieuwe stappen in de richting van verwezenlijking van je diepste zijn. Het wordt een intensief jaar voor al degenen die dit pad volgen. Net als in de afgelopen jaren zullen we weer proberen heel gericht verder te komen op de gebieden die hoognodig onderzocht en ervaren moeten worden. Pogingen en succes uit het verleden maken nieuwe benaderingen mogelijk en je huidige inspanningen zullen daardoor meer resultaat opleveren. Ik mag eigenlijk wel zeggen dat je vaak zult ontdekken dat wat vroeger een vervelende inspanning leek, of een te pijnlijke prijs voor toekomstige groei, in werkelijkheid een heel vreugdevol en vervullende ervaring is. Jullie onderlinge band zal ook nauwer worden en er zal meer sprake zijn van liefde en eenheid als gevolg van jullie voortgaande ontwikkeling. jullie bewegende energieën en jullie groeiend bewustzijn.

Aan het eind van het vorige werkseizoen werd mij gevraagd een samenvatting te geven van de lezingen van de voorbije jaren. Dit is inderdaad een heel nuttig nieuw begin. Ik zal het nu doen, zo goed als ik kan. Want het is niet gemakkelijk een korte samenvatting te geven

van de vele noodzakelijke stappen, de vele gebieden waarnaar moet worden gekeken vanuit de verschillende gezichtspunten die aanleiding kunnen zijn voor verwarring. Zoals je weet brengt taal op zich al moeilijkheden en beperkingen met zich mee, zodat er gemakkelijk misverstanden kunnen ontstaan. Maar we kunnen in komende bijeenkomsten ingaan op wat je niet begrijpt, op wat niet duidelijk is.

Om te beginnen is het voor een goed begrip van de aard van dit pad belangrijk dat je tot op zekere hoogte begrijpt wat voor entiteit je bent. Uit welke componenten is de menselijke entiteit opgebouwd? Elke uitleg die ik je kan geven is natuurlijk sterk vereenvoudigd maar daarom niet minder geldig. Gebruik die uitleg als een overzichtskaart zodat je een idee krijgt van het wezen waarmee je te maken hebt wanneer je jezelf en dus ook anderen tegemoet treedt.

De mens bestaat uit verschillende bewustzijnsniveaus. Elk niveau vertegenwoordigt een samengesteld geheel van houdingen, overtuigingen en gevoelens. Deze bewustzijnsniveaus verschillen vaak volledig van elkaar. Ze drukken verschillende toestanden van ontwikkeling in de evolutionaire beweging uit. In de geestenwereld worden ze uitgedrukt als sferen. Jullie bewustzijnstoestand schept altijd zijn eigen wereld met haar eigen wetten, haar eigen waardestelsel, haar eigen filosofie, haar eigen werkelijkheid en haar eigen zeden. In elke wereld - bewustzijnstoestand - bestaat een andere graad van bewustzijn van de uiteindelijke kosmische werkelijkheid en dus ook een andere graad van beperktheid. Deze beperkingen bepalen in hoeverre de overvloed van het universum kan worden ervaren. Alleen de uiteindelijke werkelijkheid van je diepste zijn, hetgeen de ware wereld is, is de onverdeelde eenheid van zijn - eeuwig stromend leven en voortdurende schepping, vreugde en zelfexpressie. Deze wereld bestaat niet ergens ver weg, maar doordringt alles dat bestaat. In feite trekken de verschillende bewustzijnsniveaus je in de bijbehorende werelden. Ze bestaan niet in tijd en ruimte, maar in een werkelijkheid die beide overstijgt. Ze kunnen elkaar dus overlappen. Tijd, ruimte en beweging zijn beperkte begrippen van de menselijke geest - van deze bepaalde bewustzijnstoestand. In een werkelijkheid die de menselijke, fysieke werkelijkheid overstijgt kunnen twee of meer werelden dus gemakkelijk op een en dezelfde plaats bestaan.[1]

[1] Zie lezing 71 ‘Werkelijkheid en illusie’ (Noot vertaler)

Een entiteit die nog niet verenigd is en zijn diepste aard nog niet heeft verwezenlijkt, drukt deze verschillende bewustzijnsniveaus uit en wordt dus in de bijbehorende werelden getrokken, hetzij afwisselend, hetzij tegelijkertijd. Als de entiteit in het lichaam is, komt dit tot uiting in verschillende stemmingen, gewaarwordingen en ervaringen. Hoe vaak gebeurt het niet dat je iets wat je vandaag als de waarheid van het leven en jezelf ervaart morgen volledig omgekeerd is? Want morgen ervaar je het leven en jezelf misschien heel anders! Wanneer je tegelijkertijd in twee zelfgeschapen werelden wordt getrokken die met elkaar in strijd zijn, dan ervaar je conflict en verwarring. Wanneer de entiteit niet in het lichaam is, manifesteert dit verschijnsel zich als volgt: de entiteit komt werkelijk in de omgeving en op het bewustzijnsniveau van zijn oorspronkelijke schepping terecht, wordt dan de op een ander niveau geschapen wereld binnengetrokken, en dan weer een andere en zo maar door. Dit proces blijft zich herhalen zolang al deze bewustzijnstoestanden in de nog niet verenigde persoonlijkheid bestaan. Hoe kleiner het zelfbewustzijn van de entiteit, des te kleiner zijn besef van het feit dat de wereld die hij in elke fase van zijn ontwikkeling ervaart niet de uiteindelijke werkelijkheid is en evenmin de enige die hij zelf heeft geschapen. Een toestand waarin sprake is van een beperkt bewustzijn van de werkelijkheid veroorzaakt altijd lijden; wanneer deze ongelukkige bestaanstoestand wordt gezien als de enige werkelijkheid zijn onrust, angst en wanhoop onvermijdelijk. De illusie van deze gewaarwordingen kan alleen worden doorgeprikt als je je uiterste best doet om al je innerlijke werelden bewust te maken. Het hele gamma van verschillende bewustzijnstoestanden - en dus de aanwezigheid of afwezigheid van vreugde en vrede - is echt oneindig gevarieerd, totdat je de uiteindelijke werkelijkheidstoestand verwezenlijkt.

