Verlangen naar en vrees voor nabijheid: een menselijk dilemma

23 november 1965
lezing 138

"Gegroet, liefste vrienden. Zegeningen voor deze bijeenkomst en voor iedere stap en inspanning bij jullie groei en ontwikkeling. Moge ook deze lezing weer een steentje bijdragen aan jullie weg om jezelf te worden, jezelf te verwezenlijken.

De grootste strijd, het grootste conflict van de mens is zijn verlangen om isolement en eenzaamheid te overwinnen, terwijl hij tegelijkertijd bang is voor relaties en voor intiem contact met een ander mens. Die strijd is zo heftig omdat zowel het verlangen als de angst vaak even sterk zijn, zodat de mens in tegengestelde richtingen wordt geduwd en getrokken. Dit veroorzaakt enorme spanning. Het isolement veroorzaakt zo'n lijden dat hij altijd zal proberen dit isolement te overwinnen. Als die pogingen dan lijken te slagen brengt de angst voor dit succes hem ertoe zich terug te trekken en de ander van zich af te duwen. En zo gaat dat maar door. De mens bouwt steeds maar barrières tussen zichzelf en anderen en verbreekt die dan weer.

Laten we iets meer van deze strijd trachten te begrijpen, vrienden. Iedereen die zich op een pad als dit bevindt, moet vroeg of laat zijn eigen menselijke, netelige positie in dit opzicht onderzoeken. Alle stoornissen, tegenstrijdigheden en lijden kunnen onder deze simpele gemeenschappelijke noemer worden samengebracht; het komt uiteindelijk allemaal op deze strijd neer. De destructiviteit van de mens en zijn hardnekkig vasthouden daaraan vormen niet alleen de barrières

die hem afgescheiden houden, maar dienen tegelijkertijd ook om die barrières in stand te houden.

Wat is zo angstwekkend aan nabijheid, terwijl het tegelijkertijd zo'n uitdaging vormt? Dit is een heel belangrijk onderwerp, vrienden. Veel aspecten en fragmenten hebben we hier en daar al eerder besproken. Het is nu noodzakelijk om deze menselijke strijd nog uitvoeriger en duidelijker te onderzoeken.

De relatie van de ene mens met een ander kan alleen slagen als hij door zijn diepste wezen gemotiveerd wordt, als de relatie niet alleen bepaald wordt door zijn verstand en door zijn wil. Het verstand en de wil kunnen de problemen niet oplossen van het fijngevoelig evenwicht tussen jouw zelfexpressie en tegelijkertijd de ander toe te staan zichzelf uit te drukken. Omdat er geen regels kunnen worden gesteld omtrent het ritme en de wisselwerking in deze wederkerigheid, kan het gewone verstand niet met deze vraag omgaan; alleen het innerlijke, wijzere, intuïtieve zelf is voldoende uitgerust om hiermee om te gaan. Het gewone verstand kan geen evenwicht vinden tussen voor jezelf opkomen en toegeven, tussen geven en ontvangen, tussen actieve en passieve deelname. Dit alles berust op een heel gevoelig evenwicht dat nooit op een voorgeschreven manier kan worden vastgesteld of worden voorgeschreven. Het gewone verstand kan alleen maar voorschrijven, van te voren bepalen, mechanisch denken. Het bedenkt regels en wetten. Het is niet intuïtief en flexibel genoeg om het moment te laten komen zoals het komt en er dan op een passende manier op te reageren. Daarvoor moet de kern van zijn wezen in actie komen. Dan ontstaat er een spontane en passende relatie.

Wanneer een mens niet met zijn diepste wezen in contact is, kan hij op geen enkel gebied van het leven dat creatieve antwoorden vraagt, goed functioneren, noch kan hij in contact zijn met het diepste wezen van een ander mens. En dit is wat uiteindelijk werkelijk een verbinding aangaan betekent. Dit is nabijheid die isolement uitsluit, dit is de intieme uitdrukking van een relatie die danst in de levensstroom en die levendige vrede geeft. Al het andere brengt spanning, moeite en moeizame discipline met zich mee die je weerhouden open te staan voor de grote vrijheid en vreugde van intimiteit.

