Waarnemen, reageren en er uiting aan geven

11 oktober 1968
lezing 166

“Gegroet, vrienden. De universele liefde en kracht behoren jullie toe en jullie maken er deel van uit. Mogen jullie op dit moment over meer liefde en kracht beschikken dan gewoonlijk, opdat je werkelijk profijt hebt van deze woorden en deze avond zodoende een zegen wordt voor je toekomstig levenspad.

Deze lezing is een voortzetting van de huidige cyclus voor diegenen die actief bezig zijn met dit specifieke padwerk en tegelijkertijd een poging om ook de vele nieuwe mensen die hierheen zijn gekomen te bereiken Zij kunnen de lezing dan zo goed mogelijk volgen en er profijt van hebben, hoewel een deel ervan voor hen misschien uit haar verband is.

Het doel van elk levend wezen is om de eeuwige geest te bevrijden. Veel mensen zijn zich hiervan misschien niet bewust, maar dat doet er niets aan af. De last van de korstlagen is zwaar en iedereen voelt dit. Iedereen verlangt naar de helderheid en lichtheid van de geest die diep achter deze lagen schuilgaat, om zo in contact te komen met de ware reden van zijn bestaan. Het padwerk houdt zich heel actief bezig met het vervullen van dit verlangen. Na soms jaren van intensief werken en zoeken, zijn sommigen van jullie nu zover dat zij op twee punten wezenlijk inzicht in zichzelf gaan verwerven. Het oorzakelijk verband tussen deze twee kan worden ontdekt, als je begrijpt, voelt en ervaart wat ik in deze lezing zeg. Je zult dan zeker weten dat je op een heel belangrijke drempel staat.

De levende geest die je bent, die gedurig wacht om zich te ontplooien

in een creatief, vreugdevol leven en welzijn, wordt tegengehouden door verkrampte emoties, door krachtige gevoelens die je niet wilt ervaren. Niet de aard van die gevoelens zelf veroorzaakt de zware, dikke korst, maar het feit dat je hun tijdelijke aanwezigheid in jezelf ontkent. Deze zware massa is de last die je met je meedraagt. Zolang je bang bent om deze massa naar buiten te laten komen, houdt die je in zijn greep. Pas als je je angst hebt overwonnen, kan deze massa oplossen.

Geen enkel mens, geboren in deze beperkte omgeving en onder de op aarde heersende omstandigheden, is vrij van een opeenhoping van krachtige negatieve gevoelens. Er is wanhopige angst, razende woede en een gevoel van totale machteloosheid - allereerst ten opzichte van de wereld die deze angst en dus ook de woede lijkt te veroorzaken, maar ook ten opzichte van jezelf, omdat het ego niet weet hoe het met deze gevoelens moet omgaan. Het bestaan van deze gevoelens ontkennen *lijkt* de manier te zijn om uit deze heikele situatie te komen. Dit *lijkt* de enige uitweg. *Maar hoe meer deze gevoelens worden ontkend, hoe krachtiger ze worden.* Hun kracht wordt zo groot, omdat er geen ruimte is voor de verfrissende waarheid. Het gevolg is dat al deze bedreigende gevoelens steeds meer worden opgeblazen, overdreven en verkeerd begrepen. En dan lijkt het er inderdaad op alsof je gevoelens je in een bodemloze put brengen.

Dit klinkt misschien ongelooflijk voor iemand voor wie dit pad nieuw is, omdat hij de kracht van de gevoelens waar ik het over heb, nog niet heeft ervaren. Maar een aantal van jullie die intensief bezig zijn met dit werk, is zich onlangs duidelijk bewust geworden van dergelijke gevoelens. Dit is vooral het geval sinds sommige nieuwe benaderingen zeer heilzame effecten beginnen te hebben, zodat zelfs diegenen die het meest geblokkeerd waren - misschien zelfs nog na jaren van hard werken - plotseling op de drempel staan van dit gevreesde gebied in zichzelf.

Dit is beslist een enorm belangrijke stap vooruit, zonder welke een werkelijke ervaring van het universele zelf niet mogelijk is. Sommigen van jullie zijn zich misschien nog niet echt bewust van deze gevoelens, maar beginnen in elk geval het bestaan ervan te vermoeden, aan te voelen en zich er ongerust over te maken. Sommigen van jullie beschikken misschien nog niet over de moed om deze gevoelens naar buiten te laten komen, zoals sommige anderen al wel hebben gedaan.