De toestand van de mens kan het best op een algemene, globale manier en in termen van de volgende bewustzijnsniveaus worden omschreven: het hoger zelf, dat wil zeggen het goddelijke bewustzijn; het lager zelf dat wil zeggen het duivelse zelf; en het masker dat het duivelse verbergt. Ik hoef niet te zeggen dat deze niveaus vele gradaties en stadia kennen. Ze overlappen elkaar, heffen elkaar op, scheppen verwarring, hebben indirecte gevolgen en brengen kettingreacties teweeg. Dat moet allemaal onderzocht en begrepen worden om er bovenuit te groeien, dat is Het Pad. Al deze aspecten van de persoonlijkheid kunnen in meerdere of mindere mate bewust of onbewust zijn. Hoe minder je je van ieder van deze lagen bewust bent,

hoe meer conflicten er bestaan in je leven en hoe minder je in staat bent om met het leven, jezelf en andere mensen om te gaan; en dan ben je zeker ook verwijderd van de verwezenlijking van je uiteindelijke goddelijke zelf.

Het ontbreekt je aan bewustzijn omdat je van je ware, hogere, goddelijke zelf bent afgesneden. Maar je bent ook afgesneden of liever gezegd je bent je ook niet bewust van je lagere zelf en van je masker. Hierdoor worden misverstanden, illusies en misvattingen in het leven geroepen. Deze misvattingen vinden en rechtzetten is een van de aspecten van dit padwerk.

Laten we nu eerst wat licht werpen op het doel van dit padwerk en daarna op het proces. Het doel is, zoals ik al zei, al deze niveaus met elkaar te verenigen zodat masker en lager zelf verdwijnen en alleen het ware hoger zelf tot uitdrukking komt. Alleen wanneer je je volledig bewust bent van je lager zelf en je masker en wanneer je precies begrijpt hoe ze tot uitdrukking komen, kun je misvattingen rechtzetten. Gebrek aan bewustzijn roept altijd misvattingen in het leven. Misvattingen brengen negatieve energie en negatieve gevoelens voort, en die veroorzaken op hun beurt lijden. Deze negatieve keten moet in een positieve worden omgezet, maar dat kan alleen bereikt worden wanneer je je, met behulp van verschillende processen en benaderingswijzen, bewust kunt worden van je masker, je lager zelf en tenslotte je hogere zelf. Het valt niet te ontkennen dat het geweldig moeilijk is het bewustzijn van je beperkte geest te vergroten. Want die beperkte geest is het enige waarover je als mens aan het begin van je weg beschikt. Dus moet die zichzelf overstijgen om zijn onbegrensde kracht en reikwijdte te verwezenlijken. Als je dit pad gaat wordt daarom voortdurend van je gevraagd dat je de kloof van je eigen beperkingen overbrugt door nieuwe mogelijkheden te overwegen, door ruimte te maken voor andere alternatieven voor het zelf, voor het leven, voor de manier waarop je jezelf in het leven uitdrukt. Dus wordt van je gevraagd dat je moeite doet om uit een oude, vaste en schijnbaar aangename sleur te komen. Maar het gemak van die sleur is de grootste illusie. Alle illusies lijken echter werkelijkheid zolang je niet de mogelijkheid overweegt dat het illusies zijn en zolang je geen andere mogelijkheden toelaat.

De algemene bewustzijnstoestand van de mens is er een van dualiteit, van tegenstellingen. Een aantal van de vele aspecten van verwarring die wordt veroorzaakt door dualistische waarneming van de

werkelijkheid heb ik al vaak besproken. Ik heb nu geen tijd om uitgebreid om op dit onderwerp in te gaan; ik heb er veel lezingen aan gewijd. In dit verband wil ik alleen zeggen dat de verwarring die door dualistische waarneming van de werkelijkheid wordt veroorzaakt op alle niveaus en tot in de kleinste details moet worden ontrafeld. Dit betekent begrip, waarneming en tenslotte verandering. Ik wil nogmaals benadrukken dat de eenwording van het verdeelde zelf niet kan plaatsvinden zolang de wereld in een dualistische vorm wordt waargenomen. Wanneer levenskwesties, mensen, het zelf, de wereld, het leven, ideeën en houdingen goed of slecht, juist of onjuist lijken, dan is er sprake van een verdraaiing van de werkelijkheid en dus van lijden - hoewel het verband tussen de verdraaiing en het lijden niet duidelijk is voor degene die nog steeds deze waanvoorstelling van het leven heeft. Elke denkbare houding, elk gevoel, elk idee en elke menselijke uitdrukking kan zowel goed als slecht zijn. Kun je dit ervaren en is het niet alleen maar theorie voor je, dan is dat een van de belangrijkste tekenen van ontwikkeling en groei. Ik raad jullie aan de lezingen die verschillende aspecten van dit onderwerp behandelen zorgvuldig te bestuderen zodat je verband kun leggen tussen dit belangrijke punt en je eigen emotionele en spirituele toestand.[1]

