Liefde nader bekeken

7 april 1976
lezing 240

“Lieve vrienden, jullie zijn gezegend in je hele wezen, gezegend is jullie pad en gezegend is jullie streven om te groeien, jullie worsteling om je innerlijke waarheid te vinden.

De liefde van het universum doordringt al wat is. Zij staat altijd tot je beschikking en is altijd aanwezig, maar heel vaak besef je dat niet, omdat je gedachten en je aandacht er niet op gericht zijn. Wanneer je worstelt op je pad kom je oog in oog te staan met de vele conflicten, de verwarring en het gecompliceerde labyrint van je geest. Maar wanneer je je door deze spiraalbewegingen heen werkt, worden de punten waar het om gaat zoveel eenvoudiger. In de uiteindelijke kern van je wezen gaat het om *LIEFDE*. Liefde is de sleutel tot alles. Liefde is de medicijn die alle ziekte en alle verdriet heelt.

In deze lezing zullen we het over enkele aspecten van de liefde hebben. We kunnen het ook alleen maar over aspecten hebben, want het zou absoluut onmogelijk zijn dat hele onderwerp in de tijd van een leven te behandelen, zelfs al zou je er ieder uur van de dag over praten. Het gaat zo diep en reikt zo ver. Daarom bespreken we nu die aspecten van de liefde die jullie op dit punt van je pad het meest nodig hebben, vrienden.

Het Pad als geheel maakt bepaalde fases door die voor de meeste van jullie van belang zijn. Daarom heb je zo dikwijls het gevoel dat een lezing speciaal op jou van toepassing is. Sommigen van jullie zullen de diepere betekenis en de grotere, meer dynamische hulp misschien pas wat later vinden. Maar over het algemeen is dit het onderwerp dat jullie nu nodig hebben.

In jullie wereld wordt heel wat gediscussieerd over wat liefde nu

eigenlijk is. Voor velen lijkt het hoofdzakelijk een gevoel te zijn. Wat is het echt? Is het een kracht, is het een gevoel, is het een emotie? Welnu, ik zeg jullie, vrienden, dat het dit alles is, en meer. Laten we de fundamentele persoonlijkheidsstructuur van de mens in termen van rede, wil en emotie beschouwen en liefde op deze functies toepassen. In dit voorbeeld zullen we zien dat liefde letterlijk alles is.

Het is duidelijk dat liefde een gevoel is, maar het is niet zo duidelijk dat dit gevoel voort moet komen uit een wilsdaad, gemotiveerd door verstand. Dus liefde is zeker verstand. Als je welke kwestie dan ook diepgaand en van alle kanten beschouwt, met de brede kijk die iedere kwestie verdient, moet je wel tot de conclusie komen dat het onverstandig is om te haten, hoe gerechtvaardigd je haat ook mag lijken. Het is een gebrek aan inzicht. Er zijn natuurlijk vele vormen van haat die nooit als zodanig toegegeven worden. Er zijn ook gradaties. Een gebrek aan liefde kan eenvoudigweg tot uiting komen in afgescheidenheid, in hopeloosheid, in gebrek aan vertrouwen, in depressie, in een sombere kijk op het universum, in angsten, in een gevoel slachtoffer te zijn. En het kan tot uiting komen in wrok, beschuldigingen, vijandigheid en openlijke haat met heel wat variaties daartussen.

Liefde is zeker puur verstand en rede. Hoe dieper je inzicht in je omstandigheden, hoe breder je kijk en hoe meer je de waarheid tot je beschikking hebt, hoe minder het mogelijk is door haat een versluiering van de waarheid te ervaren en hoe meer de liefde groeit.

Het is niet mogelijk de emotie liefde te voelen zonder de wil om een staat van liefde te bereiken. Als je niet wilt liefhebben, als je niet doelbewust het verlangen uit om lief te hebben (dat wil zeggen om volledig te begrijpen), als je niet de intentie hebt om lief te hebben, zúl je ook niet liefhebben. Dan ben je nooit in staat om liefde te voelen, en je zult je vaak afvragen waarom. Soms stimuleert de wil om lief te hebben de wil om volledig te begrijpen en hierdoor groeit begrip uit liefde. In andere gevallen is er eerst begrip en komt de wil om lief te hebben hieruit voort. Hoe dan ook, het gevoel van liefde kan niet bestaan zonder inzicht en intentie, of anders gezegd: de emotie volgt rede en wil.

