

Dinsdag, 25 September 1978

Aan het begin van de bijeenkomst, moet ik u - zoals dat gebruikelijk is - er op wijzen, dat we niet alwetend of onfeilbaar zijn. Het is de bedoeling, dat u zelf over alles nadenkt. Het is beter, dat u een eigen mening hebt, zelfs wanneer het een verkeerde zou zijn, dan dat u klakkeloos aanneemt wat door ons wordt gezegd.

Wat betreft het onderwerp u kunt er zelf een kiezen, zoals u weet, dus verneem ik graag waar we over gaan praten.

- ❖ *Er is door de aanwezigen het volgende onderwerp gekozen. Uittreding en droom; overeenkomst en verschil. Aan de andere kant is er ook gevraagd iets te vertellen in het algemeen over regressiehypnose. Misschien past dit hierbij.*

## UITTREDING EN DROOM

Niet helemaal. We zullen kijken hoever we komen. Laten we dan beginnen met zeggen, dat een droom een beleving is, welke zich in de hersenen afspeelt, zonder dat men zich van de wereld rond zich volledig bewust is en el dan niet vanuit die prikkels, die vanuit die buitenwereld kunnen optreden.

Onder uittreding verstaan we een totaal wegvallen van alle bewustzijn van de normale wereld, terwijl het ik, het lichaam verlatende, hetzij in die wereld, hetzij in een andere wereld, waarnemingen en ervaringen ondergaat en een deel daarvan als herinnering terug ken brengen naar het lichaam.

Bent u het met deze twee definities eens tot zover?

Goed. Nou, dan gaan we kijken wat we kunnen vertellen over een droom. Ja een droom, wat droom je eigenlijk? Over het algemeen droomt een mens drie á vier keer per nacht. Er zijn mensen, die meer dromen, maar drie á vier is het minimum. Die droom perioden worden zelden herinnerd, dat moet u goed begrijpen. Dromen, die het meest herinnerd worden, zijn de zogenaamde wekdromen, dromen dus, die kort voor een ontwaken plaatsvinden. Wekdromen worden meestal veroorzaakt door prikkels van buitenaf. Heel vaak is zo'n hele droom niets anders dan een poging om iets wat je van buiten af al half bewust hebt waargenomen te verklaren en in te passen in je eigen dromen. om het heel eenvoudig te zeggen: u hoort een klap en moet dat gaan verklaren voor uzelf, dus droomt u dat u in de Franse tijd volgeling bent van Marie-Antoinette, met haar volgens de reclame vertelt, dat de mensen beter via en koek kunnen eten dan brood, waarop u dus wordt meegesleept en met een klap uw eigen hoofd hoort vallen onder de guillotine. Dat klinkt dwaas, maar zo is het nu eenmaal, omdat, de normale droom alle, let wel alle, invloeden van buiten pleegt in te weven in een verhaal. Dat verhaal kent dan, gezien de spanningen, die in je bestaan, ongetwijfeld bepaalde begeerte- en angstelementen. Een droom, die door angstelementen overheerst wordt noemen we een nachtmerrie (ik heb nog nooit van een nachthengst gehoord, maar die zullen er ook wel zijn) en wanneer we te maken hebben met een zogenaamde prettige droom, dan is dat over het algemeen een verweven van wensen met allerlei herinneringen, hetzij van feiten, hetzij van verhalen.

Alles wat in de hersenen wordt opgenomen kan een element zijn in een droom. Het verschil tussen de droom en de uittreding zou je het best als volgt kunnen definiëren. Bij de uittreding zijn waarnemingen, ervaringen en herkenningen, die tot op dat ogenblik in het denken van de mens niet aanwezig waren en ook in zijn onderbewustzijn niet bestonden. Dat is het grote verschil. Dus: dromen dat is alles uit jezelf; uittreden is feiten waarnemen, die je niet kunt kennen, waarvoor je geen gegevens hebt en wel buiten jezelf. Zo simpel is het eigenlijk. Nu zijn er een heleboel mensen, die vragen hoe ze kunnen weten of ze gedroomd hebben of uitgetreden zijn. Nu zijn er wel wat onderscheiden factoren. De meeste dromen worden zonder kleur beseft; de meeste uittredingen daarentegen gaan met een verhoogd kleurbesef gepaard, zodat je het dan heel vaak hebt over kleuren, over mooie kleurige scènes, die je ziet. In de droom is dat sterk op de achtergrond. Wanneer er al kleur is, is deze in feite associatief.