Bewustzijnsverruiming en het overstijgen van de huidige beperkingen van je geest is een proces dat alleen kan slagen als je daar bewust en gericht moeite voor doet. Dat vergt geen krachttoer van de wil en het verstand, het is eerder een openingsproces, waarbij je zoals ik heb gezegd, eerst nieuwe alternatieven overweegt die uiteindelijk werkelijkheid kunnen worden. Wanneer je jezelf alleen ervaart als een afgesplitst, machteloos ego en wanneer je bijgevolg alle energie en kracht waarover je beschikt in dit ego probeert te stoppen, dan zul je falen. Maar wanneer je de mogelijkheid openlaat dat je misschien echt een uitdrukking bent van een nog niet manifest dieper, groter, wijzer en liefdevoller goddelijk zelf, dan wordt dat Goddelijk zelf daardoor voldoende vrij gemaakt om zich te kunnen manifesteren. En zo overbrug je de kloof tussen onwetendheid en vervreemding en een open geestestoestand, een toestand waarin je vragen stelt, afwacht, overweegt en naar een echte ervaring van de uiteindelijke werkelijkheid zoekt. Een dergelijke ervaring heet geloof.

Wanneer je geest binnen de grenzen van zijn huidige beperkingen

[1] Zie lezing 81 ‘Conflicten in de wereld van de dualiteit’ en lezing 118 ’Dualiteit door illusie; overdracht’ (Noot vertaler)

blijft, kan hij zichzelf niet overstijgen. De poging om je huidige beperkte geest te transcenderen en goddelijk bewustzijn te ervaren heet meditatie. Bewust worden van je masker en je lager zelf en ermee in het reine komen is een proces dat sneller verloopt wanneer je je hoger zelf te hulp roept en om specifieke aanwijzingen vraagt.

Er zijn twee fundamentele benaderingswijzen met betrekking tot de spiritualiteit van de mens. Bij de eerste ligt de nadruk op het goddelijke: je concentreert je net zo lang op de goddelijke mogelijkheid tot die werkelijkheid wordt. Er bestaan veel bewegingen die met behulp van bepaalde gebruiken, lessen en oefeningen op een actieve en doeltreffende manier naar dit doel toewerken. Alle energie en concentratie wordt gericht op het vergroten en uitdrukken van de innerlijke goddelijke werkelijkheid. Dit hoeft echter niet te betekenen dat de andere afgesplitste bewustzijnsniveaus daardoor automatisch worden opgeheven en in de goddelijke kern worden opgenomen. Het is goed mogelijk en het komt ook vaak voor dat dergelijke praktijken het ware hoger zelf echt te voorschijn brengen terwijl de onontwikkelde aspecten van het bewustzijn onaangeroerd blijven. Veel entiteiten hebben zo'n hevig verlangen om hun ingeboren goddelijke aard te verwezenlijken dat ze tijdens hun verblijf in het lichaam vergeten ze dat ze een taak in het universele plan kwamen vervullen. Die taak is zuivering en groei van onontwikkelde kosmische materie. Daarvoor is de tweede benaderingswijze nodig: door middel van je bewuste ervaring licht te doen schijnen op je innerlijke misvormingen, de lelijkheid, de duisternis, het kwaad en het lijden en ook op je innerlijke waarheid, de schoonheid de liefde, de goedheid, de vreugde. Daarvoor moet je een soort fijngevoeligheid ontwikkelen zodat je het organische ritme kunt waarnemen dat op elk individueel pad tot uitdrukking komt. Je moet weten wanneer je je meer op het ene dan wel op het andere aspect moet richten: wanneer je je op je hoger zelf moet concentreren om de duurzaamheid ervan te versterken en het in staat te stellen verdere richtlijnen te geven en wanneer je aandacht moet besteden aan je lager zelf met zijn verborgen kwaad, oneerlijkheid en bedrog, zijn gecamoufleerde haat en kwaadaardigheid; wanneer je je moet richten op de specifieke listen van je masker (hoe het zich voordoet, welke verdedigingsmechanismen het gebruikt om het lager zelf verborgen te houden, enzovoort). En tenslotte moet je weten wanneer de tijd rijp is om gevoelens te ervaren die je vermeden hebt. Deze subtiele wisselingen moet je aanvoelen, zowel jij als je helper, want iedereen heeft een ander ritme.

Er zijn perioden en stadia waarin je je voornamelijk moet concentreren op de negatieve aspecten, op de misvormingen en op de lelijkheid want er is altijd een groot gevaar dat je in het positieve wegvlucht in plaats van de positieve houdingen te gebruiken als middel om te zuiveren. Er zijn andere perioden en stadia waarin je je op het positieve moet concentreren. Vergeet niet dat het mogelijk is oprecht contact te maken met je goddelijke zelf om het dan te gebruiken om de afgesplitste, verwrongen aspecten van je bewustzijn te camoufleren. Het goddelijke is neutraal en volgt onveranderlijk de bewuste wil.

Het moet heel duidelijk zijn voor ieder van jullie die met dit werk bezig is of ermee wil beginnen dat onze benadering van spiritualiteit en van de verwezenlijking van het spirituele zelf de laatste van de twee bovengenoemde manieren is. De grotere pijn en het ongemak die een nevenproduct van dit pad lijken, zijn ook een illusie want zolang er nog geblokkeerde, afgesplitste, duistere, verwrongen kosmische substantie bestaat, is lijden onvermijdelijk, of je het nu wilt weten of niet. Ons Pad stelt ons op de proef, maar het is werkelijkheid. Het leidt niet naar illusie en splitsing. Het laat je concreet ervaren wat nog ondergronds ligt te smeulen en niet manifest is, maar wat beslist ooit aan de oppervlakte zal komen en ervaringen in het leven zal roepen. Je kunt een bepaalde toestand altijd sneller en gemakkelijker transcenderen wanneer je die bewust onder ogen ziet en wanneer je deze huidige innerlijke toestand aanvaardt en er doorheen wilt gaan, dan wanneer de confrontatie als een wetmatige, ritmische, universele beweging langs komt op je ontwikkelingsweg. Als je een pad als dit kiest, word je opgenomen in het goddelijk plan. Het doel van deze benadering van spirituele hereniging is een bijdrage te leveren aan de hereniging van alles wat zich ooit heeft afgesplitst.