Als je in de misvatting leeft dat liefhebben tot gevolg heeft dat je tekort komt of dat men gebruik van je maakt, of als je denkt dat liefde

zwakheid, onderdanigheid en gemis aan ruggengraat inhoudt, dan geven deze ideeën blijk van een gebrek aan rede en inzicht, waardoor je wil om lief te hebben wordt gehinderd.

Liefde is ook veel meer dan rede, wil en emotie. Het is een gewaarwording die alle lagen van je wezen behelst. Dit is gemakkelijk vast te stellen als je aandacht schenkt aan je eigen reacties. Wanneer je in een staat van liefde bent, *zie* je anders, *hoor* je anders, *proef* je anders. Het leven om je heen heeft een totaal ander *aroma*. Alles wat er gebeurt *neem* je *waar* en *ervaar* je op een heel andere manier. Je voelt anders en raakt anders aan.

Wanneer je niet in een staat van liefde bent, worden ervaringen die je onprettig vindt door je zintuiglijke waarnemingen gekleurd: ze lijken onrechtvaardig. Zeker kun je met rationalisaties een werkelijkheid bedenken zoals jij die wilt zien. Met andere woorden: je liefdeloze waarnemingen lijken absoluut juist. Maar zet hier een vraagteken bij, vrienden. In deze liefdeloze toestand zie je maar een heel beperkte waarheid. In feite is die zo beperkt dat je niet op je waarnemingen kunt vertrouwen. Je ziet alleen maar geïsoleerde fragmenten of aspecten van de waarheid die voor deze situatie gelden of je ervaart maar een deel van wat er op dit moment in je omgaat.

Wanneer je liefhebt, functioneert je lichaam heel anders. Je ademt anders, je hartslag is anders. Je bloedcirculatie functioneert anders dan wanneer je haat, of je je nu van je haat bewust bent of niet. Wanneer je liefhebt, blijf je gezond. Niet gezond zijn hoeft geen directe afspiegeling van je haat te zijn. Toch kan het een noodzakelijk bijproduct zijn van je worsteling om haat en angst achter te laten en liefde en vertrouwen binnen te gaan. Want om die innerlijke worsteling gaat het altijd, of je dat nu weet of niet.

Er zijn heel veel andere ervaringen, zintuiglijke waarnemingen en gewaarwordingen (van sommige ken je het bestaan niet eens), die aanwijzingen of uitingen van liefde zijn of door liefde beïnvloed en bepaald worden. Daaraan kun je aflezen of je een staat van bewustzijn hebt bereikt waarin het licht van de liefde is gaan schijnen, of nog in een onverlichte, defensieve, haatdragende en angstige bewustzijnstoestand bent.

Liefde is dus alles. Zo komen we nu op het heel belangrijke punt van

jezelf liefhebben. Liefde voor jezelf en liefde voor anderen hangen nauw met elkaar samen. Hier moet ik een stelling herhalen die ik al vaak verkondigd heb: je kunt niet van jezelf houden als je niet van anderen houdt en je kunt niet van anderen houden als je niet van jezelf houdt. Omgekeerd: als je jezelf haat, haat je anderen. Nogmaals, je bent je misschien niet bewust van dit verband en van het onbewuste proces dat je de zelfhaat doet ontkennen waardoor je het nodig hebt anderen te haten.

De innerlijke strijd om te leren van jezelf te houden gaat altijd door. In die strijd raakt de mens in verwarring door zijn dualistische bewustzijnstoestand. Het is uiterst belangrijk dat je die verwarring begrijpt. De verwarring is: als je van jezelf houdt, geef je dan aan al je neigingen toe? Volg je dan de weg van de minste weerstand? Geef je dan liever anderen de schuld dan eerlijk naar je lager zelf te kijken? Houdt liefde voor jezelf in dat je de aspiraties van het lager zelf en het maskerzelf de vrije teugel laat? Aan de andere kant is het op je pad noodzakelijk de waarheid van het lager zelf met zijn uitvluchten, misleiding en toedekken onder ogen te zien; maar houdt dat in dat je de zelfhaat moet uiten en uitleven die in dit aspect van de persoonlijkheid besloten ligt?

