Angst om lief te hebben

28 oktober 1960
lezing 72

“Gegroet, liefste vrienden. Gezegend zijn jullie. Gezegend is dit uur.

Veel onderwerpen die we de afgelopen maanden hebben besproken, hebben jullie geholpen inzicht in je eigen innerlijk te krijgen en jullie opnieuw laten zien hoe je onbewuste opvattingen, houdingen en ideeën nog tegengesteld kunnen zijn aan wat al wel bewust is. Wanneer je deze inzichten wat beter kunt gaan plaatsen, zul je merken dat het op de keper beschouwd altijd om liefde gaat. Je verlangen naar liefde en het gemis ervan komen voort uit het kind in je. Als je dit beseft, zal het je duidelijk worden op welke manier je tekort schiet op de plekken waar conflicten en misvattingen in je leven bestaan.

Zoals jullie allemaal - in ieder geval in theorie - weten, is liefde de grootste kracht. In het universum. Elke spirituele lering of filosofie, elke religie, ja zelfs de moderne psychologie verkondigt deze waarheid. Liefde is de enige echte kracht. Daarmee ben je machtig, sta je sterk, ben je veilig. Zonder dat ben je arm, sta je alleen, leef je geïsoleerd en in angst. Maar deze wetenschap zal je niet baten, tenzij je eerst ontdekt waar je diep van binnen niet kunt liefhebben. Je wilt niet liefhebben en je weet niet waarom die weerstand tegen liefde er is. Als je de reden hiervan niet weet, zal deze grootse, eeuwige waarheid een verheven ideaal blijven, dat je onmogelijk in je eigen persoonlijkheid, in je eigen leven waar kunt maken. Mijn vrienden die echt werken op dit pad en zich steeds verder ontwikkelen in hun zoektocht naar binnen, stuiten na veel verkennend graafwerk op de angst voor liefde. Degenen van jullie die echt constructief aan het werk zijn, zijn zich uiteindelijk ten volle bewust geworden van het bestaan van deze angst. En dit is beslist een belangrijke stap voorwaarts. Want zonder dit besef kunnen de volgende noodzakelijke stappen niet gezet worden. Nogmaals, het is niet voldoende als je dit in theorie weet. Je moet deze emotie aan den lijve

ervaren. De meeste mensen die zichzelf niet willen leren kennen, zijn zich niet eens bewust van het feit dat ze deze angst in zich hebben. Maar zelfs jullie begrijpen nog niet volledig waarom jullie toch zo bang zijn, terwijl jullie je uiteindelijk wél van dit conflict bewust zijn geworden. Ja, je hebt wel een paar antwoorden gevonden, maar nogmaals, de meeste antwoorden zijn óf alleen theoretische en logische gevolgtrekkingen voor je, óf vaag onderkende emoties. Dit is niet genoeg. Daarom wil ik nu een paar aspecten van dit onderwerp bespreken. Maar het is bij lange na niet alles wat er te zeggen valt. We zullen in de toekomst terugkomen op dit fundamentele probleem en het vanuit andere invalshoeken belichten.

We weten nu dat iemand die niet kan liefhebben, onrijp is. En als je onrijp bent leef je in onwerkelijkheid. Onwerkelijkheid veroorzaakt, omdat het onwaar is, noodzakelijkerwijs verdriet en conflicten, duisternis en onwetendheid. Dus kunnen we stellen dat rijpheid in feite het vermogen tot liefhebben is. We hebben ook gesproken over het kind in je dat in onbeperkte mate liefde eist. Dit kind is net zo onredelijk, net zo verstoken van begrip, zo eisend en eenzijdig als alle onrijpe schepselen zijn. De onmogelijk te vervullen eisen van het kind zijn: iedereen moet van hem houden, volledig. Iedere wens moet ogenblikkelijk in vervulling gaan en men moet van hem houden ondanks zijn onredelijkheid en egoïsme. Precies hier ligt het antwoord op de vraag waarom je bang bent voor liefde. Hoewel het kind in je naar volledige overgave verlangt, in de vaste overtuiging dat dit liefde is, moet het desondanks weerstand hebben tegen de volledige overgave van zichzelf. Het kind in je wil oppermachtig heersen over de mensen die verondersteld worden van je te houden. Die zijn dan nauwelijks beter af dan onderworpen slaven. Dan zijn er ook momenten waarop de aspecten in je waarin jezelf een onderworpen slaaf bent, naar voren komen. (Dit moet je niet letterlijk nemen, ik bedoel hiermee bepaalde emotionele reacties). Dit gebeurt als de liefde, acceptatie en instemming van een bepaald persoon uiterst belangrijk voor je worden en je tegelijk ziet dat hij of zij je die misschien niet zal geven. Vanuit je angst voor afwijzing en nederlaag lijkt deze onderworpenheid de enige manier om je zin te krijgen. En omdat bepaalde uiterlijke aspecten van dit gedrag oppervlakkig gezien gelijkenis vertonen met echte liefde, ligt het voor de hand dat je, wanneer je in zo'n miserabele situatie verkeert, jezelf wijsmaakt dat je nu echt liefhebt. Anders gezegd, je creëert op deze manier je eigen innerlijke, vaak onbewuste opvatting van liefde en dat stemt overeen met de opvattingen over liefde zoals