En nu komen we bij de benadering zelf. We zullen weer de hoofdzaken samenvatten en bespreken, maar we kunnen niet op alle verschillende details en overwegingen ingaan. De niveaus waarmee op dit pad gewerkt moet worden - met elk op een andere manier - zijn de volgende aspecten van de menselijke persoonlijkheid:

1. Het niveau van het verstand en het denken.
2. Het niveau van de wil.
3. Het niveau van het gevoel.
4. Het niveau van het lichaam en de fysieke manifestatie.

Wanneer al deze niveaus bewust zijn, wanneer hun onvermijdelijke onderlinge verschillen onder ogen gezien en aanvaard worden, kan er een proces van eenwording beginnen. Wanneer je je lager zelf begrijpt, aanvaardt en oplost en wanneer je je masker afzet, kan de eenwording met de spirituele werkelijkheid op een realistische manier plaatsvinden. Laten we nu kijken hoe de verschillende niveaus van de persoonlijkheid op verschillende manieren moeten worden benaderd.

Ad 1. *Op het niveau van je verstand* moet je je bezig houden met begrippen: dat wil zeggen met misvattingen. Degenen van jullie die al langer met dit werk bezig zijn, weten dat jullie inderdaad een aantal misvattingen hebben ontdekt en weggenomen waardoor jullie beheerst werden. Gedachten en denkprocessen die in verkeerde kanalen worden geleid beïnvloeden alle andere niveaus. Ze roepen altijd vicieuze cirkels in het leven. Deze vicieuze cirkels houden je gevangen, ze brengen je in een hopeloze situatie. En het is inderdaad waar dat er geen hoop is zolang je je in deze vicieuze cirkel beweegt. Maar op het moment dat die verbroken wordt, word je bevrijd uit de valstrik. Het is daarom beslist noodzakelijk dat je de houding en het gedrag waardoor de vicieuze cirkel in het leven wordt geroepen duidelijk ziet, begrijpt en opgeeft. Dit betekent altijd dat je een begrip, een gedachtegang of een benaderingswijze van de werkelijkheid fundamenteel moet veranderen. Je moet de misvatting als zodanig herkennen: waarom is het een misvatting en op welke manier roept die een vicieuze cirkel in het leven? Hoe verloopt die vicieuze cirkel? Wat is de bijbehorende ware opvatting? Hoe zou leven volgens die opvatting naar een wereld leiden die helemaal open is, naar een voortdurende weldadige creatieve zelfexpressie? Al die dingen moeten duidelijk gezien, begrepen, bewust gemaakt en uiteindelijk emotioneel ervaren worden. Het is niet voldoende dat je deze innerlijke processen begrijpt. Alleen emotionele ervaring kan er voor zorgen dat een misvatting wordt vervangen door een opvatting die juist is. Alleen dan zal de juiste opvatting zich in je psyche wortelen en nieuwe kanalen openen om te functioneren, om je spontaan te gedragen – als tegengesteld aan gedrag dat gebaseerd is op geconditioneerde reflexen - en je gevoelens op een creatieve manier uit te drukken.

Misvattingen kunnen heel bewust zijn, maar je weet niet altijd dat het misvattingen zijn. Daarom moet je ook je bewuste overtuigingen toetsen en onderzoeken. Misvattingen kunnen ook vaag bewust zijn, op

een wazige manier, wanneer je daden en reacties getuigen van het feit dat je erdoor wordt beheerst zonder dat je precies kunt aangeven wat ze zijn en welke gevolgen ze hebben. Al die dingen moet je nauwkeurig vaststellen. We kunnen ook misvattingen hebben waarvan we ons niet bewust zijn. In dat geval moet je ze met behulp van het padwerk bewust proberen te maken. Dat kun je alleen door te onderzoeken hoe je leven zich manifesteert. Je leven liegt niet. Het drukt precies uit wat je van binnen echt gelooft. Je beweert misschien op bewust niveau dat je een liefdevol iemand bent en dat je echt in liefde gelooft. Maar als je ongelukkig bent omdat er geen liefde in je leven is, geeft dat duidelijk aan dat je ergens van binnen niet in liefde gelooft, dat je niet wilt liefhebben en dat je daar je redenen voor hebt - en dat zijn misvattingen. Onbewuste misvattingen kun je dus alleen blootleggen door te kijken naar je leven, je lijden, je frustratie, je onvervulde verlangens. Alle niveaus moeten zowel op bewust als op onbewust gebied worden aangepakt. Deze twee benaderingen zijn voor elk aspect van je persoonlijkheid anders. Met het niveau van het denken moet je anders omgaan dan met de niveaus van de wil, van het gevoel en van het lichaam.

Ad 2. Om *op het niveau van de wil* te kunnen werken moet je op de eerst plaats begrijpen dat er *een uiterlijke en een innerlijke wil* is.[1] Anders gezegd, een wilsuiting kan zowel vrijwillig als onvrijwillig zijn. Deze twee niveaus van de wil moeten ook nauwkeurig onderzocht, begrepen en bewust gemaakt worden. Als er in de psyche sprake is van misvormingen, misvattingen en negativiteit, zijn de krachten van de wil uit evenwicht. Waar de wil actief zou moeten zijn, is hij vaak krachteloos en stagnerend. Waar hij ontvankelijke en passief zou moeten zijn, is hij gespannen, geforceerd en actief. Door het proces van zuivering moet het evenwicht dus weer worden hersteld. Op het niveau van het denken moet je gaan onderscheiden op welke gebieden je moet handelen en initiatieven moet nemen - kortom op welk moment je gebruik moet maken van je ingeboren vermogen om te willen. Dit kan van toepassing zijn op je gedrag, maar net zo goed op een houding ten opzichte van het leven.