Zoals jullie al weten is de mens erg bang voor zichzelf. Hij zal alles doen om maar niet naar zichzelf te hoeven kijken. Alleen als hij een

bepaalde weerstand en moeilijkheid overwonnen heeft, zal hij inzien dat zijn angst ongegrond was en pas dan voelt hij zich opgelucht. Dan ervaart hij zich echt levend, omdat hij op zo'n moment contact maakt met zijn diepste wezen. Wanneer hij dit probeert te vermijden, is echt contact met anderen onmogelijk. En jullie weten ook dat je dit vermijden op allerlei manieren kunt doen. De mens kan zijn controle niet loslaten en zichzelf geen vrijheid toestaan (en dat is noodzakelijk om van binnenuit te kunnen reageren) als hij niet eerst contact heeft gemaakt met zichzelf, als hij zich niet ieder moment opnieuw bewust is van wat hij werkelijk wil en voelt.

Waarom is deze angst, angst voor zichzelf en angst om contact met anderen te maken, zo groot? In wezen is deze angst te wijten aan de destructieve bedoelingen van de mens, aan *zijn weigering zichzelf aan het leven te geven.* Welnu, vrienden, ook dit kun je weer op talloze manieren doen. In de loop van dit padwerk zijn veel van mijn vrienden juist deze houding diep in zichzelf tegengekomen. Als de mens echt bereid was te geven wat hij is, niet alleen wat hij in potentie is, maar wat hij al waargemaakt heeft, *als hij bereid zou zijn om dit beste wat in hem is aan het leven te offeren, als dit zijn vooropgezette doel was, dan zou hij niet met zichzelf en daarom ook niet met het leven in conflict zijn.* Want ieder van jullie heeft zoveel mogelijkheden, zoveel prachtige middelen die jullie verwaarlozen of waarvan je het bestaan alleen maar vaag vermoedt. En zelfs als je er weet van zou hebben dan zou het nog niet in je opkomen om deze vermogens aan het leven te offeren. Maar wanneer je dat eenmaal bewust wel gaat doen dan gaat er iets gebeuren. Een grote innerlijke beroering komt dan op gang. Jullie hoeven hier niet bang voor te zijn, want het gebeurt allemaal op een prachtige, harmonieuze manier.

Op het moment dat iemand, die tot dan toe geïsoleerd heeft geleefd en daarbij zijn mogelijkheden voor zichzelf heeft gehouden, ineens zou overstappen en deze vermogens in dienst zou stellen van het leven en zich zou ontwikkelen naar een nieuwe toestand waarin hij welbewust het beste dat in hem is aan het leven zou wijden, dan zou de innerlijke zowel als de uiterlijke verandering in zijn ervaringen zo drastisch zijn dat het met geen pen te beschrijven zou zijn. Wat eerst moeilijk, inspannend, angstig, kleurloos en eenzaam gezwoeg was gaat nu gemakkelijk, vanzelf, ontspannen en is veilig en helder. En zo iemand zou dan heel diep voelen dat hij één is met de wereld en met het hele scheppingsproces.

Totdat deze verandering plaats vindt, blijf je rondtollen in de draaikolk van verlangens en angsten. En dat is een diepe kwelling. De ene keer is je verlangen, de andere keer je angst sterker. Het gevolg is altijd problematisch en pijnlijk, beladen met conflict en zonder vrede, want je duwt en trekt in tegengestelde richtingen. Op het moment dat je de overstap maakt die ik zojuist heb beschreven, valt alles vanzelf op zijn plaats. Dit is de echte sleutel. De strijd tussen verlangen naar en angst voor nabijheid met anderen, evenals tussen verlangen naar en angst voor intiem contact met je eigen diepste zelf kan nooit gewonnen worden door via denken ertoe te besluiten één van deze twee mogelijkheden op te geven. Zo werkt dat niet. Die strijd kan alleen worden opgelost als je een einde maakt aan negatieve en destructieve doeleinden, als je het beste wat je te bieden hebt vol vreugde aan het leven schenkt. Alleen dan ervaar je werkelijk dat je van het leven niets te vrezen hebt *behalve je eigen destructiviteit*. En als je dat opgeeft, heb je de sleutel tot het leven gevonden.