Dit is een heel diepe en tragische strijd in alle mensen. Hij is enerzijds tragisch, omdat het zo onnodig is ervoor weg te kruipen en hem te ontkennen, wat hem veel pijnlijker en langduriger maakt dan zou hoeven. Anderzijds is deze strijd echter ook mooi. Je gaat de schoonheid ervan ervaren wanneer je jezelf toestaat de strijd te beseffen, je verwarring te zien en zo je eerste steunpunt in echte veiligheid te vinden. Veiligheid ligt allereerst in het *toegeven van deze strijd,* en in je *besef van deze strijd*. Wanneer dat besef er niet is, zoek je de verkeerde oplossing in eigenliefde, namelijk aan de ene kant toegeeflijk zijn voor jezelf en aan de andere kant anderen de schuld geven.

Jullie weten allemaal door je padwerk hoe verleidelijk dit spel lijkt en hoe onbevredigend, isolerend en beperkend het in werkelijkheid is. Het leidt ertoe dat je voortdurend op een uiterst pijnlijke manier heen en weer wordt geslingerd tussen beschuldigingen om jezelf te rechtvaardigen en morbide zelfverwijten en schuldgevoel. Je bent nooit helemaal overtuigd van je beschuldigingen want - hoe treffend sommige ook mogen zijn - je voelt toch twijfel knagen door het verstoppertje spelen met jezelf. Zo vind je het onmogelijk op een heel bewust niveau

jezelf lief te hebben of te respecteren. Je wordt heen en weer geslingerd tussen bewuste zelfhaat en haat tegen anderen en dat is werkelijk een heel pijnlijke toestand, die je niet hoeft mee te maken als je maar een uitweg vindt uit dit labyrint door de hulp die ik je hier kan geven.

De meeste van jullie kennen deze afwisselende haat voor jezelf en - hier of daar - voor anderen. Het is aan jou om die plekken in je te vinden waar je nog steeds in de pseudo-oplossing leeft van jezelf liefhebben door toegeeflijk te zijn tegenover jezelf, door anderen de schuld te geven, door de eigenschappen van je eigen lager zelf te vergoelijken en te rechtvaardigen en des te meer beschuldigingen naar anderen op te hopen. Je hebt zo altijd een ietwat scheef beeld van jezelf en anderen; je leeft in grote innerlijke onrust vanwege de verwoede poging om je zelfhaat voor jezelf te verbergen. Hoe meer je dit doet, hoe meer het deel van jou dat in deze dwaling leeft, gelooft dat dit de manier is om van jezelf te gaan houden en achting voor jezelf te krijgen. Pas wanneer je deze pseudo-oplossing niet meer aanwendt, kun je je werkelijk helder, zonder schuld en overzichtelijk bewust zijn van de fouten die anderen maken, zonder je eigen fouten daarbij te betrekken. Dit gebeurt wanneer je je inspant om een waarachtig evenwicht te vinden tussen je lager zelf eerlijk onder ogen zien en - niet ondanks maar dankzij deze ontdekking - jezelf des te meer lief te hebben en hoog te achten.

De tragiek van deze pseudo-oplossing voor je zelfhaat is dat je, zolang je daar gebruik van maakt, verder vervreemd raakt van echte liefde en achting voor jezelf. Daarom is het absoluut noodzakelijk, als je jezelf werkelijk wilt leren liefhebben, toe te geven dat je dit evenwicht niet bezit, dat je niet op de goede weg bent om je eeuwige echte goddelijke waarden te vinden: dat je met verkeerde middelen je zelfhaat uit de weg probeert te ruimen. Op het moment dat je dit kunt toegeven, kun je je hart en je geest openen voor alles wat al werkelijk van waarde in je is; je kunt jezelf eerlijke erkenning geven zonder verstoppertje te spelen en zonder rechtvaardigingen en, bovenal, kun je je openen voor de innerlijke inspiratie die je leiding zal geven om te ervaren hoe je je lager zelf kunt erkennen zonder in zelfhaat verstrikt te raken. Dan wordt je duidelijk dat hoe meer je dit doet, hoe meer je werkelijk jezelf kunt liefhebben en respecteren.