Je moet ook onderscheiden op welke gebieden je tijdelijk de beperkingen van de wil moet aanvaarden en de dwingende stroom van een al te actieve wil moet loslaten. Je kunt het evenwicht tussen de

[1] Lezing 64 ‘Uiterlijke en innerlijke wil; misvattingen over egoïsme’ (Noot vertaler)

stromingen van de wil niet herstellen door je uiterlijke wil in te zetten. Als dat herkend wordt en de druk van de uiterlijke wil wordt verminderd kan de innerlijke wil naar buiten komen en zijn werk gaan doen. Je haalt je heel wat frustratie op de hals door met je uiterlijke wil druk uit te oefenen en zo te verhinderen dat de innerlijke, ontspannen wil zich manifesteert, of door te voorkomen dat de uiterlijke wil uitreikt naar het leven. Ook op dit gebied zullen mijn vrienden die zich met dit padwerk bezighouden, veel dingen herkennen die ze al geleerd hebben.

Ad 3. Voor *het niveau van het gevoel* geldt hetzelfde: als er sprake is van misvattingen in het denken - of die nu bewust of onbewust zijn - en als de uiterlijke en innerlijke wil niet met elkaar in evenwicht zijn dan zijn gevoelens destructief, geremd en pijnlijk. De energie van het gevoelslichaam is verlamd en geblokkeerd. Een wezenlijk aspect van elk proces van eenwording en zuivering is daarom het ervaren van het gevoelsniveau of, zo je wilt, het gevoelslichaam, waarbij je de geblokkeerde gevoelens naar buiten laat komen - ongeacht om welke gevoelens het gaat. Je moet ze bewust maken om ze opnieuw in constructieve kanalen te kunnen leiden, want destructieve gevoelens kunnen beslist op een constructieve manier worden uitgedrukt. Als je dat niet doet, gaan negatieve, pijnlijke gevoelens stagneren op een onbewust niveau en zullen ze het jou onmogelijk maken op een gezonde manier te functioneren, goede gevoelens te hebben en de levensenergie te laten stromen (hetgeen de aard van het universele leven is). Dit heeft onvermijdelijk tot gevolg dat je dergelijke gevoelens indirect en destructief gaat uitleven, een proces waarvan je je meestal totaal niet bewust bent. Je ziet geen andere mogelijkheid dan te ageren, te reageren en te zijn zoals je bent. En wat vaak overduidelijk is voor de mensen om je heen, wordt door jou over het hoofd gezien: dat je je negatieve gevoelens uitleeft. Dus wat betreft het gevoelsniveau moet je leren hoe je contact kunt maken met gevoelens die in jou opgesloten liggen. Ook dit kun je misschien alleen maar indirect waarnemen, door wat je in je leven tegenkomt en ervaart.

Zoals de meeste van jullie weten kun je op velerlei manieren gevoelens te voorschijn roepen. We hoeven die hier niet allemaal op te noemen. Het is voldoende te zeggen dat je alleen je angsten en spanningen kunt kwijtraken door gevoelens te ervaren en uit te drukken waarvan je dacht dat ze onaanvaardbaar en /of ondragelijk waren en door het vermogen die gevoelens te verdragen en te hanteren. Zolang je

wanhopig blijft hopen op een leven dat vrij is van pijnlijk gevoelens, hoop je op een illusie. Diep van binnen weet je dat en toch klamp je je daaraan vast. Daarom ben je bang en voel je je wankel en onbeholpen. Maar wanneer je je eigen gevoelens kunt ervaren, ongeacht welke, voel je je automatisch zeker van jezelf, niet meer bang en daarom ontspannen. En deze toestand van ontspanning en ongeremdheid op het gebied van het denken, de wil, het gevoel en het lichaam is de onmisbare voorwaarde voor genot en dus voor vervulling. De weigering om pijnlijke gevoelens te ervaren berust op een misvatting dat ze je zullen vernietigen of dat ze zullen aantonen dat je niet deugt. Deze misvatting moet je ter discussie stellen en vervangen. Doe je dat niet, dan zul je jezelf niet toestaan pijnlijke gevoelens te ervaren. Die weigering roept ook een gespannen wil in het leven, waarmee je je beschermt tegen wat jij als vernietiging beleeft. Daarom moet je zorgen dat je wil zich ontspant zodat het mogelijk voor je wordt te gaan ervaren wat al in je is. Die verdrongen gevoelens zullen het beste in jou verlammen als je er niet doorheen gaat en ze transformeert. Je kunt nu zien hoe verschillende processen samenhangen.

Ad 4. Over *het niveau van het lichaam en de fysieke manifestatie* wil ik het volgende zeggen: het is onmogelijk dat een houding die op het ene niveau bestaat zich niet ook op alle andere niveaus manifesteert. Dus roept elke misvatting, elke misvorming en onevenwichtigheid op het gebied van de wil en elke weigering om te voelen wat er is onvermijdelijk ook een fysieke manifestatie of lichamelijke toestand in het leven. Zodoende wordt niet alleen iemands spirituele ontwikkeling geremd, maar ook zijn fysieke levenservaring. Het is daarom totaal verkeerd om te denken dat het fysieke en het spirituele leven tegenover elkaar staan. Het ene is alleen maar een uitdrukking van het andere. Het fysieke lichaam geeft in de vorm van spierblokkades uiting aan verkeerde opvattingen, onevenwichtigheid van de wil en gestagneerde, ontkende gevoelens. De spanningen en gestagneerde energieën die veroorzaakt worden door vervormingen op elk van de andere niveaus, kunnen ook het lichaam aantasten en daar allerlei symptomen in het leven roepen. En wanneer ze lang genoeg worden verwaarloosd, is een lichamelijke ziekte het gevolg.