Besteed iedere dag een paar minuten aan gedachten als: “Ik wil me wijden aan het leven met alles wat ik nu al ben. Ik wil dat het leven bewust gebruik kan maken van het beste wat ik heb en ben. Ik weet op dit moment niet zeker op welke manier dit kan zijn, maar zelfs al heb ik daar ideeën over wil ik me toch laten leiden door de grotere intelligentie en wijsheid die diep in mij is. Ik wil het leven zelf laten uitmaken op welke wijze een vruchtbare uitwisseling tussen ons - het leven en mij - kan plaats vinden. Want wat ik ook te geven heb, ik heb het eerst van het leven ontvangen en ik wil het laten terugkeren naar de grote kosmische bron zodat het nog meer goeds teweeg kan brengen. Dit zal dan in precies dezelfde mate als ik bereid ben eraan te geven, en het zal op zijn beurt mijn eigen leven weer verrijken, want het leven en ik zijn één. Dus wat ik het leven onthoud, onthoud ik aan mijzelf. Wat ik anderen niet geef, geef ik ook niet aan mezelf. Dat wat ik al ben wil ik niet vast houden, wil ik vrij laten stromen in het leven. En van al datgene wat nog meer benut zou kunnen worden, van al datgene wat nog wacht om verwezenlijkt te worden, vraag ik met heel mijn hart dat het opbouwend gebruikt mag worden, zodat de atmosfeer rondom mij verrijkt wordt.”

Als je zulke gedachten bewust en oprecht meent, dan lossen de problemen zich ongetwijfeld vanzelf op, dan komt er een eind aan de pijn en dan worden er oplossingen gevonden - oplossingen voor problemen die eerst onoplosbaar leken. Dat kan ik jullie beloven,

vrienden. Deze beloften, evenals alle andere die ik ooit heb gedaan, zullen in vervulling gaan. Het zal echt waar blijken te zijn. Als je echter innerlijke afkeer, een nee-stroom of een weerstand voelt wanneer je zulke woorden uitspreekt, dan weet je wat er verantwoordelijk is voor je problemen, voor de pijn van je isolement of voor de pijn die je voelt in je contact met andere mensen. Want die twee zijn dezelfde. *Het lijden aan je isolement is net zo problematisch en pijnlijk als je angst voor relaties*. De pijn van je isolement is even groot als je gevecht ertegen. De sleutel ligt in het verlangen om aan het leven te geven wat je al bent en wat je nog meer zou kunnen zijn. Als je dit verlangen volgt, laat je vanzelf los en breng je méér verborgen mogelijkheden tot vervulling dan je je op dit moment, terwijl je nog steeds in pijnlijke afzondering verkeert, ooit zou kunnen voorstellen.

De beste manier om in deze harmonie te verkeren, is in de eerste plaats bewust een beroep te doen op de krachten binnen in je. Wanneer je *weet* dat deze krachten bestaan, ook al heb je ze nog niet volledig bewust ervaren, dan zullen, door jouw kennis van de waarheid en het bewust uitspreken van deze waarheid en het feit dat je jezelf opent voor de verwerkelijking ervan, deze krachten op allerlei, door jou gekozen wijzen geactiveerd worden.

De tweede mogelijkheid om tot deze harmonie met jezelf, het universum en andere mensen te komen, is om diep in je een houding aan te kweken die samengaat met de hogere krachten die al in de kern van je wezen aanwezig zijn. Daarop afgestemd zijn betekent dat je echt opbouwend bezig bent in je pogingen, in je doelstellingen en in al je verlangens. Als je iedere situatie in het leven eerlijk en met openheid tegemoet treedt, in plaats van oppervlakkig zoals je gewoonlijk doet, dan vallen onbewuste destructieve bedoelingen weg. Door maar oppervlakkig aandacht aan je levenssituatie te besteden, zie je vaak het feit over het hoofd dat het doel dat je jezelf stelt maar bijkomstig is, terwijl je werkelijke doel destructief is. Dit kan heel subtiel zijn maar niettemin komt het heel vaak voor en heeft het dikwijls een grote invloed. Als je goed kijkt naar wat er gaande is zul je dit inzien. Door zo met de dingen om te gaan en je volle aandacht aan ieder aspect ervan te geven, aan jouw relatie ermee en je echte gevoelens en verlangens die ermee in verband staan, ontdek je hoe je houding werkelijk is en hoe die meer opbouwend, oprechter, eerlijker kan zijn. Als je die houding benadrukt dan kunnen jij - je uiterlijke zelf - en de goddelijke krachten in je tezamen werkzaam worden.