Zoals het uiten van gevoelens leidt tot het ervaren van nieuw leven, tot een sterke ontwikkeling van nieuw spiritueel leven, zo heeft het vermijden van dit gevreesde gebied rampzalige gevolgen; het verlamt je beste vermogens. Als je deze gevoelens uit de weg gaat, kan de eeuwige, levende, ademende geest die je bent en van waaruit al het goede onbeperkt je hele wezen en je hele leven binnenstroomt, zich niet echt openbaren. Je spirituele zelf heeft alle macht. Maar dat zelf kan zich niet manifesteren als je bang bent voor ook maar een onderdeel van het innerlijk organisme en dat binnenhoudt en vasthoudt. Dan wordt het leven een armzalige kopie van wat het zou kunnen en moeten zijn. De meeste mensen voelen dat op de een of andere manier aan, maar slechts weinigen hebben de moed om dit aan zichzelf toe te geven en er iets aan te doen. Ergens weten ze dat het leven meer te bieden heeft dan datgene wat ze ervaren.

Als je het punt bereikt waarop je de ogenschijnlijk onbeheersbare diepe angst, pijn, wanhoop en razende woede tegenkomt en ook je angst dat je deze negatieve gevoelens nooit zult kunnen luchten en evenmin zult kunnen hanteren, dan moet je een beslissing van levensbelang nemen. Deze beslissing houdt in dat je verstandelijk kijkt naar de keuze of je het bestaan van deze emoties moet ontkennen, of ze moet toelaten, ervaren en uiten, met het constructieve vooruitzicht dat je er vanaf dat moment mee leert omgaan. Dit vereist ook een zekere mate van vertrouwen in de wereld waarvan je deel uitmaakt: dat kwaad als zodanig niet bestaat. Als dit zo is, moet het ook gelden voor vervormde, destructieve emoties. En aangezien het zo is, kun je het slechts als werkelijkheid ervaren als je jezelf daartoe de kans geeft. Als je hierover nadenkt, zal je verstand je ook vertellen dat datgene wat er in je leeft geenszins zomaar verdwijnt doordat je je ogen ervoor sluit en doet alsof het niet bestaat. Je houdt jezelf alleen maar voor de gek en dit gaat ten koste van alle levensenergie en levenskracht. Zonder deze energie kun je nooit de diepe ervaringen hebben waar je naar verlangt, ongeacht waar je je hoop op vestigt. Misschien zoek je je heil in een of ander wondermiddel of een nieuwe spirituele methode, altijd in de vage hoop dat het de poort des levens zal openen - het volle, vitale leven waarvan je wel weet dat je er geen deel aan hebt. Uiteindelijk moet dit wel tot teleurstelling leiden, want het zijn uitvluchten, ontstaan vanuit de hoop dat je de harde massa van samengeklonterde gevoelens van woede en pijn niet hoeft te laten smelten.

Pas als je deze emoties hebt ervaren, zal de bodemloze put waarvoor je

zo bang bent, een dwaling blijken te zijn. Zo'n ervaring is alleen bedreigend als je ervóór staat. Als je je aarzeling en weerzin eenmaal overwint en deze ervaring toelaat, ongeacht wat je voelt, dan zal het helemaal niet zo beangstigend zijn. Je zult merken dat je de stroom gevoelens kunt beheersen, juist omdat je er uit vrije wil voor kiest ze te uiten. Als ze echter tot uitbarsting komen omdat ze op onnatuurlijke wijze zijn ontkend en te lang ingehouden, kun je ze niet beheersen omdat de uiting dan onvrijwillig is. Dus kies je ervoor ze te uiten, wanneer en zo lang als je dat zelf wilt, in de wetenschap dat dit je redding is. Als je dat doet, zul je je verkwikt en gesterkt voelen, meer jezelf dan ooit tevoren.