Zo zie je hoe de verschillende niveaus met elkaar in wisselwerking zijn. Ik hoef niet te zeggen dat je ook het niveau van het lichaam weer op een andere manier moet benaderen. Zoals je op dit pad hebt geleerd, moet je blokkades ook van buitenaf helpen om ze te kunnen opheffen:

de energie moet weer in beweging worden gebracht, de lichamelijke gevoelens moeten worden verbonden met zielsbewegingen, met innerlijke houdingen en met de inhoud van het denken. Waar energie geblokkeerd is, kan het bewustzijn niet doordringen. Elke cel in het menselijk lichaam is bewust - heeft een eigen bewustzijn. Wanneer gebieden van het lichaam worden geblokkeerd, kan het stelsel van cellen in dat gebied niet worden bereikt door de goddelijke energiestroom en het goddelijke bewustzijn. Zoals ik vaak heb gezegd, bestaat het hele universum uit energie en bewustzijn. De schepping is een voortgaand proces van een gelukkige fusie tussen energie en bewustzijn. Ze zijn in wisselwerking met elkaar.

Padwerk is doeltreffend wanneer het op al deze niveaus plaatsvindt en wanneer gebruik wordt gemaakt van voornoemde methodes. Zoals ik heb gezegd, bestaat er geen vaste regel waarmee je kunt bepalen wanneer je van de ene op de andere kan overgaan. Het is bij iedereen anders. Het pad moet de ruimte krijgen om van binnenuit duidelijk te worden, als een levende, organische werkelijkheid**.** Alle verschillende benaderingswijzen die op dit pad worden geboden, vervullen belangrijke functies bij het werken aan deze niveaus.

Het is noodzakelijk dat je telkens weer contact probeert te maken met je hoger zelf, met het goddelijk bewustzijn dat onveranderlijk en onmiddellijk beschikbaar in jou aanwezig is. Als je dat doet met het doel om vervormde niveaus van de zielssubstantie bewust te maken en om je op die gebieden te heroriënteren zodat alle afgesplitste zielssubstantie zich weer verenigt, neemt je meditatie als vanzelfsprekend een andere weg dan het soort meditatie waarvan het enige doel is het goddelijke zelf te verwezenlijken terwijl men aan de duistere aspecten van het zelf voorbijgaat. Er heerst een illusie en een wensdroom dat deze laatste benaderingswijze automatisch afrekent met de donkere kant van de menselijke aard. Dat kan gewoon niet. Je kunt niet overwinnen wat je niet bewust en ten volle hebt ervaren. Deze wensdroom die jullie allemaal kennen wordt gevoed door het feit dat het inderdaad mogelijk is het reeds potentieel aanwezige deel van het goddelijk zelf te verwezenlijken. Het is heel belangrijk, vrienden, dat jullie dit duidelijk begrijpen.
Daarom is het vaak zo dat entiteiten die een moeilijk en ogenschijnlijk weinig spiritueel leven hebben geleid méér voor het universele evolutieproces doen wanneer ze hun lichaam achterlaten dan sommige andere die een uitermate spiritueel leven hebben geleid, misschien zelfs

zogenaamde meesters zijn geweest maar die hun schoonheid gekoesterd en hun lelijkheid genegeerd hebben. Zodoende zijn ze er niet in geslaagd tot eenwording te komen en hebben dus zonder het te weten de dualistische bewustzijnstoestand voortgezet waarin deze aarde zich bevindt. Daar ons pad zich bezighoudt met de moeilijkste van de twee mogelijkheden, is het duidelijk dat onze benadering van meditatie anders is. De volgende keer zal ik in een speciale lezing een overzicht of samenvatting geven van wat ik jullie in de loop der jaren heb verteld met betrekking tot de verschillende noodzakelijk manieren om op dit speciale pad te mediteren. Want zoals je weet, zijn er net zoveel manieren om te mediteren als er mensen zijn, net zo gevarieerd als de ervaringen die het leven brengt. Meditatie is een te veelomvattend onderwerp om het in deze samenvatting op te nemen. De volgende lezing zal jullie helpen verder te komen op je pad door jullie een nauwkeurige omschrijving te geven van bepaalde fundamentele uitgangspunten en grondregels voor meditatie.[1]

Veel mensen, hoe zeer ze ook aan dit pad zijn toegewijd, zijn niet altijd in staat te mediteren want die blokkades in het denken, de wil, het gevoel en het lichaam roepen ook een spirituele blokkade in het leven waardoor er niet kan worden gemediteerd. Ook op dit gebied moet je tastend proberen, beetje bij beetje, de blokkades nu eens hier en dan weer daar op te heffen door diep inzicht, door te zoeken naar herkenning, door oprechte moed te verzamelen en jezelf te laten voelen wat er in je leeft. Daardoor zal de blokkade om te mediteren ook losser worden. Dan kun je in je meditatie vragen om verdere hulp zodat je weer meer blokkades kunt opheffen, bewuster kunt worden van wat nog verborgen is en meer gevoelens kunt gaan ervaren. Je moet de blokkades opheffen om te mediteren en je moet mediteren om de blokkades op te heffen. Soms begint iemand aan Het Pad zonder welke vorm van meditatie dan ook, want zijn bewustzijn blokkeert misschien juist deze benadering. Wanneer die blokkades in voldoende mate zijn opgeheven, wanneer onechte spiritualiteit in voldoende mate is opgeruimd, kan er nieuwe spirituele energie en bewustzijn binnenstromen en wordt elke poging gemakkelijker. Een spirituele blokkade kan bestaan doordat iemand zich een onechte, escapistische spiritualiteit heeft opgelegd, of dat iemand de grotere werkelijkheid totaal negeert. In beide gevallen moeten misvattingen uit de weg worden geruimd om het kanaal vrij te maken voor echte spiritualiteit**.**