die over het algemeen - althans uiterlijk - in enkele religies en filosofieën geleerd worden. Als je je onderwerpt, denk je dat je onzelfzuchtig bent en een offer brengt. Je denkt dat jouw wereld om de ander draait. Hoewel dit tot op zekere hoogte waar is, is het in feite niet waar**.** Want in werkelijkheid draait jouw wereld om jou. Het gaat jou er om die ander zover te krijgen dat hij jou liefheeft zoals jij dat vanuit je kinderlijke opvattingen wilt. Jij eist van hem dat hij je aanbidt, dat hij elke gril van je bevredigt, dat hij zijn eigen richtsnoer opgeeft en zich laat regeren door het kind in jou, het kind dat huilt als het in zijn verlangens beknot wordt. Is het dan vreemd dat je met deze onbewuste eis in je psyche bang bent om lief te hebben? Omdat jij (onbewust en daardoor des te sterker) gelooft dat liefde voor slaafse onderworpenheid staat, wens je niet lief te hebben. Je wenst niet de wil van een ander te volgen. Je wenst de zeggenschap over jezelf niet op te geven en door je onderwerping aan de heerschappij van een ander jezelf kwijt te raken. Pas wanneer jij je eigen onbewuste, kinderlijke misvatting over liefde erkent, zul je in staat zijn de kinderlijke eisen van de ander gewaar te worden of te herkennen. Dan zul jij je er niet meer door laten beïnvloeden, je niet meer verplicht voelen hieraan toe te geven en je ook niet meer schuldig voelen als je er niet aan toegeeft. Je zult duidelijk zien dat je in dit geval een andere, meer onthechte vorm van liefde kunt geven.

En wanneer je de onredelijke eisen van het kind in je ontdekt en ervaart, kun je er ook mee praten. Dan zul je beseffen dat deze misvatting over liefde niets te maken heeft met wat echte liefde is. Wanneer je dit eenmaal begrijpt, ben je niet langer bang om lief te hebben. Want als je beseft dat liefhebben niet betekent dat jij je waardigheid, de zeggenschap over jezelf, je vrijheid hoeft op te geven, ben je er niet meer bang voor. Als je deze eisen niet meer stelt en daardoor langzaamaan je vermogen ontwikkelt om op een volwassen manier lief te hebben, verwacht je hetzelfde terug. En deze manier van liefhebben brengt geen gevaar met zich mee. Je blijft vrij. Je wordt geen slaaf. Zo eenvoudig en logisch is het. Door je kinderlijke ideeën over wat het voor anderen betekent om jou lief te hebben op te geven, zul je niet meer bang zijn om anderen lief te hebben.

In dit geleidelijke proces van groei en rijping, zul je niet plotsklaps het punt bereiken waar je de grootse, allesomvattende liefde voelt, die liefde waar je ziel naar zoekt. Want een van je zielsconflicten is dat je er naar hunkert en je er tegelijkertijd voor verstopt, uit angst. En

nogmaals, het kind in je kent alleen maar uitersten. Of de hoogste top - het uiteindelijke doel - óf niets. Hoe sterker je altijd strevende ziel wordt gedwarsboomd in haar gezonde instincten, des te sterker zal haar roep klinken om gehoord te worden. Deze roep komt tot uiting in een vaag gevoel van onvrede, van iets missen. Je weet niet wat. Een deel van je psyche saboteert de gerechtvaardigde behoeften van het andere gedeelte. Aangezien je niet in staat bent de hoogste top te bereiken, trek je je maar terug. Dit komt niet alleen door de of/of houding van je onvolwassen kant, maar ook door het verschijnsel dat de menselijke ziel graag dramatiseert. Als je er geen groots drama van kunt maken, trek je je maar helemaal terug.

Als je geleidelijk volwassen wordt, zul je inzien dat je alleen maar kan hopen de uiteindelijke liefdesvervulling te bereiken door op de onderste treden van de ladder te beginnen. Misschien is de eerste stap het aankweken van het vermogen om andere mensen te kunnen toestaan over jou te voelen zoals zij willen. Als je deze innerlijke toestemming echt geeft, leer je je wil op te geven zonder gevoel van vijandigheid. Je zult op het punt komen waar je anderen sympathiek vindt en respecteert, ook al onderwerpen ze zich niet volledig aan jouw wil. Dit lijkt van weinig betekenis. Het is misschien zelfs zo dat velen van jullie geloven dat je dit allang doet. Maar is dat werkelijk het geval? Als dingen mislopen, test dan je emoties. Wanneer je deze gevoelens analyseert en ontdekt dat het kind in je zich danig roert, heb je het instrument in handen waarmee je op dit specifieke punt aan het werk kunt. Je zult een volkomen nieuwe emotionele reactie in je voelen, naarmate je steeds beter in staat bent deze subtiele, dwingende stroom op te geven. Je voelt je alsof er een zware last van je afvalt. Vervolgens kun je tot dan toe onontdekte gevoelens van vijandigheid laten gaan, waarvan je je in dit werk bewust bent geworden. Naarmate je hiermee verder komt, zul je mensen van wie je onbewust eerst onvoorwaardelijke overgave verlangde, gaan respecteren en mogen, ook al mocht en respecteerde je ze absoluut niet als ze zich niet overgaven. Je zult je van een knellende band bevrijd voelen en in deze bevrijding zul je de ander vrijlaten, hem mogen en respecteren als mens, zonder dat hij je nu persé moet liefhebben en bewonderen. Dit, vrienden, is een beslissende stap en in werkelijkheid een meer dramatische gebeurtenis dan aan de buitenkant te zien is. Het geeft je een flinke zet omhoog op de ladder, naar de toppen waar je uiteindelijk kunt vertoeven. Dat kan nooit als je deze schijnbaar onbetekenende, onopvallende stap overslaat. Op deze manier zul je de grote, universele

waarheid over de liefde kunnen toepassen in je dagelijks leven, precies op het punt waar je nu staat. Dit is nu mogelijk voor jou. Het uiteindelijke doel niet. Je bent nu nog niet in staat jezelf helemaal te vergeten, nooit aan jezelf te denken, vrij te zijn van een bepaalde mate van egoïsme en ijdelheid. Om nu al, met al deze gevoelens, op het uiteindelijke doel te mikken, is irreëel, kansloos. Je zou er alleen maar ontmoedigd door raken. Maar wanneer je je gevoelens nauwgezet en ijverig analyseert, ze leert kennen en langzaamaan laat rijpen, kun je het doel bereiken. Voordat je echt kan liefhebben, moet je leren mensen te mogen en te respecteren, ook al krijg je niet wat je wil. En daardoor moet je eerst ontdekken waar je dat diep van binnen eigenlijk nooit hebt gedaan.