Het overschrijden van deze drempel is essentieel voor het ontwikkelingsproces van iedereen. Het blijkt een ommekeer in je innerlijk leven te zijn als je de stap zet van een beperkt, robotachtig schijnbestaan naar het echte leven, waarin je steeds meer de beschikking hebt over de volledige levensenergie en creatieve wijsheid van je diepste wezen. Zolang je de moed mist om alles wat in je is te ervaren, sta je jezelf niet de luxe toe om je innerlijke rijkdom en hulpbronnen, je aangeboren kracht en rijke gevoelswereld te ontdekken, of je dit nu wilt toegeven of niet. Hiermee bedoel ik niet het louter verstandelijk toegeven, maar de feitelijke gevoelservaring en het vrijwillig uiten daarvan. Want als je niet datgene onder ogen ziet wat je levenskracht blokkeert en verlamt, dan kan deze kracht je niet in beweging en tot leven brengen. Als je jezelf op de een of andere manier inhoudt wordt de levensenergie uit je gezogen. Natuurlijk betekent dit alles niet dat je je destructiviteit nu maar moet afreageren, maar dat je kiest hoe je die tot uitdrukking wilt brengen op een manier die niemand enige schade berokkent, ook jezelf niet, omdat je je voortdurend bewust bent van de irrationele en destructieve aard van datgene wat je naar buiten brengt, zonder dit voor jezelf te willen rechtvaardigen.

Loop niet weg op het moment dat je erkent: "Ik ben bang voor deze gevoelens." Blijf er bij stil staan totdat je de kracht hebt om ze boven te laten komen. Dit is veel beter dan opnieuw dit moment van inzicht te ontkennen en ervoor weg te lopen omdat je weet dat je bang bent voor jezelf. Het is namelijk veel en veel erger als je niet weet dat je bang bent voor jezelf dan wanneer je het wel weet. Angst voor jezelf zonder dit te weten maakt je dood en houdt je af van het leven. Je gaat dan juist deze angst voor jezelf koppelen aan andere dingen buiten je, die in feite niets te maken hebben met de oorspronkelijke angst.

Als je de moed hebt om je pijn, angst, woede, razernij en machteloosheid te ervaren, ga je werkelijk zien dat je helemaal niet in een bodemloze put terechtkomt en dat je innerlijk gevoelsleven hier beslist niet ophoudt. Je zult zien dat er een einde komt aan al die gevoelens die je wenst te vermijden. De levensenergie ervan gaat dan over in een krachtig, vitaal gevoel van liefde, plezier en genot.

Ik heb het echter over een tweede moment van inzicht gehad, dat ook onder ogen moet worden gezien om de moed op te kunnen brengen die nodig is om helemaal in deze beangstigende gevoelens te gaan. Zonder dit tweede inzicht kan het op z'n best slechts een halfslachtige poging zijn. Sommigen van jullie zijn dit de laatste tijd, althans zo nu en dan, gaan inzien, maar dit inzicht verdwijnt gewoonlijk weer in het onbewuste, waaraan het telkens weer onttrokken moet worden. Waar ik hier op doel, is dat je als gevolg van alle wanhoop en angst en de woede die daardoor ontstaat, diep in jezelf hebt besloten je af te wenden van het leven, de liefde en het verlangen om een positieve bijdrage te leveren aan het leven. Het is deze negatieve houding die de moed ondermijnt om de destructieve gevoelens te ervaren. Want zolang je niet *wilt* liefhebben, het beste van jezelf niet wilt geven, alle onrecht dat het leven je lijkt te hebben aangedaan niet wilt vergeven en vergeten, en niet grootmoedig risico's wilt nemen door iets van jezelf te geven op het diepste niveau waar geen bedrog bestaat, zul je je niet veilig voelen in alles wat je doet. Het is niet veilig je voor jezelf te verbergen, zoals het ook niet veilig is om datgene wat in je leeft naar buiten te brengen. De sleutel tot veiligheid, geborgenheid en alle andere dierbare zaken in het leven is liefde. Zolang je niet wilt vergeven en haatdragend wenst te zijn ten aanzien van het leven en dus naar mensen toe en naar de dingen die uit jezelf komen en zodoende ook van buitenaf naar je toe komen, sluit je jezelf af voor al het goede dat vanuit jezelf de wereld in wil stromen en vanuit de wereld in jou.