Er zijn mensen die zich alleen maar op één van deze twee benaderingen toeleggen. Sommigen concentreren zich alleen op het activeren van de verborgen krachten, anderen leggen meer de nadruk op zichzelf en hun destructiviteit, met de bedoeling om dit laatste uit de weg te ruimen. Beide benaderingen hebben hun waarde, maar als het ene wordt nagestreefd zonder het andere te onderzoeken dan zullen de resultaten toch beperkt zijn. Want het is zo gemakkelijk om over het hoofd zien wat er gaande is: in het eerste geval is er sprake van negativiteit, in het tweede geval is er gebrek aan bewustzijn van de positieve mogelijkheden; in beide gevallen is er sprake van een belemmering. *Het meest doeltreffend is de combinatie van beide benaderingen.* Als je ze beide echt onderzoekt en tegelijkertijd oprecht verlangt dat jouw leven en jouw wezen, met al het goede dat in je is, aan het leven bijdraagt en het rijker maakt, zul je zien dat er een geweldige kracht in jezelf werkzaam wordt. Dan ervaar je werkelijk de vrede, de veiligheid en levendigheid die het gevolg zijn van het activeren van je innerlijk wezen. Met dit alles activeer je je innerlijke zijn.

Zie je, vrienden, er bestaat nog een barrière tegen het verlangen om met heel je wezen aan het leven bij te dragen en dat is de ingeroeste vergissing dat jij, als je aan het leven geeft, jezelf tekort doet. En omgekeerd, dat je alleen maar rijker kan worden en recht kunt doen aan je eigen plezier, aan je verlangens en belangen als je grijpt en graait en slechts op je eigen voordeeltjes uit bent. Deze ingewortelde overtuiging stuurt en motiveert jullie tot op zekere hoogte allemaal. Precies vanuit deze overtuiging ontstaan je moeilijkheden en frustraties, omdat de onwaarheid van die overtuiging maakt dat je handelt, denkt en voelt en je gedraagt op een manier die schadelijk is voor het leven, voor anderen en daarom, onvermijdelijk, ook voor jezelf. Omdat je je niet bewust bent van de kracht van die verkeerde overtuiging en bovendien niet weet dat het een verkeerde overtuiging is, begrijp je niet waarom het niet werkt. Je raakt steeds meer in verwarring, steeds meer verstrikt in een keten van negatieve reacties waarvan je de aard en de betekenis niet begrijpt.

Niets is meer onwaar dan deze overtuiging: dat het gaat om jou tegenover de ander. Daarom raad ik jullie aan te mediteren, waarbij je vooral gaat onderzoeken in welk opzicht en in welke mate je deze verkeerde opvatting er op na houdt. Als je je eenmaal volledig bewust bent geworden van het bestaan ervan en inziet hoezeer dit je beheerst, dan raad ik je aan over deze woorden na te denken. Probeer ze te

begrijpen en te zien vanuit een nieuw gezichtspunt. Probeer op dit niveau van je wezen tot het besef te komen dat je alleen tot deze ervaring kan komen door je verlangen om aan het leven bij te dragen en dat geen enkel genot, wát je ook maar kunt bedenken, jou ontzegd hoeft te worden. Want dan zal je hele psyche constructief gericht zijn; en omdat je geactiveerd en gemotiveerd wordt door constructiviteit zal de grootste verrukking je ten deel vallen. Dan word je niet door zelfzucht of een andere destructieve houding geleid, noch door isolement, noch door 'ik tegenover de ander', maar door 'ik en de ander'. Als je wezen gericht is op 'ik en de ander' is er geen conflict meer tussen geven en ontvangen. Dan is er geen weigering meer om aan het leven bij te dragen en als gevolg daarvan zullen verdriet en lijden, isolatie en conflict, schuld en frustratie verdwijnen. Dan is er niet langer de verschrikkelijke strijd waarin de mens maar blijft lijden aan zijn geïsoleerd bestaan, waarin hij wil uitreiken en toch op het moment waarop hij dat doet duwt hij weer van zich af. Juist op het moment waarop hij een barrière afbreekt omdat het lijden van zijn isolement ondraaglijk wordt, bouwt hij alweer nieuwe barrières op omdat zijn angst hem overweldigt. Deze angst is het gevolg van de negatieve en onjuiste overtuiging dat hij zichzelf moet beschermen wil hij niet vernietigd worden. En in die mate dat zijn eigen diepste doelen gedeeltelijk destructief en kwaadaardig zijn, houdt hij deze overtuiging in stand dat het leven hem niet goed gezind is,. Deze vicieuze cirkel van de kwaadwilligheid van het leven en de behoefte van de mens zichzelf tegen het leven te wapenen, kan slechts doorbroken worden als iemand op een gulle manier aan het leven wil bijdragen. Dan alleen zal hij ontdekken dat het leven net zo weldadig is als zijn diepste zelf. Niet meer en niet minder.