Zoals ik al heb uitgelegd, lijkt de verheven, ideale liefde vaak bedrieglijk veel op de verkeerde, zwakke onderworpenheid die voor liefde door moet gaan. Deze schijnvertoning jaagt je angst aan, de echte liefde nooit. Maar je kunt onmogelijk een idee krijgen van echte liefde als je er alleen maar over hoort. Je moet in jezelf gaan ervaren waar en hoe jij van de liefde afdwaalt door je onuitgesproken eisen en verwachtingen. Als je eerlijk met jezelf omgaat, moet je deze emoties vinden. Dit geldt voor iedereen, zonder uitzondering.

Zolang het kind in je volhardt in de sterke, eigenzinnige beweging, waarin het op subtiele wijze anderen emotioneel en onbewust dwingt zich te onderwerpen, bouw je irreële verwachtingen en voze luchtkastelen. Dan sta je jezelf niet toe om te zien dat de situatie misschien niet overeenkomt met de mateloze eisen van het kind, dat dit irreële beeld heeft geproduceerd. Dit irreële wensbeeld staat voortdurend op instorten; toch sluit je uit alle macht je ogen hiervoor en zie je dus nooit wat er is. Als je niet ziet wat er is, het niet wilt zien, hoe kun je dan op je eigen oordeel en intuïtie vertrouwen? Je psyche weet heel goed dat de manier waarop jij de ander waarneemt - in relatie tot jou of tot zichzelf of tot de situatie in het algemeen - niet klopt. Je ziet het niet, omdat je niet wilt zien. Daarom vertrouw je je oordeel niet en vertrouw je er ook niet op dat de ander aan je verwachtingen zal beantwoorden. Daarom heb je vaag het gevoel dat je de ander niet vertrouwt. Dit is een bijkomstige factor die je ervan weerhoudt om volledig lief te hebben. Want hoe kun je liefhebben als je de ander niet vertrouwt? Tenminste op de exclusieve manier die jij nodig vindt, omdat jij dat ook zó van die ander verwacht. Om dat te kunnen moet je jezelf eerst de gelegenheid geven om te kijken of bij deze mens in deze situatie een

dergelijke liefde op zijn plaats is of dat het misschien meer past de ander eenvoudig te respecteren en vriendelijk te bejegenen. Als je iets van wat jij wilt (meestal onbewust) opgeeft, zou je misschien de bereidheid hebben om te zien wat er is. Met zo'n houding kun je zicht krijgen op de werkelijke situatie. Daarna kun je helder onderscheiden en jezelf respecteren, niet alleen vanwege het feit dat je vrijwillig, zonder vijandige gevoelens, dat wat jij wilde kon opgeven, maar ook omdat je op deze manier meer op je intuïtie kunt gaan vertrouwen. Door je bereidheid te zien wat er feitelijk gebeurt, kun je de situatie aan. Daardoor zul je jezelf, je beoordelingsvermogen én anderen vertrouwen. Omdat je ze niet overschat vanuit je dwingelandij, kun je zien, waarnemen, en voelen wat waar is en zul je niet geloven in wat je alleen maar wilt dat waar is.

Wanneer je zo leert jezelf en anderen te vertrouwen, zal liefde niet langer een gevaar voor je zijn. Maar zolang je met opzet oogkleppen ophoudt, omdat het kind in je denkt dat als het iets wil, het ook moet gebeuren, heb je alle reden om je oordeel, je keuze en de ander te wantrouwen. En tengevolge daarvan zul je des te sterker voor liefde terugschrikken, ook al lijkt het je ongevaarlijk om bemind te worden.

Als je de stroom van je eigengereide dwingelandij opgeeft, brengt dat met zich mee dat je objectief wordt in je beoordeling van anderen. Bovendien leer je je wil met een bepaald gemak op te geven. Zo leer je menselijke toegenegenheid en respect voor degene die tegen jouw wil ingaat. Je weerhoudt je ervan jezelf irreële situaties voor te spiegelen die je zicht op dat wat er werkelijk is vertroebelen. Hierin negeer je niet alleen de realiteit, maar je wijst die ook af. Wanneer je de realiteit accepteert en ziet wat er is, kun je meer op je intuïtie gaan vertrouwen. Daardoor zal je zelfvertrouwen evenredig toenemen .

Er wordt in jullie tijdsspanne, in jullie wereld, vaak gesproken over 'het accepteren van de realiteit'. Wij hebben het er ook vaak over gehad. Jullie weten allemaal dat jullie leven hier op aarde niet volmaakt is. Jullie moeten dit feit accepteren, wil je het leven aankunnen en er het beste van maken. Tot nu toe was dit voor jullie een algemeen aanvaard idee. Van nu af aan kun je het werkelijk praktisch toepassen op specifieke gebieden van je innerlijk leven. Wellicht voelen bepaalde mensen niet zo over jou als jij wel zou willen (en ik zinspeel hier niet alleen op de liefdesrelatie tussen de seksen), maar deze schijnbare onvolmaaktheid moet je accepteren. Als je dat doet, breng je een

weldadige kettingreactie op gang die de plaats inneemt van de vicieuze cirkel die er eerst was.