[1] Lezing 194 ‘Meditatie: de wetten ervan en verschillende benaderingen; een samenvatting’ (Noot vertaler)

Je wijst echte spiritualiteit vaak af wanneer je de onechte, escapistische spiritualiteit wilt afwijzen en die twee met elkaar verwart.

Wanneer blokkades ten aanzien van echte spiritualiteit langzamerhand uit de weg worden geruimd, kan het hele proces worden versneld - het proces van bewustwording, bevrijding, genezing en eenwording. Want bij elke stap op je weg kun je gebruik maken van dit onmetelijk krachtige instrument: je contact met je goddelijke werkelijkheid. Ik zal, zoals ik gezegd heb, in de volgende lezing enkele van de wetten bespreken die betrekking hebben op meditatie. Dit zal jullie helpen om verder te komen, hoewel ik dit onderwerp in het verleden natuurlijk al hier en daar heb besproken. Nu is het moment gekomen om het allemaal in een begrijpelijk geheel samen te brengen.

Net zoals het niveau van het denken bewust of onbewust kan zijn, kan dat ook gelden voor de niveaus van de wil, het gevoel en zelfs van het lichaam. Het is daarom noodzakelijk dat je de mate van bewustzijn op alle niveaus doet toenemen, dat je bijvoorbeeld een lichamelijk symptoom - pijn of spanning - verbindt met de geesteshouding, de gedachte, het gevoel en de wil die de specifiek fysieke manifestatie teweegbrengen en ermee overeenkomen. Wanneer je bijvoorbeeld begint te voelen dat een bepaalde lichamelijke spanning een gevoel van haat en woede is, dat het een alles overheersende uiterlijke wil om te slaan is die je toch tegenhoudt, en dat het een specifieke misvatting is, dan verenig je alle niveaus en verruim je je bewustzijn op al die niveaus. Het is een van de onveranderlijke spirituele wetten dat gebrek aan bewustzijn op het ene gebied bewustzijn op het andere gebied tegenhoudt. Als je er bijvoorbeeld in slaagt je ogen te sluiten voor je lager zelf en je masker, zul je ook het reeds manifeste hoger zelf niet kunnen zien. Misschien belijd je met de mond dat je een uitdrukking van het hoger goddelijk bewustzijn bent, maar dat kun je onmogelijk voelen tenzij je zorgt dat je je lager zelf en je masker voelt. Hoe zou je dan kunnen mediteren en een aspect van het goddelijke in je kunnen aanspreken? Tijdens de langzame voortgang op je pad kan het gebeuren dat je je soms bewust bent van je goddelijke erfgoed, terwijl je het op andere momenten totaal vergeten bent, er van afgesneden bent.
Net zo goed als het hogere en het lagere zelf zowel bewust als onbewust kunnen zijn - of ergens daar tussen in – zo geldt dat ook voor het masker zelf. Het masker zelf is het uiterlijk vertoon, de schijn waarmee je jezelf aan de wereld laat zien, het geïdealiseerd zelfbeeld

dat je wilt zijn en waar je veel energie in investeert om het ‘waar’ te laten schijnen. Hoe je het verder ook uitdrukt, het masker is een verdedigingsmechanisme waarmee je voorkomt dat men kan zien wie je op dit moment echt bent - hoewel je natuurlijk niet uitsluitend een lager zelf bent dat je masker zo graag verborgen wil houden. Door iets van jezelf achter een masker te verbergen, houd je echter onvermijdelijk ook je hogere zelf voor jezelf verborgen. Hoe meer je alleen je goede kant probeert te laten zien - en die is er werkelijk in je maar niet in je masker - des te meer blijft je hogere zelf verborgen. Ook hier kun je bewust of onbewust over zijn. Soms ben je je misschien duidelijk bewust van het bedrog, de valse indruk die je van jezelf geeft - hetgeen veel beter is dan het niet te weten.

Op andere momenten ben je misschien helemaal vergeten dat je een masker hebt omdat je je er helemaal mee hebt geïdentificeerd. Als je je niet bewust van je masker bent, voel je je beschaamd en niet op je gemak maar je ziet dit niet omdat je dergelijke gevoelens niet wilt ervaren en er niet mee aan het werk wilt. Dan zet het proces van afsplitsing zich voort waardoor je steeds meer uit het oog verliest wie je *werkelijk bent*. Dit is de toestand van verlorenheid die veel mensen op een of andere magische manier proberen te genezen - met behulp van drugs, pillen, formules en zelfs met meditatie. Ze zoeken therapieën die hun hulpeloosheid als zieke nog versterken en zien over het hoofd dat de wil een krachtige factor is die op de juiste manier begrepen en ingezet moet worden.

Dit is de reden waarom padwerk bovenal een proces is waarbij dingen bewust gemaakt worden. Dit zelfbewustzijn maakt je heel, heelt de splitsing in je, heelt conflicten in je en zorgt ervoor dat je contact hebt met jezelf en dat je ervaart dat je deel uitmaakt van een universum vol gelukzaligheid.