Welnu, als je jezelf werkelijk oprecht liefhebt, zonder aan je lager zelf en de kinderlijke eisen daarvan toe te geven, merk je dat streng zijn

voor jezelf evenzeer een uiting van liefde is als zachtheid. Als je jezelf stevig kunt aanpakken, wat het tegendeel is van jezelf vernietigen en liefdeloos afkraken, kun je ook zacht zijn voor jezelf. Duidelijk gaat zich een prachtig evenwicht aftekenen: zelfdiscipline, strikte eerlijkheid tegenover jezelf en strengheid tegenover de wens van het lager zelf om zich uit te leven zullen achting, mildheid en een diepe waardering voor jezelf creëren. Dit evenwicht wordt verstoord door toegeeflijkheid tegenover jezelf ten koste van anderen en door kwellende zelfhaat. Dit is een vervorming die in het begin niet bewust is en die je moet gaan waarnemen door de indirecte uitingen ervan.

Pas wanneer je dit evenwicht gaat zoeken en geleidelijk bereikt, kun je ontvankelijk zijn voor je eigen goddelijkheid en er uiteindelijk in opgaan, er je identiteit in vinden. In een hele diepe meditatie geef je milde liefde aan elk aspect van je manifestatie, aan elk orgaan dat je onvoldoende liefhebt, aan elke houding, hoe vervormd ook. Wanneer je alle aspecten oprecht onder ogen ziet, kun je de goddelijke oorsprong ervan vinden. Maar dat is alleen echt mogelijk wanneer je niet langer vergoelijkt, verstopt, ontkent, rationaliseert, projecteert en anderen haat om je zelfhaat maar niet te voelen.

De toestand waar ik het nu over heb, is een gevangenis waarin je lijdt. In deze gevangenis word je echt verstikt en zoek je een uitweg. Het duurt heel lang in de evolutie van de entiteit voor het tot zijn bewustzijn doordringt dat hij een uitweg zoekt uit deze gevangenis; maar als hij zich verbindt aan een intens pad, zoals dit, en het consequent volgt, dan begint dit besef te dagen. Aanvankelijk herken je dit groeiende besef nog niet als de innerlijke toestand waarin je altijd al hebt verkeerd. Ook zie je niet dat je aan deze toestand een einde gaat maken door moedig verder te gaan. Vaak geloof je dat het ‘uiterlijke’ pad, de speciale benadering van dit pad, deze groeiende zelfhaat ‘creëert’. Natuurlijk groeit de zelfhaat niet echt, alleen het bewustzijn ervan groeit; maar het *lijkt* zo vanuit het gezichtspunt van iemand die nog gevangen zit. Zo’n foute waarneming schept soms angst voor en woede tegen dit pad en men klampt zich vast aan de oude illusie dat de pijnlijke gevoelens van zelfverwerping veroorzaakt worden door iets of iemand van buiten. In dergelijke gevallen wordt nog altijd de oude pseudo-oplossing gekoesterd, al is het maar door de twijfels aan jezelf in slaap te sussen door een eenzijdige ‘positieve’ benadering. Als je echter dit kritieke punt op je pad met succes overwonnen hebt en de verleiding om te vluchten met je verstand herkend hebt voor wat zij is,

dan is het besef van deze speciale strijd al een bevrijding. Maar zolang je de indruk hebt dat je gebrek aan vrijheid je door factoren van buitenaf wordt opgelegd, door mensen of omstandigheden, is je strijd tevergeefs en trek je in feite de ketens alleen maar strakker aan.

We komen nu bij een ander aspect van dit probleem, dat ik onlangs in een kleinere setting met enkele van mijn vrienden besproken heb. Ik zei toen dat dit nieuwe aspect nu voor jullie allen een belangrijke stap op het pad is waar jullie dieper op in moeten gaan. De meeste van jullie hebben op dit moment inzicht nodig in wat ik nu ga zeggen. Het zoeken naar bevrijding en het verlangen naar vrijheid is op heel wat verschillende manieren door ons besproken. Wanneer je rebelleert tegen autoriteitsfiguren, geloof je dat je door je rebellie vrijheid verkrijgt. Wanneer je verontwaardigd protesteert tegen iedere frustratie die het leven op je weg brengt, geloof je dat je echt vrij zou zijn als er maar geen frustraties waren. Je bent dus woedend om wat je naar jouw idee door autoriteiten of door frustraties wordt aangedaan.