Zolang deze negativiteit bestaat, kun je niet over alle moed beschikken die nodig is om de destructieve gevoelens onder ogen te zien, te ervaren en te uiten. Daarom moet er afzonderlijk, en soms gelijktijdig, aan deze twee aspecten worden gewerkt. Het oorzakelijk verband moet duidelijk worden begrepen. Wanneer je ziet dat je houding haatdragend en negatief is - en je kunt dit zelfs toegeven, omdat je het je nu bewust bent - begrijp je beter het oorzakelijk verband tussen beide aspecten. Je wilt niets van jezelf geven op dit diepe, verborgen niveau van je

innerlijk bestaan. Aan de buitenkant wordt dit misschien toegedekt door ogenschijnlijk totaal tegengestelde patronen. Maar onechte nederigheid kan nooit de plaats innemen van echt geven van binnenuit. Als je echt geeft, bestaat er in feite geen zelfverachting, geen martelaarschap en geen onrechtvaardige behandeling door de wereld. Ik zou zelfs willen stellen dat een dergelijk patroon erop wijst dat je je echte gevoelens totaal niet kunt tonen. Op zich ben je misschien best bereid iets van jezelf te geven, maar alleen op jouw voorwaarden. Die zijn dikwijls gebaseerd op volledige onbekendheid met de wetten van het intermenselijk verkeer en op onwetendheid van de bestaande, door jezelf gecreëerde omstandigheden, die dergelijke verwachtingen van volmaakte relaties logisch gezien onmogelijk maken. Nog afgezien echter van je onbekendheid hiermee, maken dit behoedzaam marchanderen en bekrompen, argwanend inhouden van alle vrijgevige, spontane uitingen van de ziel juist datgene onmogelijk wat je het liefst zou zien gebeuren.

Hoe kan het leven jou iets geven, als je zelf niets wilt geven? Dus draai je in kringetjes rond en dit wordt een vicieuze cirkel: omdat het leven je steeds minder geeft doordat jij het leven niets geeft, word je steeds haatdragender, weiger je nog krachtiger iets van jezelf te geven, ga je je meer terugtrekken in jezelf en wordt je woede steeds sterker als gevolg van deze voortdurende frustratie. Je wordt bang voor die woede en houdt hem in. En dat gaat zo maar door, totdat de cirkel wordt doorbroken. In zo'n negatieve cirkel wordt je vitale energie- en gevoelsstroom een samengeklonterde, verharde massa, waarachter je geest lijkt weg te kwijnen. Natuurlijk is dat niet echt het geval, aangezien het een eeuwige levenskracht is. Maar zolang de negatieve houding blijft bestaan, kan deze kracht zich niet aan je manifesteren en moet je er wel van gescheiden blijven. Je kunt er pas mee in contact komen, als je deze negatieve houding inziet en zo eerlijk en bescheiden bent om deze als zodanig te verwoorden: "Ik wil niets van mezelf geven. Telkens wanneer ik mij bedreigd voel door afwijzing, kritiek of frustratie van mijn directe verlangens, trek ik mij onmiddellijk terug uit het leven en blokkeer mijn levensenergie, mijn goede wil en mijn positieve bijdrage aan het leven. Ik wil in mijn woede en wrok blijven." Als je dit kunt toegeven, weet je direct dat deze houding het onder ogen zien van je woede en je angst zo moeilijk maakt. Woede en angst moeten wel eindeloos lijken, zolang je niet bereid bent deze negatieve levenshouding op te geven, waarbij je gevoelens van wrok koestert en oneerlijke pijnspelletjes als wapens gebruikt tegen anderen

om hen de schuld te geven. Maar op het moment dat je in principe echt bereid bent het beste van jezelf te geven - ook al ben je daar nog niet toe in staat - zal de Hoogste Geest je helpen dit te realiseren en zal er geen sprake meer zijn van angst voor bodemloze negativiteit en destructiviteit.

Dit is mogelijk één van de redenen waarom er op een pad als dit nooit enig gevaar kan bestaan. Wanneer je wordt geconfronteerd met de tijdelijke negatieve waarheid, leer je ook een beroep te doen op de krachten van de Oneindige Kosmische Geest in je. Met zijn hulp leer je hoe je kunt geven en positief kunt worden, hoe je het risico kunt nemen om meer van jezelf te investeren, om ruimhartig te worden en jezelf *gevoelens* toe te staan, ook al heb je niet de zekerheid dat het allemaal goed zal uitpakken. Want dat is de enige manier waarop je (veer)kracht kan toenemen, zodat niets je ooit nog uit je evenwicht kan brengen. De combinatie van de twee eerder genoemde punten van bewustzijn vormt de sleutel. Degenen van jullie die hier dicht tegenaan zitten of al enig inzicht hebben verworven, kunnen nu verdergaan. Als je mediteert, zeg dan tegen jezelf: “Ik investeer het beste dat ik heb in mijn leven. Ik zal niets van mezelf achterhouden. Ik wil een bijdrage leveren aan de kosmische ontwikkeling en het evolutieplan met al mijn vermogens, zowel die welke reeds duidelijk zichtbaar zijn maar misschien op deze manier nog niet gebruikt, als die welke nog in mij sluimeren. Alleen als een volledig ontplooid en gelukkig persoon kan ik een bijdrage leveren. Niet als iemand die lijdt.”