Intuïtie is de hoogste zintuiglijke waarneming waartoe de mens in staat is. Zolang het kind in je nog niet ontdekt is en sterk blijft, kan je intuïtie niet zijn volle rijkdom ontvouwen. Natuurlijk kan je intuïtie nooit honderd procent volmaakt zijn, je bent tenslotte een mens. Maar op het moment dat je kunt zeggen: "Ik weet het niet zeker, ik kan het mis hebben," kan je onwetendheid geen kwaad aanrichten, omdat je je van die mogelijkheid bewust bent en de bereidheid hebt om van eventuele fouten te leren. Dit is ook bewustzijn. Maar als je je niet bewust bent van de mogelijkheid dat je het misschien niet weet, kan het wel kwaad. In de bewust gemaakte, simpele gedachte: 'Ik weet het niet', ligt de mogelijkheid om te komen tot zien, leren en uiteindelijk tot weten. Intuïtie zal nooit een muur zijn waar je met rotsvaste zekerheid tegen kunt leunen. Juist daarom is zij zo waardevol. Denk hierover na vrienden. Dit is stof voor meditatie. Als je bewust je intuïtie raadpleegt en vrij bent van dwingelandij en wensdenken, zul je bepaalde talenten en beperkingen gewaarworden. De rest zal wellicht een vraagteken zijn. Deze houding schept openheid, een bereidheid om door te gaan met observeren, die vele vruchten afwerpt. Het is ook een teken van rijpheid, want alleen een onrijp mens moet meteen het volledige antwoord hebben. Het kind in je kan er niet tegen als er iets niet ingevuld, niet beantwoord of aan twijfel onderhevig is.

Je staat je vermogen om lief te hebben in de weg door:
1. het door elkaar halen van ware liefde en onderworpenheid, omdat jij dat laatste verlangt van degenen die van je moeten houden, en
2. het gebrek aan vertrouwen in anderen omdat het je aan de moed ontbreekt om de ander en de situatie op hun juiste waarde te schatten.

Deze beide factoren blokkeren je intuïtie. Die kan niet functioneren, althans niet op deze gebieden in je leven. De moed om te zien wat er is in plaats van wat jij wilt dat er is, zal je intuïtie, je onderscheidingsvermogen, je bewustzijn en daardoor je zelfrespect op een hoger plan brengen. Er zal een einde komen aan je onzekerheid zodat wanneer de situatie er naar is, je niet meer bang voor liefde hoeft te zijn. De moed om dat te accepteren wat misschien ongemakkelijk is, betekent dat je de werkelijkheid accepteert, je angst om lief te hebben kwijtraakt en al groeiend op een organische manier je intuïtie ontwikkelt. Het betekent dat je meer eerbied voor jezelf en vertrouwen in anderen krijgt terwijl je toch kritisch blijft en dat dientengevolge je waarneming steeds

betrouwbaarder wordt.

Zo zien jullie, vrienden, hoe nauw dit alles met elkaar samenhangt. Onrijpheid is aan de ene kant de angst om lief te hebben en aan de andere kant een buitensporige eis om liefde. Onrijpheid is het niet accepteren van de realiteit omdat die realiteit niet altijd volmaakt of plezierig is. Onrijpheid overdrijft deze onvolmaaktheid zo schromelijk, dat je je ogen ervoor sluit en daarbij nog veel meer conflicten oproept. Onrijpheid schept daardoor een gebrekkige intuïtie en een lamgeslagen creativiteit. Want creativiteit zonder intuïtie is ondenkbaar. Pas als je groeit en leert zien en accepteren wat er gaande is in je leven van alledag met alle emoties die daarbij horen, zul je je angst voor liefde kwijtraken. Los van de context zegt deze zin niet zoveel. Maar als je deze woorden overweegt in het licht van de samenhang, zoals ik die in deze lezing heb uitgelegd, zal de betekenis heel duidelijk worden.

Als je aan liefde denkt, kun je alleen maar denken aan liefde in zijn hoogste en meest volmaakte vorm. Je ziet over het hoofd dat er vele stadia, vele soorten, veel niveaus en variaties van liefde zijn. In deze onwetendheid deins je terug voor de liefde die je nu op dit moment zou kunnen geven en als een ander deze liefde aan jou geeft, sla je er geen acht op. Naarmate je verder komt op deze specifieke tocht op je pad, zul je als mens totaal anders gaan functioneren. De manier waarop je het leven ervaart, zal veel voller worden. Je zult ieder moment zo vol leven zijn! Je zult je bewust zijn van jezelf en anderen zoals je nooit voor mogelijk had gehouden. Er zullen zich onvoorstelbare krachten in je ontwikkelen, creatieve krachten, nieuwe inzichten, een toenemende, zich ontplooiende intuïtie, die je steun en veiligheid zullen geven zoals je je zelfs nu, na al je vooruitgang, nog niet kunt indenken. En nogmaals, deze woorden zijn niet tot je verstand maar tot die aspecten van je persoonlijkheid gericht die je dankzij je werk hebt ontdekt of spoedig zult ontdekken. Pas deze woorden toe op je verschillende emoties. We zullen dit in de toekomst vanuit andere invalshoeken bespreken als daar behoefte aan is.

En nu, dierbaren, ben ik klaar om jullie vragen te beantwoorden."

VRAAG: Het lijkt wel of er met het ingaan van de nieuwe fase in dit seizoen ook een heel nieuwe serie onderwerpen aan de orde komt. Het vorige seizoen hebben we aan het einde ervan heel veel gesproken over beelden en de aspecten die ermee

samenhangen. We lijken nu een nieuwe fase in te gaan, al kan ik niet precies zeggen welke.

"Natuurlijk is het een nieuwe fase. Dat heb ik voor de zomervakantie ook al gezegd. Ik heb gezegd dat ik de elementen die je creatieve vermogens in de weg staan wat directer zou behandelen. Het spreekt vanzelf dat elke belemmering van je creatieve vermogens te wijten is aan negatieve aspecten en afwijkingen, beelden en misvattingen. We zullen ons dus nog steeds met die elementen bezighouden, maar in deze fase is onze benadering anders, zoals je heel juist hebt waargenomen en ik al een tijdje geleden heb aangeduid. Terwijl we ons in de vorige periode voornamelijk concentreerden op details die onduidelijkheid of belemmering opleverden, kunnen we nu in deze periode de stukken aan elkaar voegen, zodat we met betrekking tot liefde, rijpheid en creativiteit een beter overzicht krijgen. Dit betekent niet dat we het niet meer over details zullen hebben, maar zelfs dan zal onze benadering anders zijn."