De angst voor samen zijn, voor ontmoeting, voor uitreiken, voor intiem contact bestaat zolang de psyche van de mens negatief is ingesteld, negatief gericht is. Lang samen zijn lijkt afschrikwekkend en schijnt een probleem van 'ik tegenover de ander'. Zolang de diepte van zijn psyche de mens angst aanjaagt - en het voelt ook afschrikwekkend als hij negatieve, destructieve doelen najaagt - is vrije zelfexpressie gevaarlijk en is contact met anderen gevaarlijk, moet hij koste wat het kost zien te vermijden zich aan het geluk van eenwording over te geven, want daarin schuilt de dreiging de controle te verliezen. Zolang destructieve doelen je psyche nog bezighouden lijkt het loslaten van controle op doodgaan, lijkt het alsof je jezelf en je zekerheid moet opgeven. Daarom schijnt het opbouwen van barrières om je heen de

enige weg te zijn om je individualiteit te behouden. Dit houdt schijnbaar het 'zelf' intact. De tragedie ligt in het feit dat, zolang er destructiviteit in de psyche bestaat, isolement een gevoel van identiteit geeft en de individualiteit in stand schijnt te houden. Alleen in negativiteit leidt verlies van controle schijnbaar tot dood of tot het verlies van de macht over zichzelf. Met andere woorden, mentale stoornissen zijn een gevolg van dit conflict.

Maar wanneer het in je psyche niet meer gaat om 'ik tegenover de ander', maar om 'ik en de ander' en je daarom niet alleen aan het leven geeft wat je hebt, maar ook wat je bent, dan is er geen angst meer voor verlies van controle. Want dan leidt het verlies van controle juist tot meer controle, in een beter, vollediger en gezonder opzicht. Om het anders te zeggen: een persoonlijkheid met een volkomen constructieve psyche kan haar spontane, ongecontroleerde, vrije expressies volledig vertrouwen. Ze kan zichzelf aan de innerlijke krachten overgeven, zodat een eenheid met de vrij stromende, vibrerende levenskracht ontstaat. Dit *lijkt* alsof daardoor een rechtstreekse beheersing achterwege blijft. En juist door deze daad worden diep in de kern van het zelf opbouwende krachten geactiveerd die er voor zorgen dat het zelf voor altijd beter is toegerust en beter leiding aan zijn leven kan geven zodat het zijn eigen lot op de best mogelijke manier bepaalt.

Met negativiteit in de psyche is het noodzakelijk om het zelf stevig vast te pakken en vast te houden want anders worden het zelf en anderen niet alleen aan de destructieve bedoelingen blootgesteld maar bestaat ook de angst dat deze bij het handelen het heft in handen nemen. Daarom lijkt controle noodzakelijk - en deze controle verhindert een-zijn, verhindert vrije zelfexpressie en ontspannen, vreugdevol leven. Hoe strakker de controle, des te groter het gevaar dat deze onechte, innerlijke beweging juist door de strakheid ondraaglijk wordt, totdat de psyche zichzelf door uitputting in een proces van verregaande zelfvervreemding verliest. Dit verklaart de schijnbare paradox dat het opgeven van controle leidt tot een betere controle terwijl het strakke vasthouden aan controle uiteindelijk tot verlies van controle moet leiden. Alle grote spirituele waarheden lijken oppervlakkig gezien tegenstrijdig. Om de eenheid achter zulke tegenstellingen goed te kunnen zien, is het nodig dat je met je innerlijk wezen luistert en niet probeert alleen met je verstand te begrijpen. De beste manier om de juistheid van dergelijke uitspraken na te gaan is door de waarheid ervan te leven - en dat kan alleen door deze stappen op je pad te blijven zetten.