Je negativiteit is een verdedigingsmechanisme, het gevolg van het tragische misverstand van de dualiteit, de gespletenheid die de aarde in haar greep heeft. Het is zo vaak een kwestie van of/of. In dit geval lijkt het te gaan om jouw geluk tegenover dat van de ander. Daarom geloof je diep van binnen dat je, door aan anderen te geven, slechter af zult zijn en er nadeel van zult ondervinden, terwijl het je voordeel oplevert als je pakt wat je wilt en niets van jezelf geeft. Deze overtuiging is er altijd, net onder de oppervlakte, halfbewust of volledig onbewust. Ze veroorzaakt een vreselijk conflict. Als je de onredelijkheid van je negatieve houding en van je destructieve hardnekkigheid om afgescheiden en kleinzielig te blijven rustig onderzoekt, ga je zeker inzien dat deze onwerkelijke gespletenheid in je houding zit. Als je die onredelijkheid blootlegt, kun je er wat aan doen. Langzaam maar zeker zul je je waarnemingen en je emotionele reacties veranderen evenals je diep innerlijk weten hoe het leven in elkaar steekt. Je zult er dan achter

komen dat hoe gelukkiger je bent, hoe meer je kunt doen voor anderen. Wanneer je de ongezonde omstandigheden uit de weg ruimt die het gevolg zijn van verkeerde overtuigingen diep in je psyche, kan je eigen ontplooiing die van anderen nooit echt in de weg staan, ook al lijkt dat aanvankelijk misschien wel zo. Als je naar de oorsprong van alles teruggaat, bestaat er geen conflict tussen jouw ontplooiing en die van anderen. Integendeel zelfs. Dus hoef je niet kleinzielig te zijn of je schuldig te voelen, omdat je je eigen groei en vreugde nastreeft. Met dit inzicht moet alle negativiteit wel verdwijnen, zelfs in de diepst gelegen en meest verborgen delen van je psyche. Je kunt je dan volledig ontwikkelen, want je zult steeds meer jezelf zijn, vrij en zonder angst. Je zult je verder ontplooien en je steeds meer openstellen voor wat het leven je te bieden heeft.

Een belangrijk relationeel aspect staat hier zeer nauw mee in verband. Relaties vormen de basis van het leven. Niemand is in staat een actief leven te leiden zonder warmte en liefde, zonder met anderen te kunnen delen en zonder wederzijds begrip. Zo werkt het grote plan van de universele creatieve geest. Het is belangrijk dat je bepaalde heel wezenlijke, relationele aspecten begrijpt. Er bestaat een drievoudig principe dat van toepassing is op alle onderdelen van elke relatie en de aard ervan bepaalt. Dit principe luidt als volgt: *waarnemen, reageren en er uiting aan geven.* Als dit drievoudig principe goed, harmonieus, realistisch en naar waarheid werkt, moet een relatie wel vruchtbaar en vreugdevol zijn. Als deze drie relationele aspecten verwrongen, onrealistisch en niet in harmonie zijn, kan een relatie onmogelijk vruchtbaar of vreugdevol zijn.

Zoals ik al vaker tegen jullie heb gezegd, kun je absoluut geen goede relatie met anderen hebben als je niet eerst een goede relatie met jezelf hebt. Daarom moeten deze drie aspecten eerst op jezelf worden toegepast. Hoe zie je jezelf? Hoe reageer je op datgene wat je bij jezelf ziet? En hoe geef je uiting aan datgene wat je ziet? Als je niet met jezelf in conflict bent, is je waarneming helder. Ben je wel met jezelf in conflict omdat je anders wilt zijn dan je nu bent, dan kun je jezelf niet goed waarnemen. Als je bijvoorbeeld niet bereid bent om je geïdealiseerde zelfbeeld los te laten en daartoe dan ook niet in staat schijnt, als je per se wilt voldoen aan zijn onredelijke eisen, dan moet je zelfwaarneming wel onjuist en beperkt zijn. Als dit zo is, moet je reactie op wie je bent erg verwrongen zijn. Ieder van jullie die nu heel dicht bij zijn innerlijke destructiviteit is, bij zijn angst, pijn en woede