Bijvoorbeeld, ik zie een bus en die bus is.....vult u maar in, groen, geel, etc. omdat ik altijd bussen zo heb gezien. Dus het verschil in de waarneming, in de herinnering kan al helpen om onderscheid te maken. Er is echter meer. Wanneer u uittreedt, dan gaat het deel van uw eigen persoonlijkheid buiten uw eigen ik uit. De meeste mensen denken, dat dat altijd naar een geestelijke wereld moet zijn, maar dat is helemaal niet nodig. U kunt gewoon uitreden en kijken welke revu er loopt ergens op Montmartre. Een heel goedkope manier, alleen zie je er niet veel van. Je kunt kijken hoe het er voor staat in bijvoorbeeld Zuid-Afrika, India of ergens anders. U kunt deel uitmaken in uitgetreden toestand van bepaalde rituelen, plechtigheden, samenkomsten, die op aarde plaatsvinden. Theoretisch zou u, uitgetreden, uw eigen geest zelfs naar een paar kennissen kunnen sturen, die met kruis en bord bezig zijn en dan eventjes een paar lettertjes aan te tikken. Een kleine vriendelijkheid, die dan zeer waarschijnlijk grote verwarring veroorzaakt. De mogelijkheden zijn dus legio. Er is geen definitie van datgene, wat alleen in de uittreding beleefd wordt, maar er is wel iets anders. Feiten, die ik weer heb genomen tijdens de uittreding, zijn controleerbaar. Zie ik een vliegtuig te pletter vallen in uitgetreden toestand, dan moet dat binnen twee dagen in de krant staan. Zie ik bij een vriend, dat er een nieuwe televisie staat, ga de volgende dag maar op visite, misschien krijg je er wel een idee van. Je kunt controleren of het waar is.

Op deze manier is uitreden iets wat beoefend moet worden. De moeilijkheid is, dat het onthouden natuurlijk heel beperkt is. Stel, dat u naar een hoge wereld gaat. U komt dan in een wereld, waar allerlei trillingen de hoofdrol spelen. Vormen zijn er niet of bijna niet. U moet dat gaan vertalen, want u kunt dat niet zo precies overbrengen. Wat doet U? U gaat dat overzetten in: ik heb mooie kleuren gezien. Ik zag een vreemde berg en daar hingen allemaal vreemde flarden van kleuren om heen. Weer die kleuren. Het is dus zo, dat je op een gegeven ogenblik vorm probeert te geven aan hetgeen je ervaren hebt. Stel nu, dat je een enorm gevoel van schoonheid hebt en tegelijk voel je, dat hier een geest woont. Dan is het heel goed mogelijk, dat je zegt, dat je een schitterende villa hebt gezien, want de vertaling van de beleving en de uittreding, zover zij niet behoren tot de eigen wereld of de vlakbij gelegen vormwerelden, is altijd associatief en dus niet feitelijke weergave. Is het tot zover allemaal begrijpelijk, duidelijk en voldoende? Luister. Wanneer je nu wilt gaan uitreden, dan klinkt het misschien heel erg gemakkelijk. We gaan ons instellen en dan hokus pokus..... sluit je ogen, spreid je uit en hup daar ga je. Vergeet het maar. Uittreding is iets, wat vaker plaatsvindt, dan u denkt. Er is geen enkele mens, die tijdens zijn leven geen enkele maal is uitgetreden. Het belangrijkste is veeleer, dat u eerst eens leert te onthouden wat er gebeurt in die droom. Ik weet dan, dat u in vele gevallen nog met dromen te maken hebt. Dat is niet erg. Eerst leren onthouden in je slaap. Een betrekkelijke simpele methode daarvoor is in de eerste plaats dit: Suggereer jezelf, dat je zult onthouden en onmiddellijk na de beleving wakker worden. Stel dan dat je onmiddellijk, al is het met een paar woorden dit zult neerleggen, bijvoorbeeld met potlood en papier op het nachtkastje.