VRAAG: *Ik wil graag iets bespreken dat in verband staat met de laatste lezing. In het tweede gedeelte dat gaat over concentratie-oefeningen, gebruikt u nogmaals de term 'het onderbewuste instrueren'. Ik vraag me af of dit idee om het onderbewuste te instrueren niet een paradox is en er wellicht toe leidt dat we het onderbewuste gaan forceren in plaats van onszelf toe te staan om te zien wat er in ons aanwezig is. Ik ben er zeker van dat het geen paradox is, maar hoe zit het precies?*

"Dit is een goede, constructieve vraag, want het is zo gemakkelijk om van het ene uiterste in het andere te vallen. De beste manier om aan te voelen wat de juiste aanpak is, is de volgende: geef zulke instructies niet op een dwingende manier, maar laat ze een uitdrukking van je innerlijke wil zijn. Terwijl je volledig kan beseffen dat sommige emoties nog niet helemaal bewust zijn, kun je wel het verlangen daartoe tot uitdrukking brengen. Je kunt dit verlangen zonder pressie, zonder haast uitspreken, eerder kalm, in het volle besef dat emoties nu eenmaal niet snel leren. Bovendien moet de wens dat je je bewust wilt worden van het waar, het hoe en waarom van je afwijkende emoties een belangrijk deel uitmaken van zulke instructies. Ook dat je je steeds meer bewust zult worden van waar je nog steeds verward bent, wat je innerlijke onbeantwoorde vragen zijn, hoort bij die wens. En een laatste factor, maar zeker niet de minst belangrijke, is het opgeven van

al je weerstand om jezelf volledig, in alle eerlijkheid, zonder enige beperking onder ogen te zien. Op deze manier dwing je je afwijkende emoties niet om nu opeens wél juist te reageren en trap je niet in de valkuil van zelfbedrog en suggestie.

Bidden heeft dezelfde werking, als je tenminste begrijpt wat bidden is en er een goed gebruik van maakt. Als je bidt, kun je ook vragen om hulp om jezelf te zien, of om kracht en begrip voor je huidige problemen op je pad. Je kunt bidden om de schijnbaar onbetekenende dagelijkse voorvallen die niet harmonisch zijn in je padwerk te betrekken, zodat je dieper inzicht in jezelf krijgt. Ook daarmee kun je je verlangens naar je onderbewuste leiden, waarbij je het gezonde aspect van je psyche versterkt en je ongezonde, kinderachtige en weerspannige aspecten zwakker maakt. God leeft immers diep in je. Ik neem aan dat als je bidt, je je niet tot de lucht richt, maar naar je diepste innerlijk. Er is eigenlijk niet zo'n enorm verschil tussen gebed en zo'n 'instructie', de benadering is iets anders. Als je bidt richt je je op dat deel in jezelf dat het meest verborgen is voor je bewuste geest - je kunt het ook het bovenbewustzijn noemen of de Goddelijke vonk in je. Als je instructies geeft richt je je – zoals ik al zei - op een deel dat voor jou meer toegankelijk is. Zulke instructies moeten zich allereerst op de wens richten jezelf onder ogen te zien, te begrijpen en te zien waar je emoties nog steeds afwijken door je gebrek aan begrip. Dit verlangen moet je rustig en kalm vorm geven zonder spanning of dwang. Je moet eerst voor ogen blijven houden en accepteren dat verandering en groei in een langzaam proces verlopen."

VRAAG: U zegt met betrekking tot de laatste lezing en tot de lezing 'De afgrond van illusie'[1]: "Jij bent meester over je leven en lot. Jij en niemand anders schept je eigen geluk en ongeluk'. In 'De afgrond van illusie' zegt u ook dat "deze spirituele waarheid verdonkeremaand is en wel om een goede reden". Vervolgens zegt u dat "de mensheid eerst de basis van spiritualiteit moet begrijpen voordat zij deze kennis op de juiste wijze kan gebruiken, want dat deze kennis, indien misverstaan, zeer veel kwaad kan aanrichten". Zou u deze woorden voor ons kunnen toelichten? In het licht van deze laatste lezing denk ik dat het ons nu zou kunnen helpen. Ik heb de indruk dat het een grote stap voorwaarts voor het individu en voor de mensheid is en

[1] Lezing 60 'De afgrond van illusie;vrijheid en eigen verantwoordelijkheid' (Padboek II, Hoofdstuk 3) (Noot vertaler)

het begin vormt van een hele nieuwe cyclus in de spirituele ontwikkeling van het individu in de maatschappij. Wetenschap en filosofie zouden zich kunnen verenigen in de spirituele wetten en daardoor weer oog krijgen voor het feit dat we in God bestaan.

"Een van je vragen is, denk ik, welke schade zulke kennis en de daaruit voortvloeiende misvattingen kunnen aanrichten als de mensheid daar spiritueel nog niet klaar voor is. Laten we hier eerst op ingaan. Een mens die geen acht slaat op het bestaan en de macht van het onderbewuste, zal zulke inzichten slechts oppervlakkig kunnen opnemen. Dit kan in tweeërlei opzicht gevaarlijk zijn. Als hij gelooft dat hij zijn eigen lot creëert en onder bepaalde omstandigheden, waarvan hij de echte oorsprong negeert, beschikking krijgt over bepaalde krachten, zal hij misschien misbruik gaan maken van deze krachten, op grond van deze veronderstelling. Anderzijds zullen mensen die deze krachten niet hebben, zich uiterst gefrustreerd voelen en hun gevoel van ontoereikendheid kan dan eerder toe- dan afnemen. Wanneer zij de betekenis van tot nu toe onbewuste emoties zouden onderzoeken, zouden zij begrip krijgen voor de innerlijke wereld, de wetten en de realiteit ervan, evenals voor de wisselwerking tussen oorzaak en gevolg in de menselijke verhoudingen, binnen de innerlijke wereld van de emoties. Daarom is het noodzakelijk dat de mens zichzelf onderzoekt en zijn onderbewuste verkent om de waarheid van het feit dat de mens zijn eigen lot creëert, te begrijpen. Als zij dat niet doet groeit de mensheid niet genoeg om gebruik te maken van de kosmische, spirituele en universele waarheid. Als deze waarheid maar half begrepen en verwerkt wordt, kan deze gevaarlijk worden en zowel het individu als de hele mensheid schade berokkenen. De groeiende tendens in jullie tijd om het bestaan van het onderbewuste te accepteren en te onderzoeken, is een indicatie van een gestaag toenemende algemene ontwikkeling, ook al gaat zij gepaard met valkuilen, onbegrip en halve waarheden. Dit hoort bij de groeipijnen waar ieder levend organisme doorheen gaat. Wanneer deze groei, dit ontwaken, zich als een algemene beweging doorzet, zal de mensheid steeds meer de werkelijkheid gaan zien, namelijk de werkelijkheid van het innerlijke universum en zo begrip krijgen voor dat universum en al zijn spirituele wetten. Pas wanneer de mens zijn eigen innerlijke universum waarneemt, met al zijn oneindige mogelijkheden, de logische, rechtvaardige wetten die in hem en tussen hem en zijn medeschepselen werkzaam zijn, kan hij werkelijk God en Zijn schepping gewaarworden. Dan zal er eenheid