Velen van jullie, vrienden, staan heel dicht bij deze drempel, bij deze heel belangrijke overgang, waar je het geïsoleerde, egocentrische leven van hebben en grijpen achter je laat, het leven waarin je de hoogste eisen aan anderen stelt en tegelijk bang bent dat anderen zich niet naar jouw eisen zullen voegen en waarbij je ook nog eens bang bent dat ze van jou eisen wat volgens jou gevaarlijk is om te geven. Wanneer iemand nog in deze toestand verkeert, zit hij diep in de problemen. Maar de drempel waar je overheen moet naar de nieuwe, in deze lezing beschreven toestand, is zo dichtbij, vrienden, zo dichtbij en ontzettend gemakkelijk, als je alleen maar deze woorden durft te voelen en jezelf er voor durft te openen. Als je niet alleen je verstand, maar ook je innerlijke wezen met deze woorden laat vullen en oprecht bent in je goede wil om de waarheid van 'ik en de ander' te willen vinden, dan zul je die waarheid ervan gaan ervaren. Je zult dan ervaren hoe veilig, gemakkelijk en blij het leven kan zijn wanneer je afrekent met de zogenaamde noodzaak om negatieve doelen na te jagen, en het leven, anderen en jezelf bijna uit wraak te bedriegen en het beste wat je bent aan het leven te onthouden voor de discutabele 'zekerheid' en 'bevrediging' van die negatieve doelen. Deze negatieve doelen moeten bewust worden gemaakt, zodat je ze duidelijk onder ogen krijgt. Alleen dan begrijp je hun nuttelоosheid en kun je ermee afrekenen. Dan hoef je niet langer te vechten en daardoor te belemmeren wat je het liefste wilt, namelijk de diepe voldoening echt jezelf te kunnen zijn en door een ander mens volledig geaccepteerd te worden, zonder maskers en pretenties, zonder te denken dat je barrières en afscheidings-mechanismen nodig hebt. Als je afrekent met de maskers en de barricades die je je leven lang zo hartstochtelijk hebt opgebouwd, ben je vrij en weet je dat je goed bent zoals je bent. Maar die kennis krijg je alleen als je dat wat al goed in je is aan het leven hebt aangeboden.

'Ik tegenover de ander', dat duidt de hele strijd van de mens aan. Hoe simpel dit ook is, een mens kan deze woorden niet begrijpen als hij niet al een eindje op weg is op een pad dat naar zijn innerlijk zelf leidt. Dan pas weet hij wat deze woorden betekenen. Alleen als hij deze woorden begrijpt en kan bevatten, nadert hij de overgang van deze drempel. Jullie allen, of de meeste van jullie die hier aanwezig zijn, kunnen de eerste stap nu zetten met een heel eenvoudige meditatie waarin je zegt: "Ik besluit de dwaling van het 'ik tegenover de ander' op te geven. Er is helemaal geen conflict, dus ik kan alles van mezelf geven. Ik besluit - en dan niet als vraag maar alleen diep van binnenuit, maar ik besluit - om zonder angst het beste wat ik in me heb aan het leven te geven.

Iedere angst die op de loer ligt is onterecht en ik neem me nu voor om mezelf van deze dwaling te ontdoen en ik wil me over geven aan de goddelijke krachten waarvoor ik me helemaal open stel, in het verlangen de waarheid van 'ik en anderen zijn één' echt te begrijpen, zodat er geen conflict is, zodat ik het beste van mezelf dat ik nu ben, kan geven. Ik laat het over aan die hogere krachten om dit in harmonie en in oprechtheid, zonder druk of inspanning te laten plaats vinden."

Bij ieder die zo mediteert, zal de kracht en het leven, de vrede en het licht toenemen. Alle strijd en leed moeten dan vroeg of laat wegvallen, precies in de mate dat deze houding werkelijk gevoeld en geleefd wordt. Gebruik deze sleutel, vrienden en al het overige zal jullie ten deel vallen. Het is de belangrijkste sleutel die er is en velen van jullie zijn nu echt klaar om hem te gebruiken. Maar gebruik hem alsjeblieft niet alsof het alleen maar om oppervlakkige woorden zonder innerlijke betekenis gaat. Velen van jullie staan nu op het punt waarop je *deze woorden en deze nieuwe instelling echt kunt begrijpen*. En het leven kan dan echt voor jullie beginnen.

De eerste stap zou kunnen zijn dat deze eenvoudige, mooie regel als algemene houding wordt gebruikt, als een manier om het leven als zodanig tegemoet te treden. Als dit eerst als fundamentele levensinstelling beproefd en getoetst wordt, dan zul je daarna in staat zijn het ook op specifieke problemen toe te passen. Ieder probleem kan, als je er goed naar kijkt, teruggebracht worden tot deze simpele gemeenschappelijke noemer: angst om jezelf te geven en het cultiveren van een negatieve, destructieve of, op zijn minst, ontkennende houding tegenover het leven. Dat is de reden waarom het probleem bestaat en zolang dit de boventoon voert, moet het wel een speciaal probleem blijven. Je kunt niet omgaan met bepaalde levenssituaties omdat je jezelf terughoudt en omdat je gelooft in 'ik tegenover de ander'. De gevolgen hiervan zijn dat je door een hele serie negatieve reacties schade oploopt, zodat de schijn wordt gewekt dat het 'ik tegenover de ander' een juiste veronderstelling is. Hoe meer je aan deze veronderstelling vasthoudt, hoe erger je je in dat speciale probleemgebied belemmerd voelt.