Nu wil ik een overeenkomstige, verwante reactie belichten en dat is je aangeboren rebellie tegen alle grenzen of structuur, tegen alles wat je als beperking ervaart. Ik zeg jullie hier, vrienden, dat structuur en grenzen deel uitmaken van de liefdevolle schepping. Zij bestaan - op een of andere manier - in ieder facet van de werkelijkheid. Als er geen wetten en grenzen waren, zou de wereld uiteenvallen in chaos en vernietiging. Waardoor blijven de planeten in hun baan zodat ze niet op elkaar botsen? Door wijze wetmatigheid, door grenzen en structuur. Geen organisatie in het universum, klein of groot, op planetair niveau of in het minuscule, geen gemeenschap van levende entiteiten kan bestaan zonder structuur, wetten en grenzen, die hier of daar sommige individuen lijken te beperken. Zo lijkt het tenminste eerst, maar in werkelijkheid is het niet zo.

Het is van groot belang, vrienden, dat jullie onder ogen gaan zien waarom jullie zo kwaad zijn over dit levensfeit. Waarom zijn jullie zo wantrouwend dat je nauwelijks open staat voor de mogelijkheid dat wetten, grenzen, structuur, regels - hoe je het ook wilt noemen - uit waarheid en liefde voortkomen in plaats van uit vijandigheid en een wens om je te dwarsbomen. Naast ervaringen uit je kindertijd, of je interpretatie daarvan, is de echte reden dat je de tirannie van je eigen lager zelf wantrouwt, dat zelfzuchtig en wreed wil regeren. Door dit aspect te verbergen ga je het naar buiten projecteren, zodat je aanneemt

dat alle regels en wetten, alle beperkingen en grenzen uit een gebrek aan liefde voortspruiten. Wanneer je liefde met toegeeflijkheid identificeert en frustratie met haat, dan ben je voortdurend in verwarring, vervorm je de werkelijkheid en ben je blind voor de grootsheid van de schepping.

Structuur en wetten kun je in ieder liefdevol aspect van de schepping aantreffen. Kijk naar het leven van dieren, van vogels of mieren bijvoorbeeld. Dieren die vrij in de natuur leven, gehoorzamen de structuur van de hoogste schepping evenwichtig en met gemak en tederheid. Zij sluiten zich bij de structuur aan en ademen en ontplooien zich met grote vrijheid in deze structuur. Het is een eigenaardige uiting van de mens dat hij boos rebelleert tegen structuur, die hij interpreteert als een hem vijandig verschijnsel. Dit heeft enerzijds te maken met zijn eigen ontwikkelingsniveau en het ritme van zijn groeiend bewustzijn en anderzijds evenzeer met de impulsen van zijn lager zelf.

Er zijn natuurlijk grenzen, wetten en regels in jullie wereld en in de menselijke omstandigheden, die een directe uiting zijn van het beperkte bewustzijn van de mens zelf. Bijvoorbeeld het eerder besproken conflict dat voortkomt uit het gebruik van valse middelen om gehoor te geven aan de drang om van jezelf te houden, en evenzeer uit de valse middelen om gehoor te geven aan de drang om vrij te zijn. Want vrijheid en liefde zijn onscheidbaar. Je kunt niet vrij zijn zonder lief te hebben en je kunt niet liefhebben zonder vrij te zijn. Dus ben je onvrij wanneer je niet liefhebt; je bent dan gevangen in het conflict dat ik zo-even noemde. Je gaat tegen deze gevangenis, tegen dit gebrek aan vrijheid tekeer. Je leven is vol frustraties, waarvan vele zich innerlijk en sommige zich ook als uiterlijke scheppingen voordoen. Het is duidelijk dat deze inbreuk op je vrijheid en deze beperkingen niet noodzakelijk zijn in de strikte zin van het woord. Zij zijn geen onlosmakelijk onderdeel van de schepping in haar goddelijke realiteit. Het zijn obstakels die jij jezelf zonder het te weten in de weg legt. Zij zijn van een andere orde dan de wetten die het leven in stand houden. Toch zijn je rebellie en je reacties van woede tegenover beperkingen niet alleen misplaatst, maar door je misplaatste reacties worden frustratie en beperkingen zelfs nog groter. Daarom moet je een nieuwe reactie ontwikkelen.