bereikt worden, langzamerhand, moeizaam, stap voor stap. Dit zal de noemer zijn die alle religies, alle wetenschappen en takken van menselijke kennis, die nu los van elkaar functioneren, met elkaar verbindt."

VRAAG: *Ik heb hierover nagedacht en zou graag willen weten of de mens altijd zo zijn best heeft gedaan en zijn creativiteit heeft aangewend om zijn bestaan te rechtvaardigen. Volgens u moet creativiteit in spirituele zin gepaard gaan met het wegwerken van de belemmeringen die haar tegenhouden, waardoor de ziel zich vrijelijk, in overeenstemming met de spirituele wetten kan uiten. Als we in de hoogste werkelijkheid zijn, één met God, zullen we echt verantwoordelijkheid voor onszelf dragen. Wanneer ik nadenk over de 'Afgrond van Illusie' en over wat u zei over liefde en creativiteit, lijkt het me dat onze verantwoordelijkheid ligt in het accepteren van de hernieuwde uiting van die liefde en creativiteit, waarvan de bron in God is. In dit opzicht, het verwerven van meesterschap over jezelf.... ik vind dit verwarrend, ik kan het niet goed zeggen.....*

"Kun je proberen duidelijk te maken waar de verwarring ligt? Het zou je helpen als je helder maakt, waar die ligt. Bovendien kan ik je vraag niet beantwoorden als ik niet weet wat je bedoelt."

VRAAG: Het gaat om verantwoordelijkheid. We schijnen bepaalde filosofische fixaties te hebben waartoe zowel de angst voor verlies als de angst voor het onbekende behoren. Dit hangt weer fundamenteel samen met liefde en vertrouwen, zoals u vanavond gezegd hebt. Ik zie nu hoe de samenhang is, en daar moet het antwoord liggen.

"Zie je, wat je net zei - de angst voor het onbekende - is een heel belangrijk element bij de meeste mensen, bij alle mensen tot op zekere hoogte. Maar het onbekende leer je kennen als je aan den lijve ondervindt wat ik je in deze lezingen verteld heb en dat houdt natuurlijk in: heel serieus je best doen jezelf te onderzoeken. Het is niet genoeg deze woorden te horen. Ze zullen niets betekenen, behalve misschien een aansporing er aan te beginnen, als je niet ervaart dat alle emoties waar we het hier over hebben in je ziel leven. Als je zo tewerk gaat leer je het onbekende kennen. En waar je het onbekende niet kent, zul je er niet langer bang voor zijn, omdat je nu toegeeft aan jezelf 'ik

weet het niet'. Dat maakt een heel groot verschil. Wanneer je dit allemaal verwerkelijkt, is meesterschap over jezelf niet langer een heilig moeten, maar een voorrecht en een bevrijding, terwijl nu het kind in je vrijheid afwijst als onbekend gevaar. Vanuit deze zelfde angst - de angst voor het onbekende - maakt de mens als het ware dogma's van ware concepten en vermindert daardoor het waarheidsgehalte ervan. Het was heel veelbetekenend dat je deze woorden gebruikte. Waarheid is flexibel, door haar aard kan ze niet worden vastgelegd. Daar komt een veelbetekenende misvatting uit voort. Wat waar is, kan nooit star, statisch of gefixeerd zijn, het is altijd flexibel. En deze flexibiliteit lijkt bedreigend voor de mens. Hij wil de vaststaande pseudo-veiligheid van een stenen muur waartegen hij kan leunen. Religie ontaardde door deze neiging in dogma's. Dat werkt geruststellend op deze irrationele, ongegronde angst in de menselijke ziel. De mens denkt dat het vaststaande veilig is en het flexibele onveilig. Omdat de waarheid leeft, net als al wat leeft, moet ze ook flexibel zijn. Dus is de mens bang voor waarheid, licht en leven. Dit irreële denkbeeld dat flexibiliteit onveilig is - is een van de grootste afgronden van illusie.

Wanneer je verder komt in dit werk zul je op de eerste plaats ontdekken dat deze specifieke angst ook in jou bestaat. Dat ook jij je vastklampt aan de denkbeeldige veiligheid van de onveranderlijke regel. Jij schijnt het gevoel te hebben dat je tegen die muur aan kunt leunen. Het lijkt je een sterke steun terwijl dat toch niet zo is, zoals je later zult ontdekken. En daarin ligt de verwarring over de persoonlijke verantwoordelijkheid. Als je leunt op de vaststaande regel, leg je die verantwoordelijkheid bij de regel. Als je beseft dat zo'n regel er niet is, ben je bang dat je iedere keer opnieuw je gedrag en houding moet bepalen. Wanneer je accepteert dat de waarheid flexibel is, komt de verantwoordelijkheid automatisch bij jezelf te liggen. Wanneer je niet langer bang bent voor verantwoordelijkheid omdat de minachting voor en het wantrouwen tegenover jezelf verdwenen zijn, zul je ook niet meer bang zijn voor het flexibele universum. Je zult je niet meer hoeven vastklampen aan een dogma, een starre wet. Je zult de flexibele wet in werking zien en er niet meer bang voor zijn. De onbuigzame, vastgelegde regel of wet is nuttig voor het kind, dat zelf nog geen verantwoordelijkheid kan of durft te nemen. Wat dit betreft is de angst voor het onbekende eigenlijk de angst 'zal ik me staande kunnen houden? zullen mijn oordeel en mijn reactie juist zijn? zal ik me niet vergissen? mag ik me vergissen?' Met andere woorden: in het niet