Het eigenaardige is dat mensen zich volkomen bewust kunnen zijn van de waarheid en op bepaalde gebieden een positieve, opbouwende levenshouding hebben. Daarom zijn ze op die gebieden vervuld en gelukkig. Er is geen strijd of conflict, alles loopt op rolletjes en een keten van positieve reacties houdt zichzelf in stand (net zoals dat ook gaat met negatieve reacties). Maar tegelijkertijd reageren zij in hun

probleemgebieden op een totaal tegenovergestelde manier op het leven - en zijn zij zich niet bewust van het verschil in hun eigen reactie op het leven en van het feit dat dit de reden is van hun 'bof' of 'pech', van hun vervulling of frustratie. Daarom is zelfconfrontatie en zien wat je werkelijk denkt, voelt en doet van zo'n enorm groot belang. Als je het verschil in houding ten aanzien van diverse aspecten van je leven ontdekt en je ziet het verschil in uitwerking en in ervaring, dan wordt het gemakkelijker voor je om in het probleemgebied om te schakelen van 'ik tegenover de ander' naar 'ik en de ander'. Dan zal het gemakkelijker zijn je weerstand om de sleutel te gebruiken te laten varen, dan is het gemakkelijker om uit de diepten van jezelf het beste dat je bent aan het leven te geven.

Zijn er nu vragen in verband met dit onderwerp?"

VRAAG: Kunt U het onderwerp, dat het vasthouden van controle leidt tot verlies ervan, nog wat verder uitwerken?

"Als het conflict 'ik tegenover de ander' bestaat, moet er wel sterke controle worden uitgeoefend. Deze controle zegt: "Ik moet aan mezelf vasthouden, anders gebeurt er iets schadelijks." Deze controle is op een verkeerde conclusie gebaseerd, hij komt voort uit een dualistische levensopvatting en is daarom schadelijk en beperkend. Je legt er je beste mogelijkheden mee aan banden en verhindert dat het beste wat andere mensen te bieden hebben jou kan bereiken en beïnvloeden. En ook het beste dat in jou is kan er niet uit, kan anderen niet bereiken. Het beste in anderen bereikt jou niet. (Ik zeg dit tegen iedereen.) Deze controle is als een stevige muur die bestaat uit angst en uit geloof in die dualiteit, waarin de mens zichzelf tegen het leven moet verdedigen door het beste dat hij is en kan zijn achter te houden. Hierdoor ontstaat een ondoordringbare muur van vergissingen en verdedigingen. Hoe sterker de controle is, hoe dikker die muur wordt en hoe verder de mens vervreemdt van het beste in zichzelf en anderen, van alles wat waar en werkelijk, levend en gelukkig is. Achter die muur lijdt hij eronder dat hij gescheiden is van het beste van het leven en daarmee ook van het beste van zichzelf.

Wanneer energie voortdurend op een onvruchtbare, nutteloze manier gebruikt wordt, zoals voor het bouwen van muren die het beste van het leven tegenhouden, dan moet er wel een moment komen waarop iemand de controle verliest en daarom niet in staat is met het leven

zoals dat zich voor hem ontvouwt, om te gaan. Hij is niet in staat zijn mogelijkheden te gebruiken omdat hij bijna te bang is om ze te vinden. Maar als hij ze vindt, als hij er zich bewust van wordt, leidt dat op natuurlijke wijze tot een stroom van eenheid waar anderen ook deel aan hebben. Dat is de aard van alles wat goed is. Het goede kan niet op zichzelf bestaan, het moet zich aan anderen meedelen, het sluit altijd anderen in. Dus als iemand bang is anderen in te sluiten en bij anderen ingesloten te worden, is hij wel gedwongen het beste in zichzelf te ontkennen. De waarheid hiervan kunnen jullie allemaal nagaan, wanneer je ook maar het geringste gevoel van angst en ongemak ontdekt alleen al bij het idee dat je het beste in jezelf de kans zou geven te ontluiken. Er is een mechanisme dat dit tegenhoudt, dat het 'veiliger' doet schijnen om dor en onwerkzaam te blijven ten aanzien van aspecten die van nature geneigd zijn zich met het leven te verenigen en anderen in te sluiten. De ironie hiervan is natuurlijk dat een mens zonder deze vermogens zich niet aan het leven kan aanpassen, niet kan omgaan met wat hij in het leven tegenkomt. Daarom moet die controle die hem belemmert en bewaakt tégen het leven, wel leiden tot verlies van controle, (en dat betekent juist: niet in staat zijn goed te functioneren, op welke wijze zich dit ook manifesteert.)