Eerst moet je de twee soorten grenzen gaan onderscheiden: liefdevolle, zinvolle grenzen (of deze nu kosmisch of menselijk zijn) en grenzen

die je zelf schept door dwalingen en verkeerde waarnemingen. Wanneer je beide duidelijk herkent, is het veel gemakkelijker het eigenzinnige tirannieke kind een heropvoeding te geven en ben je in staat beide soorten grenzen met liefde te accepteren. De eerste door het inzicht in de zin die erin besloten ligt, de tweede door het inzicht in je eigen beperkingen uit het verleden en zelfs uit het heden waardoor ze zijn ontstaan. Je kunt ze gebruiken om jezelf en de universele wetten beter te begrijpen. Door je zo bij de zelf geschapen grenzen *aan te sluiten*, overstijg je ze op de meest zinvolle manier. Al spoedig zal de frustratie een nieuwe deur naar de vrijheid worden en wat eerst een inbreuk op je vrijheid leek, wordt dan een gelegenheid om te groeien en vrijer te worden.

Vaak bevind je je in een positie waarin je rebelleert tegen je eigen strakke structuur, tegen de structuur van je valse behoeften; de behoefte om altijd aan je neigingen toe te mogen geven bijvoorbeeld. Nogmaals, zolang je ertegen vecht, trek je het net alleen maar strakker aan. Pas wanneer je je rebellie laat varen en je open opstelt met je verstand en je innerlijke voelsprieten, zodat je kunt begrijpen waar je strijd echt om gaat, pas dan zul je inzien wat je eigen strakke structuur echt betekent. Door de structuur van je eigen schepping met zijn eigen innerlijke logica en wetten tijdelijk te accepteren, kun je ervan loskomen, kun je er bovenuit groeien en kan het zelfs een kwestie van kiezen worden.

Voortdurend zie je over het hoofd dat je een enorme vrijheid hebt om te kiezen *hoe je denkt, interpreteert en reageert in iedere situatie*. Je begrijpt maar niet dat je door deze keuze de macht hebt om omstandigheden te scheppen en te veranderen. In plaats daarvan ben je druk bezig van anderen te eisen, dat zij voor jou de omstandigheden creëren die je zelf niet schept door een andere gedachtegang te kiezen.

Het is uiterst belangrijk dat jullie deze ideeën begrijpen, lieve vrienden. Want maar al te vaak zet je deze onnodige worsteling voort. Hoe meer je rebelleert tegen wat geen rebellie vraagt en niet onder ogen ziet wat het is in jou waardoor je jezelf beperkt, hoe minder je voor jezelf ware liefde en bevrijding kunt vinden waar je van nature naar snakt.

Naarmate je de strakke structuur accepteert en herkent voor wat zij is - het resultaat van je beperkte denken - gaat je vrijheid verder reiken. Maar dit gebeurt niet door te rebelleren tegen de noodzakelijke uiterlijke grenzen, tegen de schijnbare beperkingen. Vrijheid komt

voort uit een intelligente erkenning van de structuur en uit de keuze deze te accepteren. Deze keuze maak je niet uit angst en zwakheid, afhankelijkheid en onderwerping; het is ook geen rebellie van de innerlijke tiran die van geen rede en wijsheid wil weten. Je maakt die keuze met je innerlijke wil om de waarheid en betekenis van de strakke structuur van dit moment te zien en haar op die gronden liefdevol te accepteren, zelfs al *lijkt* ze eerst je persoonlijke verlangens beperkingen op te leggen. Dit is een daad van liefde en vrijheid. De eerste twee alternatieven zijn duidelijk liefdeloos en onvrij. Het zijn geen bewuste keuzes, maar blinde, automatische reacties en hierin ligt het zaad van haat, wantrouwen, verdenkingen, zelfzuchtig eisen en een bezoedeling van de waarheid.

Er komt een tijd dat je gaat merken dat de uiterlijke beperkingen van je vrijheid gestaag afnemen. Zonder in kinderlijke woedeaanvallen en blinde rebellie te vervallen kun je deze beperkingen oplossen. Om de reikwijdte van je vrijheid zo steeds verder te vergroten is het noodzakelijk eerst te ontdekken hoe vaak je reacties totaal misplaatst zijn. Dan kun je een verstandige reactie ontwikkelen in plaats van een blinde reactie. Deze verstandige, bewuste, onderzoekende, objectieve en heel oprechte speurtocht naar de waarheid in deze speciale omstandigheden vervult je onmiddellijk met het zelfrespect dat zich nooit kan ontwikkelen als je de weg volgt van blinde eigenzinnigheid en beschuldigende woede als niet aan de eisen van deze eigenzinnigheid wordt voldaan. Door je hart en je verstand te openen kun je liefhebben en vrij zijn, kun je in waarheid zijn en zo jezelf vertrouwen en respecteren. Dan zie je welke grenzen, beperkingen en regels zinvol zijn en welke niet. Dan schep je omstandigheden die de zinloze beperkingen onnodig maken en sluit je je mild en liefdevol aan bij de beperkingen die je zinvol vindt. Je accepteert ze zelfs wanneer dit eerst tijdelijk in jouw nadeel lijkt. Deze open en intelligente geesteshouding kun je veel sneller bereiken dan je denkt, als je je bewustzijn maar verruimt en deze mogelijkheid toelaat.