kennen van jezelf ligt je diepste angst voor het onbekende. Wanneer je deze angst kwijtraakt, ben je niet bang meer voor verantwoordelijkheid en ook niet voor de waarheid van de flexibele wet van het universum. Ook voor het leven, dat altijd flexibel is, zul je niet bang zijn. In al zijn flexibiliteit is het leven op de keper beschouwd onveranderlijk, echter nooit statisch."

VRAAG: Het woord 'angst' is vanavond een paar keer gevallen. U gebruikte de woorden 'irrationele en ongegronde angst'. Dit geeft mij aanleiding te denken dat er een rationele en gegronde angst moet bestaan. Wij leren hier bijvoorbeeld dat angst een negatieve betekenis heeft, voor een destructieve emotie staat. Maar dan lezen we in de Schrift: 'De vreze des Heren is het begin van wijsheid'. En in de Zohar (het Boek der Schittering) worden liefde en de vreze Gods met de vleugelen der vogels vergeleken. Ik ben benieuwd of u iets kunt zeggen over deze twee soorten angst?

"Dit zijn twee verschillende vragen en antwoorden. De eerste gaat over de rationele tegenover de irrationele angst. Als je in gevaar verkeert, is jouw reactie op angst gezond. Het is een signaal, geeft je de gelegenheid iets te doen, jezelf in veiligheid te brengen. Met andere woorden, deze angst is eerder constructief dan destructief. Zonder dit teken dat er gevaar dreigt zou je vernietigd worden. Dit is beslist heel anders dan de psychische, ongezonde, destructieve angsten waar wij in ons werk over het algemeen over praten. Wat de angst voor God betreft, die heeft absoluut niets te maken met de gezonde, beschermende angst waar we het net over hadden. Elke verwijzing in de Schrift naar angst voor God is te wijten aan een verkeerde en oppervlakkige manier van vertalen. Maar de diepere redenen waarom zulke foutieve vertalingen konden voorkomen, speciaal in dit verband, hebben veel te maken met zowel het Godsbeeld van de mens als met de angst voor het onbekende. Aan de ene kant heeft hij het sterke gezag van de starre regel nodig om maar niet zelf verantwoordelijk te hoeven zijn, aan de andere kant is ongezonde angst het resultaat. Dit gebeurt als mensen het niveau van rijpheid en eigen verantwoordelijkheid niet bereiken. Of je nu angst hebt voor 'de wrake Gods', voor het leven, voor andere mensen of voor jezelf, het komt op hetzelfde neer. Uiterlijk is er simpelweg een misverstand over bepaalde termen; in werkelijkheid betekent het woord 'vrees' iets heel anders. Je zou het het best kunnen omschrijven met het woord 'eer' of 'respect'. Het

respect dat bewezen wordt aan de hoogste Intelligentie, Wijsheid en Liefde is begrijpelijk. Voor deze oneindige grootsheid moet iedereen wel diep ontzag hebben, maar nooit angst! Tegenover de wonderbaarlijkheid daarvan heeft men vanzelf ontzag. Het gaat alle begrip te boven. Dit idee wordt bedoeld met het verkeerd vertaalde 'vrees'. Maar zo is het niet bedoeld. Is dat duidelijk?"

VRAAG: Het is duidelijk. Ik zou er een gedachte die hiermee te maken heeft aan toe willen voegen. Dit ondersteunt wat u gezegd heeft. In de Kabbala is het woord dat overeenkomt met wat wij kennen als het woord 'vrees' het Hebreeuwse woord Y(I)R(A)H. Dit woord heeft betrekking op de negende van de Tien Sephiroth, (Emanaties), die aangeduid wordt met 'Fundament'. Het is het keerpunt waar involutie eindigt en evolutie begint. Hier begint de opwaarts beweging naar God. Het bewustzijn van God is het begin van wijsheid.

"Ja, dat is heel waar. Heeft iemand nog een vraag?"

VRAAG: Ja. Wat is de psychische wet die werkzaam is tussen de bewuste en de onbewuste geest? Bestaat er een strikte scheidingslijn en welke wet bepaalt wat er boven is en wat beneden?

"Er is geen strikte scheidslijn tussen het bewuste en het onbewuste. Je zult wel gemerkt hebben dat je in dit werk vaak volkomen onbekende inzichten verwacht te vinden. Soms gebeurt dit ook wel. Maar op de een of andere wijze weet je dat wat je nu ontdekt als een nieuwe herkenning, met een opnieuw begrijpen van de betekenis ervan, niet echt nieuw was. Je zag het gewoon niet, maar het was er altijd al. Het bevond zich ergens tussen je bewuste en onbewuste. Er is geen strikte scheidslijn, eerder kun je hier spreken van een vervagende overgang. Stel je de hele persoonlijkheid, psyche of geest, bewust en onbewust, voor als een afgeronde vorm. Hoe verder een mens zich geëvolueerd en ontwikkeld heeft, hoe minder deze vorm schuil gaat in mist of nevel. Hoe minder ontwikkeld iemand is. des te groter het stuk dat in nevelen gehuld is. Het gedeelte dat op bewust niveau functioneert, is het kleinste stuk. Spirituele filosofieën en leringen gebruiken de term 'de verruiming van het bewustzijn'. dat is het precies. Als je zo'n vorm visualiseert, kun je je voorstellen dat als je bewustzijn verruimd wordt, het uit de mist van het onbewuste tevoorschijn komt. Langzaamaan

trekt de nevel zich terug. Je wordt je steeds meer van jezelf bewust. Aangezien het universum in je is en jij een universum op zich bent, kan universeel bewustzijn alleen bereikt worden via juist dit proces van jezelf vinden, waardoor de mist wordt opgetrokken. Je kunt het niet bereiken door je alleen te concentreren op dingen die je met je hersens leert. Dat kan zeker zijn waarde hebben, het kan een gereedschap blijken te zijn voor dit werk van jezelf vinden. Dit is het proces waardoor de mist optrekt zodat het gedeelte dat onbewust was, bewust wordt.