Dus: vastleggen. Herhaal dit een aantal nachten achter elkaar, dus niet zeggen: Ik ga het eens proberen. Het was niet veel, nou, ik zal morgen wel weer zien. En ook niet: Ik slaap er zo onrustig door. Dat kan inderdaad een paar nachten, maar het moet een gewoonte worden. Pas dan kunnen we zeggen, dat we zover zijn, dat we in staat zijn met een enkele suggestie die droom als het ware te fixeren, zodat ik er later een groot gedeelte van terug kan vinden. Dan heeft het pas zin om te gaan uitreden. Zonder dit kun je het doen met zuiver geestelijke bedoelingen, maar dat kun je nooit controleren. Er zijn mensen, die zeggen, dat ze uitreden. Als je dat goed nakijkt zweven ze wel, maar in de materieel psychische trend. Dus we hebben die training gewoon nodig. Dan beginnen we met uittreding. Wat is uittreding dan. In het begin eigenlijk een fantasiespelletje. Dat vinden de meeste mensen ook vreemd, maar je moet een begin hebben. Uittreden op een bewuste manier, dat kun je nu eenmaal het beste leren door gewoon bewust een deel van jezelf ergens heen te projecteren. Die projectie kan alleen gelukken, wanneer je weet waar je naar toe gaat. Eenvoudige voorbeelden. Probeer ergens in de buurt of een eindje weg een straat door te gaan. Ontdek, dat u alles waar kunt nemen. Kijk goed om u heen. Kies een winkel uit bij wijze van spreken of gewoon een raam, waar een paar bloemen staan en kijk wat er start. U kunt het de volgende dag, wanneer u het hebt opgeschreven, controleren. Op deze manier krijgt u langzaam maar zeker begrip voor uittreding. Dat kunt u doen door naar bekenden te gaan en kijken of er daar iets bijzonders gaande is. Geef uzelf simpele opdrachten en probeer in uw gedachten, terwijl u zich zo goed mogelijk ontspant, fase voor fase na te gaan. Dus bijvoorbeeld: ik sta in de Piet-Willem-Klaasstraat. Ik loop nu oostelijk. Ik zie die tuintjes. Ik zie daar dat huis. Daar is een

uithangbord en nu moet ik de hoek om en nu ga ik daar schuin over bij nummer 77 naar boven of naar binnen. He, ze hebben iets in de gang laten staan. Oh, er is nog iemand op, wie is dat? Op die manier. Het klinkt krakzinnig, maar alweer: wanneer je niet begint met simpele dingen, die je kunt controleren, hoe kun je dan later met enige zekerheid weten, dat je uittredingen reëel zijn? Er zijn uiteraard natuurtalenten op dat terrein, die doen dat en die weten dat, dat is me bekend. Anderen vinden het via heel andere trainingen. Er zijn mensen, die zich bezig houden met ik-erkenning, ik-beschouwingen op een bepaalde manier en die onbewust of bewust daardoor de mogelijkheid tot uittreding verwerven. Wat ik u geef is een methode, die door praktisch iedereen op den duur hanteerbaar is. Laten we aannemen, dat dat gelukt is. U moet dan een stapje verder gaan. Je moet je dan bijvoorbeeld voorstellen, dat je een vogel bent. Probeer eens boven de stad te vliegen. Kijk eens hoe ze eruit ziet. Misschien zie je, dat ze hier of daar weer een omleiding hebben of zo. Kun je kijken of het waar is. Probeer je los te maken van je normale manier van bewegen en vliegen is daarvoor een van de meest gunstige methoden. U kunt het zich ook anders voorstellen. De voorstelling is niet belangrijk, wel het feit, dat u als het ware uw eigen wereld van boven kunt bekijken.