Een heel belangrijk aspect van dit werk heeft betrekking op nog een ander niveau van het zelf, een dat voorbij het fysieke lichaam ligt. Ik heb dit niveau niet vermeld bij onze opsomming omdat het over het algemeen in het denken van mensen niet wordt herkend als een niveau van de menselijke persoonlijkheid. Dit is het niveau van de levenservaringen. Over het algemeen wordt levenservaring als een aparte ‘entiteit’ gezien, alsof de mens in een vaststaand leven zou worden geplaatst. Men ziet over het hoofd dat iemands levenservaring net zo goed een uitdrukking is van zijn of haar innerlijk wezen als het

lichaam dat is. En pas onlangs zijn enkele vooruitstrevende denkers het lichaam gaan zien als een uitdrukking van de hele persoon. Nog steeds zien velen de lichamelijke manifestaties van de mens net zo los van zijn innerlijk als zijn levenservaring. In werkelijkheid geven die ervaringen precies de innerlijke toestand van de manifeste persoonlijkheid weer. Ons Pad gebruikt dit uiterst belangrijke instrument en deze waarheid om de innerlijke toestand te weten te komen.

Deze meer waarheidsgetrouwe en veelomvattende visie rekent af met de denkfout dat de mens hulpeloos is. De waarheid leidt ertoe dat de mens in alle mogelijke opzichten de verantwoordelijkheid voor zichzelf aanvaardt. De meeste mensen willen hier niets van weten. Ze zien zichzelf liever als hulpeloze, onschuldige slachtoffers - met al het lijden en hulpeloosheid die dat met zich meebrengt - dan dat ze de hoop, het licht en de vrijheid van de eigen verantwoordelijkheid aanvaarden. Dit weerspiegelt de emotionele onvolwassenheid van de mensheid als geheel. Het wijst ook op het schuldgevoel dat verbonden is aan het toegeven van bedrog en verdraaiingen. Het mag dan paradoxaal klinken, maar hoe hulpelozer je pretendeert te zijn met betrekking tot de ervaringen in je leven, hoe minder je innerlijke, gezonde en ontspannen wil functioneert en hoe sterker de gespannen eigen wil van het kleine ondoeltreffende ego wordt waarmee je de in jouw ogen onrechtvaardige ervaringen buiten de deur probeert te houden. Wat een verspilling van waardevolle energie!

Het is een inherent aspect van dit werk dat je uiteindelijk de illusie laat varen dat je een onschuldig slachtoffer bent. Dan kun je gebruik maken van de sleutel tot vrijheid, namelijk verantwoordelijkheid voor jezelf. Dit is geen stelling of filosofie die je niet kunt verifiëren. Diegenen van jullie die zich oprecht en diepgaand met dit werk bezig houden, zullen onvermijdelijk tot de ontdekking komen dat zowel de goede als de slechte ervaringen in het leven nauwkeurige weergaven zijn van hun denken, willen en voelen en van hun lichamelijke manifestatie.

Padwerk kent vele andere aspecten waarvan het belangrijk is dat je ze begrijpt maar dat zijn de details die deze fundamentele principes meer gestalte geven. Je zult ze in vorige en toekomstige lezingen en ook in antwoorden op vragen tegenkomen.

Probeer in je op te nemen en te gebruiken wat ik jullie deze avond heb gegeven. Het zal je helpen zien waar je heen gaat en het zal je doen

inzien dat hetgeen je misschien niet wilt ervaren universeel, noodzakelijk en helemaal niet onaanvaardbaar is. Het zal je ook meer bewust maken van het innerlijke ritme en de werkelijkheid van Het Pad. Diegenen die zich volledig aan Het Pad wijden zullen ervaren dat het een levende, organische werkelijkheid is. Het vertelt je op alle niveaus dat alles wat je ervaart een betekenis voor je heeft. De moeilijkheid is dat je er soms niet naar wilt luisteren, dat je je eigen zin wilt doen en volgens je eigen ideeën wilt leven. Vaak is dat camouflage voor je angst om jezelf onder ogen te zien. Je zoekt dan allerlei manieren uit om jezelf gemakkelijker te kunnen verstoppen. Als dat gebeurt kun je de stem van Het Pad niet meer horen. Daarom moet je die ten alle tijde zorg blijven geven. Als je het vraagt zal deze stem steeds luider en duidelijker tot je spreken. Vraag met een echt open houding, een houding van bereidheid om te luisteren naar een bewustzijn dat in je is en dat tegelijkertijd groter is dan je bewuste ik. Dan zul je zien dat dit grotere jij werkelijkheid is en dat het kleine bewustzijn slechts een afgesplitst deeltje is. Als dat begint te gebeuren, vindt er eenwording plaats.

Wees allemaal gezegend, lieve vrienden. Weet dat de liefde en de waarheid van het universum je uiteindelijke doel is, je uiteindelijke bestemming; niets ter wereld kan dat veranderen, zelfs al is je kleine bewustzijn nodeloos en op een koppige manier bang voor het proces. Wees gezegend, begin met een gerust hart en vol vreugde aan dit werkjaar- want het universum kan iedereen rijkelijk vervullen.

Dit zijn geen lege woorden, je zult de waarheid ervan kennen als je eerst het tegengestelde volledig onder ogen ziet - je ongelukkig voelen, je lijden, je misvattingen. Naarmate je dat doet, wordt de waarheid van je uiteindelijke bestemming werkelijkheid.”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1971.
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) onder de titel: 'Resume of the Basic Principles of the Pathwork: Its Aim and Process'.
Vertaling door Frans Oosterbaan in 1986; in 1999 herzien door Marije Mol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*