Vrijheid is niet wat een klein kind zich daarvan voorstelt: helemaal geen grenzen, altijd de weg van de minste weerstand volgen. Dat is de grootste slavernij die je je maar kunt denken. Niets is minder vrij. Met die houding ben je voortdurend afhankelijk van iets wat niet mogelijk is, hoezeer je daartoe ook dwang uitoefent, manipuleert en vleit. Je wordt de slaaf van iets irreëels en wordt door de realiteit afgestraft.

Lieve vrienden, ik raad jullie allen nu een kleine opdracht aan die je in je zelfobservaties en je dagelijkse terugblik kunt opnemen. Als je merkt dat je rebelleert - ook al probeer je daar allerlei verklaringen en rechtvaardigingen voor te vinden - vergeet dan even de kwestie zelf met al zijn voors en tegens, maar ga liever *je aandacht richten op je gevoelens*. Voel je je opstandig? Reageer je blindelings? Sta je open voor andere overwegingen? In wat voor gemoedstoestand verkeer je? Door deze vragen krijg je de duidelijkste antwoorden die je nodig hebt en kun je onmiddellijk bepalen of je je nu in een staat van liefde bevindt of van haat. Dan kun je je verder afvragen - door te vergelijken en na te denken - hoe je je nu echt voelt als je in een staat van liefde bent en hoe dit verschilt van deze rebelse, blinde toestand waarin je je nu bevindt?

Wanneer je in een staat van liefde bent, onderwerp je je niet. Onderwerping is, in het kader van dit onderwerp, de prijs die je wenst te betalen voor de hoop dat je door middel van anderen van jezelf kunt gaan houden en voor een welwillende autoriteit die je wilt behagen om toestemming te krijgen grenzeloos aan je neigingen toe te geven. Voor dit onmogelijke doel offer je je vrijheid en integriteit op en geef je vervolgens de buitenwereld de schuld van de gevolgen. Je verbergt je ware motieven voor je onderwerping door de schijn op te houden dat je dit doet omdat je onschuldig en goed bent en dat je enige probleem is dat je nog niet hebt leren rebelleren en haten.

In een staat van liefde en vrijheid onderzoek je en overweeg je de situatie in alle openheid en vervolgens *kies* je op grond van de waarheid die je op deze manier in staat bent te begrijpen. De keuze is totaal vrijwillig. Wellicht kies je er dan voor je bij een bepaalde inbreuk op je vrijheid aan te sluiten en deze te accepteren. Met deze geesteshouding is je keuze iets heel anders dan onderwerping. Het maakt je sterker, vrijer, liefdevoller voor jezelf en anderen en het maakt je open voor de omstandigheden die in deze kwestie gelden. Of je verwerpt de inbreuk op je vrijheid en komt duidelijk, wijs en verstandig voor jezelf op, met inzicht in de diepere betekenis van deze keuze. Nogmaals, dit kun je nooit verwarren met blinde opstandigheid, met de valse soort vrijheid, maar het is een even creatieve daad als het accepteren van de beperking in andere omstandigheden.

Jullie bereiken allen een nieuwe staat van bewustzijn waarin voor deze oude blinde reacties geen plaats meer is. In het verleden, toen ze nog

niet zo'n verouderd patroon vormden en daarom minder afweken van je huidige staat, zou je je niet zo ongemakkelijk gevoeld hebben als je je nu voelt, wanneer je oudergewoonte blindelings vervalt in reacties op jezelf en je omgeving die in je huidige ontwikkeling afgedaan hebben. Je bent niet langer in een staat waarin je jezelf moet blijven haten als je niet altijd volmaakt bent. Je bent al zo ver dat je aspecten van je lager zelf werkelijk onder ogen kunt zien en meer in contact komt met je liefde voor jezelf. Je hoeft niet meer blindelings tegen anderen te rebelleren en hen te haten, als zij iets doen wat op dat moment in jouw nadeel lijkt of onwelkom voelt. Je bent niet meer in een staat waarin je geen kleine frustraties kunt verdragen. Je bent al zo ver dat een kleine frustratie een opstapje naar vrijheid en expansie voor je kan worden. Denk hierover na, vrienden. Laat die gespannen, automatische reacties op zo vele terreinen vallen.