Er is - globaal gesproken - één basiselement dat bepalend is voor het verborgen blijven of bekend worden van dingen, namelijk je wil om je werkelijkheid, jezelf onder ogen te zien, je wil om te groeien en te veranderen met alle schijnbaar onplezierige, maar voorbijgaande consequenties."

VRAAG: Staat geduld ambitie in de weg?

"Geduld, als het echt is en geen misvorming, zoals bijvoorbeeld inertie, kan nergens een belemmering voor zijn. Het komt natuurlijk vaak voor dat mensen een deugd van een ondeugd maken. Mensen die inert zijn, kunnen zichzelf wijsmaken dat ze geduldig zijn. Mensen die ongeduldig zijn, kunnen zichzelf wijsmaken dat ze actief en energiek zijn. Het gaat er dus altijd om de werkelijke neiging of emotie te vinden. Geen enkele goede eigenschap kan echter ooit nadelig zijn. Maar ongeduld zal je ambitie wel in de weg staan, omdat ongeduld een vorm van onrijpheid is. Het is het kind in je dat alles wil, niet alleen op de manier die hij wil, maar ook nu, onmiddellijk. Het kind kan niet wachten. Zoals ik de laatste keer al uitgelegd heb, leeft het kind alleen in het nu, maar op de verkeerde manier. Het voelt de realiteit van morgen niet en denkt daarom dat wat nu niet bereikt wordt, niet telt, geen werkelijkheid is. Een gerijpt mens kan wachten. Die beseft dat als het beoogde doel niet onmiddellijk bereikt wordt, daar redenen voor zijn. Sommige redenen kunnen bij hemzelf liggen, zodat hij de tijd van wachten constructief gebruikt om deze redenen te vinden en op te ruimen. De tijd die hij moet wachten, zal hij gebruiken om het nodige maar hem nog ontbrekende inzicht, vermogen of begrip te verwerven. Geduld, als het dat dus echt is, is iets zuiver opbouwends en geen inertie, passiviteit of luiheid. Het kan je alleen maar tot voordeel zijn. Geduld zal altijd onderscheid weten te maken. De ene keer komt het op wachten aan, een andere keer is actie op zijn plaats. Maar geduld is er

ook gedurende tijden van zeer geconcentreerde activiteit, omdat het in feite een innerlijke toestand is en niets te maken heeft met de uiterlijke tekenen. Iemand die actief is, kan van binnen geduldig zijn. Iemand die uiterlijk volkomen passief is, kan van binnen ongeduldig zijn. Is dat duidelijk?"

VRAAG: Ja, dank U. Ik zou graag een definitie van geduld willen horen.

"Er zijn veel definities. Maar in het kader van deze lezing zou ik het zo willen stellen: geduld weet dat je niet altijd precies kunt hebben wat je wilt en wanneer je het wilt. Geduld wordt niet belemmerd door de pressie, spanning en angstige bezorgdheid van de ziel. Als je dat gaat analyseren, zul je merken dat wanneer je ongeduld voelt, dit gevoel gepaard gaat met gevoelens van gespannen bezorgdheid en innerlijke druk. Dit alles komt voort uit gevoelens van ontoereikendheid en een gevoel van "ik krijg het nooit voor elkaar" bij wat je ook doet. Dit is ongeduld. Daarom kan geduld alleen bestaan in de volledig gerijpte persoonlijkheid, die haar beperkingen kent, maar op zichzelf vertrouwt, omdat zij ook haar mogelijkheden kent. De staat van rijpheid die jullie doel is, brengt naast vele andere verworvenheden ook geduld."

VRAAG: Ik wil nog even terugkomen op die vraag over angst en het verkeerd omgaan met je instinct in dit opzicht. Het instinct is een natuurlijk gegeven in een mens dat normaal functioneert. Zou u commentaar willen geven op het verkeerd met je instinct omgaan?

"Dit houdt verband met het vertrouwen in jezelf waar we het al eerder over hadden. Als je je instincten kortwiekt, vanwege de hier besproken afwijkingen, vertrouw je ze niet. Heel vaak heb je ontdekt dat je angsten niet gegrond zijn. Van daaruit houd je op naar ze te luisteren, ook als je dat wel moet doen. Dan word je des te sterker door angst overspoeld en weet je nooit wanneer je je intuïtie of instinct moet vertrouwen en wanneer niet. Als je niet langer geplaagd wordt door redeloze angsten, zul je je angst, wanneer deze de kop opsteekt, op een intelligente manier onderzoeken, in plaats van deze te begraven.

Zowel de vorige als deze lezing verschaffen jullie aardig wat materiaal waar je verder mee kunt werken en ook vragen en discussies voor je werk met elkaar

Wees gezegend allemaal, lieve mensen. Mogen jullie de weg naar rijpheid en liefde vinden doordat je ontdekt hoe en waarom je nu niet liefhebt. Mogen jullie de moed vinden om jezelf te bevrijden van de onnodige last die je angst voor liefde en leven je op legt.

Ga in vrede, liefste vrienden, wees in God."

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1960
Oorspronkelijk uitgegeven door Center of the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'About the Fear of Loving'.
Vertaling door Carla Boegel in 1988; herzien in 1999 door Anna Bol.
© Stichting Gemeenschap het Pad. Uitgave 2010