❖ *U hebt niet gezegd, wanneer je daar mee moet beginnen, in de slaaperperiode of wanneer?*

Ik heb u gezegd fantasie en een fantasie begin je voordat je slaapt. Nu is het aardige, dat die fantasie in zichzelf een zodanig sterke suggestie heeft wanneer u dat werkelijk zo gedetailleerd mogelijk probeert te doen, dat ze op een gegeven ogenblik overgaat in een werkelijke waarneming. Die werkelijke waarneming is controleerbaar. Daardoor zult u een volgende maal gemakkelijker die suggestie volgen en met grotere zelfverzekerdheid gaan waarnemen.

❖ *Zijn die uittredingen nou voor de geestelijke ontwikkeling goed?*

Tot voor zover ik ze u heb omschreven, zijn ze alleen belangrijk als training voor iemand, die wil uittreden.

❖ *Is het echt nuttig voor iedereen?*

Ik geloof, dat het voor iedereen zijn nut kan hebben, maar dat ligt heel sterk aan jezelf, aan de geestelijke toestand, waarin je verkeert, de materiele situatie, waarin je verkeert. Dat kun je nooit voor iedereen gelijkelijk vaststellen. We nemen echter aan, dat als er zo'n onderwerp gesteld wordt een mate van behoefte aanwezig is tot dit experimenteren. Daarom ga ik er zo ver op in.

Wat ik probeer duidelijk te maken is, dat je uit moet gaan van het bekende. Nooit van het onbekende. Het bekende met zijn controleerbaarheid, maakt het je mogelijk jezelf te corrigeren in onjuistheden, in neigingen tot overdrijving (dat bestaat heel vaak). Wanneer je dan eenmaal bezig bent met dat vliegen, laat ik het zo maar noemen, dan ga je automatisch ook veel verder weg. Je gaat kijken wat ergens achter de horizon ligt. In deze fase nu, zult u ontdekken, dat er anderen zijn, net zoals u. Wezens, die u plotseling ziet en waarvan u toch weet, dat ze materieel niet bestaan. Dat is natuurlijk aardig, want daar kun je contact mee maken. Dan zal u blijken, dat sommigen daarvan ook - net als u - uitgetreden zijn. Hun lichaam ligt dus in een soort slaap, een diepe slaap, maar anderen blijken dus te behoren tot een geestelijke wereld. Heel vaak krijg je hierdoor contact met geestelijke leiders. Let op! Wanneer u met die gestalten te maken krijgt, dan is een schil - dus een niet betrouwbaar element - altijd een wezen, waarvan de ogen geen reflex vertonen. Dat zijn gewoon donkere hollen. Kijk dus neer de uitstraling. Is er een uitstraling op het voorhoofd zeer sterk merkbaar, dan hebt u of te maken met een stoffelijk ingewijde - ook al is het een adeptus minor - of u hebt te maken met een geest, die behoort tot een van de lichtsferen boven laag-zomerland.

Dat zijn altijd goede gidsen en leermeesters. Dat is dus makkelijk. Nu heb je in de droom de neiging om je eigen spanningen en je eigen conflicten door te werken en vaak ook op te lessen. Mensen, die angst hebben, die niet geconcretiseerd is, die krijgen een nachtmerrie. Door die nachtmerrie hebben ze dan weer het gevoel eigenlijk, dat de zaak een beetje in evenwicht komt. De droom is voor de mens eigenlijk een soort herstel van psychische balans. Wanneer u nooit zou dromen, dan zoudt u veel grotere spanningen ervaren. U zou dan mentaal grotere moeilijkheden hebben. Uw zenuwgestel zou er onder lijden. De droom is dus nuttig. De uittreding kan dit zijn. Je moet dus niet zeggen, dat je alle dromen maar overboord gooit en dat je voortaan alleen maar gaat uittreden. Er zijn mensen, die zeggen: "ja maar, ik woon eigenlijk in andere sferen, ik ben forens uit zomerland, ik kom hier alleen werken." Dan vraag ik me altijd af of er niet ergens - zoals onze Zuidburen zeggen - iets los geschoten is.

U leeft op deze wereld. Dat wil zeggen, dat deze wereld voor u het meest belangrijke is. Wanneer u hier tekort schiet, dan kan een uittreding u ook niet helpen. U moet goed begrijpen, de uittreding is een aanvullende ervaring, schept aanvullende mogelijkheden, maar kan nooit in de plaats treden van materiele belevingen, daadstellingen of ervaringen.