Als je leeft in de 'eenheid van zijn', waar geen of/of bestaat, waar het 'ik en de ander' geldt, dan is er geen conflict tussen geven en ontvangen. Dan bestaat er geen conflict over controle. Als je geen angst hebt om te geven, kan je volledig ontvangen en kom je nooit tekort. Als je bang bent om te geven, kun je niet open staan om te ontvangen. Dat is onmogelijk. Daardoor kom je voortdurend tekort. Daardoor wordt je verkeerde conclusie versterkt, zodat je jezelf nog veel meer gaat afsluiten. Maar als je in waarheid, in éénheid bent, zal je vrijheid - om het leven te bieden wat je bent, je verlangen om het leven te verrijken – *maken dat je je volkomen op je gemak voelt te ontvangen.* Dit kunnen jullie allemaal gemakkelijk vaststellen. Precies in de mate dat je bang bent om van jezelf te geven, voel je je ongemakkelijk als je iets krijgt, ook al wil je het wel graag hebben. Heel subtiel leg je zo naast je neer wat je wordt gegeven. Hoewel het je kinderlijke, zelfzuchtige bedoeling is zoveel mogelijk te krijgen en zo min mogelijk te geven, kan dat niet. Niet alleen omdat anderen geen zin hebben in zo'n oneerlijke handel, maar omdat jij jezelf ervoor afsluit. Je psyche reageert op de wet van de waarheid: wanneer ze weigert te geven kan ze zich dus ook niet openen om te ontvangen. Het is meer dan schuld, meer dan het diepe weten dat je het niet verdient te ontvangen als je

weigert te geven, het is meer dan boete voor deze schuld die je doet weigeren te ontvangen. Het is simpel een kwestie van een wiskundige vergelijking of een natuurkundige wet. Die wetten kunnen niet open gebroken worden, zij dwingen hun eigen orde af. Het is een kwestie van psychische verenigbaarheid. Slechts de psyche die in waarheid is en daarom gemakkelijk en zonder pijn het beste kan geven dat zij is, (en er is verschil tussen geven wat je hebt, inclusief je talenten en geven wat je bent), zal de grote veiligheid en vreugde van deze daad ervaren en kan daardoor in precies diezelfde verhouding gemakkelijk, pijnloos en vol vreugde ontvangen, - totdat geven en ontvangen werkelijk één worden. Wanneer het geen moeite kost te geven, kost het ook geen moeite te ontvangen en is er geen teleurstelling. Wie dat kan, voelt zich niet meer bedrogen omdat hij het leven niet meer bedriegt door achter te houden wat hij is. En dan wordt die strakke, angstige controle overbodig.

De controle die het beste in de mens belemmert, moet daardoor iemand ook belemmeren deze beste, hoogste krachten voor zijn eigen voordeel te gebruiken. Deze krachten blijven onbenut en ze worden zodanig afgedekt dat hun bestaan over het hoofd wordt gezien. Zolang hij in deze toestand blijft kan in de mens, die in principe zelf competent is om te leiden en te inspireren, dat bepaalde aspect niet geactiveerd worden.

Ik wil jullie nu achterlaten met de vraag, de wens en de hoop dat allen die hier aanwezig zijn en zij die deze woorden lezen, de aanwijzingen die ik jullie gegeven heb zullen gebruiken. Gebruik hen zo goed als je kunt. Wil het ook echt! Het zal zo'n helende kracht zijn. Dat wat afgestompt en dood is kan veranderen in een dynamische levens-stroom. Hopeloosheid zal veranderen in stralende hoop, angst in diepe veiligheid en vertrouwen. De beperktheid van je leven zal veranderen in onbegrensde mogelijkheden. Duisternis en isolement zal veranderen in licht, eenheid, gezelschap en intimiteit, in de wetenschap dat je geliefd bent zoals je bent. Eenzaamheid en leegte veranderen in alle opzichten in overvloed.

Vrienden, dit zijn niet louter woorden of een theorie waar je vaag in kunt geloven met het oog op een verre toekomst. Iedere keer als je ervoor kiest de waarheid van deze woorden te toetsen, kun je de geldigheid ervan vast stellen.

Wees in vrede, wees *in jezelf in God*!”

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1965
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'The Human Predicament of Desire for and the Fear of Closeness'
Vertaling door An van Dijk in 1985; herzien in 2001 door Margriet Versteeg.
© Stichting Gemeenschap het Pad. *Uitgave 2009*