en ook bij de moedwillige, hoewel op dit moment misschien nog onbewuste, kleinzielige weigering om iets van zichzelf te geven aan het leven en aan anderen, zal hierop negatief reageren, alleen omdat zijn zelfwaarneming onjuist is. En je zult er misschien niet verder over willen denken. Je vecht nog steeds tegen dat wat er is en wilt per se anders zijn dan je bent. Dus is je waarneming niet in overeenstemming met de waarheid en moet je reactie, als die zich indirect manifesteert, wel disharmonieus en verwrongen zijn. Je blijft datgene ontkennen wat zich aan je tracht te openbaren en dit leidt tot meer conflict en strijd in jezelf. Terwijl de ene kant, de spirituele, probeert de voor jou onaanvaardbare waarheid bloot te leggen, vecht de andere kant ertegen. In die strijd wordt je reactie nog pijnlijker; het gevolg is dat je nog meer in conflict raakt met jezelf en dat je woede naar de wereld nog groter wordt. Een groot deel van de razernij, woede en pijn is ook niet zozeer het gevolg van de hulpeloze omstandigheden uit je jeugd - hoewel het daar in dit leven misschien mee begonnen is - maar veel van die gevoelens worden veroorzaakt doordat je vecht tegen jezelf zoals je bent en er maar niet in slaagt om degene te worden die je wilt zijn. Zodoende roept datgene wat je waarneemt nog meer woede en pijn in je op. Dit is voornamelijk verantwoordelijk voor de ogenschijnlijk bodemloze wanhoop en woede waar ik het over had.

Als je een verkeerd beeld van jezelf hebt en als gevolg daarvan verkeerd reageert, moet je expressie evenzeer vervormd en destructief zijn. Je kunt je ware zelf niet tot uitdrukking brengen, aangezien je dit niet kent en ook niet wilt kennen. In zo'n verwarrende situatie wordt je machteloosheid groter. De innerlijke spanning die dan toeneemt, zoekt een uitlaatklep. Een heel gebruikelijke 'uitweg' is om een zondebok te zoeken die je de schuld kunt geven van deze onprettige gevoelens en reacties. Zondebokken zijn altijd wel te vinden, als je maar goed zoekt. Soms hoef je nog niet eens zo goed te zoeken, want de onvolmaaktheid van de wereld leent zich uitstekend om je gevoelens van woede en angst aan toe te schrijven. Je manier van uitdrukken wordt dan vijandig en afwijzend.

Kort samengevat: een verkeerd zelfbeeld leidt tot verkeerde, destructieve reacties en vervolgens tot een destructieve vorm van expressie. Dit moet dan weer van invloed zijn op al je relaties. Dit is zo vanzelfsprekend dat het nauwelijks nog verdere uitleg behoeft. Aangezien je liever anderen de schuld geeft, moeten zij wel net zo reageren. Aangezien je niet bereid bent te geven en positief te zijn, en

dit niet wilt toegeven omdat het je zelfbeeld onderuit zou halen, weerspiegelen anderen deze negativiteit. Je reactie daarop moet dan ook verkeerd zijn, aangezien je je negatieve houding niet wilt erkennen. Hierdoor voel je je onrechtvaardig behandeld. Wat je aan anderen laat zien, moet dan wel negatief en destructief zijn. Hoe kan trouwens je beeld van anderen nauwkeurig zijn, als je zelf de ogen sluit voor datgene wat er in jou leeft en anderen uitkiest als zondebokken? Hoe kan je waarneming überhaupt nauwkeurig zijn, als je niet bereid bent om op de juiste manier naar jezelf te kijken?