Voordat ik deze speciale boodschap aan jullie beëindig, wil ik nu een staat van groeiende liefde bespreken die je als gevolg van je padwerk zeker zult tegenkomen en die je moet begrijpen voor wat zij is. Natuurlijk zal het steeds vaker gebeuren dat je je van binnenuit opent en dat je hart in liefde klopt: liefde voor anderen om je heen, voor de schepping en voor de schoonheid van de schepping. In deze staat ervaar je natuurlijk een intens genot dat je hele wezen doorstroomt. Als de liefde voor jezelf nog niet vast in je geworteld is, schrik je op zulke momenten terug en merk je dat je niet in staat bent om deze staat van liefde te verdragen omdat zij te extatisch is. Diep in je verkondigt een stemmetje van zelfhaat nog steeds dat je het niet verdient. En onwillekeurig, bijna als een ongenode reactie op een uiterlijk niveau, sluit je je voor deze staat af. Wanneer je in deze strijd tussen ja en nee van je ziel de liefde van het universum zich steeds meer in je voelt uitbreiden, terwijl de liefde voor jezelf nog niet helemaal stevig in je geworteld is, kunnen bepaalde angsten in je opkomen. Angst voor de dood, angst voor ziekte, angst om te verliezen wat je het liefst is. Dan neem je misschien weer je toevlucht tot de oude, grauwe toestand om je veiliger te voelen en minder bang voor verlies.

Nu is het heel belangrijk, vrienden, om deze verschijnselen te herkennen voor wat ze zijn. Wanneer je niet van jezelf houdt en daarom anderen haat om je zelfhaat te ontkennen, wanneer je tegen anderen rebelleert en onmogelijke valse vrijheden wenst, dan is de ervaring van diepste liefde voor en van het universum ondraaglijk en komt er een valse angst in je op. Je kunt fysieke verschijnselen ervaren, zoals ik al

eerder zei. Er zijn allerlei manieren waarop hetzelfde syndroom zich in iemands leven kan voordoen. In welke vorm dan ook, er komt een hernieuwde drang naar zelfdestructie op in deze overgangsfase waarin een groter vermogen tot liefhebben, voelen en waarnemen is gegroeid, maar nog resten zelfhaat zijn achtergebleven omdat je er nog steeds belang bij hebt je te verbergen.

Op dit punt wil ik jullie een heel specifieke meditatie aanraden waarin je aan de hoogste krachten in en om je vragen stelt op precies die gebieden die in deze lezing besproken zijn. Waar en hoe haat je jezelf? Waar en hoe projecteer je deze zelfhaat op anderen waardoor je hem nog vergroot? Waar verhinder je jezelf vrij te zijn door een kinderlijke ontkenning van grenzen en structuur, van wetten en regels, op kleine en grote punten? En waar voel je van binnen dat je niets waard bent? Waar en hoe houd je van je ziel, je mentaliteit, je lichaam? Ga diep in de meditatie waarin je jezelf laat weten dat je goddelijk bent, dat je jezelf ten volle onder ogen moet zien in alle aspecten en dat je alleen daardoor het gevoel van goddelijkheid vergroot. Laat jullie bewustzijn zich voegen naar de goddelijke wil om jezelf lief te hebben; jezelf lief te hebben zonder aan al je neigingen toe te geven, zonder je lager zelf te vergoelijken maar het te zien zoals het is, en je prachtige structuur lief te hebben, je incarnatie lief te hebben, alles om je heen lief te hebben, zelfs dat wat op de een of andere manier een inbreuk op je lijkt te maken. Herken de les die erin besloten ligt en ga ervan houden. Dit is de boodschap en de lezing van vanavond.

Nu zegen ik jullie allen, ieder afzonderlijk, met het gouden licht van de Christus, met de eeuwige kracht van liefde, van waarheid en van schoonheid. Wees erdoor omhuld, adem erin, weet ervan en leef ernaar.”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1976
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Some Aspects in the Anatomy of Love'.
Vertaling door Lidewij Frijlink in 1983; herzien in 2000 door Wil Claessens.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*

240/16