De drie-eenheid 'waarneming - reactie – expressie' werkt heel anders in een creatief leven dat in overeenstemming is met de waarheid. Als de waarneming zuiver is, verandert het hele beeld. Je hoeft geen perfect mens te zijn, als je dit op een positieve manier gebruikt. Je zuivere waarneming van dat wat nog verre van volmaakt in je is, stelt je in staat dit te erkennen zonder uit je evenwicht te raken en zonder uit het oog te verliezen dat je een goddelijke geest bent, die nog over al zijn vermogens beschikt. Als je jezelf nauwkeurig waarneemt, wordt je manier van reageren vanzelf heel positief. Want dan raak je je negativiteit kwijt en probeer je een vruchtbare manier van leven te vinden die niet ontkent wat er is, maar alle verdere stappen baseert op heldere waarneming van het nu. Op die manier moet alles wat naar buiten komt enorm positief zijn. Met zo'n houding zie je alles zoals het is en valt het op zijn plaats. Je ziet het goede en het slechte in jezelf. Je ziet de waarheid in jezelf en accepteert deze. Je expressie is dan gebaseerd op waarheid. Hierdoor ontstaat er steeds meer ruimte voor het ontwikkelen van zeer creatieve gevoelens, stromen en kennis in jezelf.

Als je relatie met jezelf harmonieus is in plaats van vol conflicten, moeten je relaties met anderen evenzo positief en vruchtbaar worden. Dit kan niet anders. Dus ik herhaal: telkens wanneer je je in een conflict bevindt, is er iets in je relatie met jezelf niet in overeenstemming met het positieve aspect van het drievoudig principe. Ik raad je aan dit te erkennen, het los te laten en vervolgens te vragen om de waarheid in jezelf. Deze zal zich openbaren. De antwoorden komen altijd als je iets oprecht wilt weten en dus ook echt wilt ontvangen.

Alleen dan ben je in staat hetzelfde drievoudige principe toe te passen op de goddelijke geest in jezelf. Je zult hem steeds beter waarnemen en

erop reageren, maar nu zonder de oude angst. Want zolang er angst bestaat voor de negativi-teit in je, moet er ook angst bestaan voor je vermogen om positieve ervaringen te hebben en je te ontplooien. Je zult niet meer angstig reageren op de grootste kracht in het universum, die zich in jezelf bevindt. Je zult er open voor staan en deze kracht naar buiten brengen, want je bent er een 'levend' deel van en wordt dit steeds meer.

Ik vat de essentie van het voorafgaande nog eens samen: enerzijds het inzicht dat er een bodemloze angst in je is voor allerlei heftige, niet te controleren emoties die je dus niet wenst aan te pakken; anderzijds het besef dat je negatief wilt blijven ten opzichte van het leven en anderen (hoewel dit bij niemand volledig zo is, maar slechts op bepaalde terreinen). Als je de wens om negatief te blijven opgeeft en vervangt door de wens om open, positief en vrijgevig te zijn, zal de angst voor jezelf verdwijnen. Dan zal het drievoudige principe in je relaties, veranderen van negatief in positief. Je hebt dan een juist beeld van jezelf, je reageert constructief op dat wat je waarneemt en je brengt dit op een zinvolle manier tot uitdrukking.

Dit zal langzaam maar zeker je hele leven veranderen. Waar je leven nu nog disharmonieus, beperkt, frustrerend en ingehouden is, zal het geleidelijk open bloeien en je dan overvloedig geven. Overbodig te zeggen dat dit geen gemakkelijk toepasbare formule is. Hoewel het in wezen eenvoudig is, vereist het in de praktijk dat je je optimaal inzet voor de waarheid in jezelf, voor de waarheid van je leven en voor de levenskracht van de eeuwige groei. Dit vergt tijd, volharding en verstandig, rijp inzicht in de dynamiek van groei. Het vereist een voortdurend zoeken naar het juiste evenwicht, waarbij het destructieve, onwetende, irrationele kind in je zich kan uiten - zonder in de val te lopen en te geloven dat zijn waarheid *de* waarheid is - zodat er een intelligente dialoog kan plaatsvinden met dat deel van je persoonlijkheid dat zich verzet tegen het leven.

Mogen deze woorden je hoop, moed en nieuwe kracht geven om verder te gaan op dit pad, zodat je door deze muur van angst voor jezelf kunt heen breken. Je zult er triomfantelijk, gezuiverd, sterker en beter uit tevoorschijn komen, want de levenskracht in zijn pure goedheid en vervolmaking zal steeds meer werkelijkheid worden in je leven.

Wees gezegend, wees in vrede, wees dat wat je werkelijk bent - de

levende geest, de universele levende geest!”

Deze lezing werd gegeven door Eva Pierrakos in 1968
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: ‘Perceiving - Reacting – Expressing’.
Vertaling door Wim Scholtens in 1992.
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2009