Willen we nu de compensatie, die we in de droom vinden, enigszins terugvinden in de uittredingen, dan moeten we eerst zover zijn, dat we de lichtende werelden kunnen bereiken. Dit kunnen we veelal niet, zonder dat er iemand bij is. Iemand, die je helpt. Vooral in het begin zul je een gids of geleider nodig hebben. Later kun je je instellen op een bepaald gevoel, een bepaalde ervaring, en zonder meer soms een zekere sfeer bereiken. Neem maar aan, dat je voorlopig een geleider nodig hebt. In zo'n wereld bestaan eigen wetten, eigen krachten, eigen bestaanswaarden. Door krachten, die u daar ervaart bewust op uw lichaam te richten, kunt u heel vaak het energiepotentiaal ervan verhogen. Dit betekent een betere opnameverwerking van Odkracht, betere functie van de levenskracht circuits, etc. Je kunt er dan ook lichamelijk nut uithalen. Het heeft - dacht ik - ook wel zin om dat te doen.

Daarnaast neem je waar. Die waarnemingen kunnen in een andere tijdssequentie liggen dan de uwe. Het kan zijn, dat u dingen waarneemt, die hier al gebeurd zijn, maar ook, die er nog gebeuren moeten. Er is geen absolute gelijkwaardigheid tussen tijdsbeleving en waarneming op aarde en in de sferen.

Hoe verder de sfeer, van waaruit u waarneemt van de aarde af ligt, hoe moeilijker het wordt om het punt wat op aarde net heden is, precies te definiëren zodat als het ware verleden en toekomst samen een beeld geven, waarvan je maar heel moeilijk kunt zeggen: dit is geweest en dat gaat komen.

Maar zover bent u voorlopig - heem ik aan - niet. Laat ik er dan maar bij blijven, dat uittredingen de mogelijkheid geven je eigen leven juister te overzien. Je kunt tot een herwaardering komen voor de betekenis van wat je doet, wat je bent. Je kunt in veel gevallen in uitgetreden toestand, zeker wanneer je boven laag-zomerland uit kunt komen, ook de relatie gemakkelijker zien tussen jezelf en anderen. Wat je doet heeft voor een ander vaak een heel andere betekenis dan jij denkt. In die toestand kun je dat beseffen. Het is dus mogelijk om op aarde een juistere oriëntatie te verkrijgen. Daarnaast is het mogelijk, wanneer je in die sfeer bent, om je als het even kan, probeer hulp te krijgen van iemand uit die sfeer daarvoor, om op aarde bepaalde punten waar te nemen.

Je kunt je daarvoor zelfs richten op gegevens. Laat me een voorbeeld nemen. U wilt weten waar er aardolie is in Nederland, dat kunt u zien. U wilt weten waar atoomkoppen zijn opgeslagen in Nederland, u kunt het zien. U zult dit dan later niet helemaal precies aan kunnen geven, maar met een je wat te concentreren kun je gebieden aangeven op een landkaart, waarvan je zegt: "Daar moet het zijn."

Op die manier kun je gemakkelijk oriënteren. Je kunt soms in de tijd iets vooruitlopen. Voor iemand, die net boven laag-zomerland zit, ligt dat meestal niet veel verder dan een week. In die periode kunt u gegevens waarnemen, mits het een groter aantal mensen betreft. Details voor jezelf kun je dus niet waarnemen, maar u kunt dus wel zien hoe de toestand zal zijn in... en dan noemt u bijvoorbeeld een stad, desnoods een punt in de stad op een bepaald ogenblik over een week. Dat kunt u wel zien. Heel vaak zult u dan ontdekken, dat een soort lichtpuntjes uitschieten in die waarneming, concentreer je daarop. U zult zien, dat dit de afwijking van de norm is. Als je die kunt onthouden ben je een gewaarschuwd mens niet alleen, maar bovendien kun je bepaalde zaken soms helpen voorkomen. Want het zijn allemaal mogelijkheden op uw wereld, ook wanneer het reeds bijna zekere feiten zijn geworden voor de geest. Er is dus enig nut aan verbonden.

Voor de bewustwording zelf is het natuurlijk erg goed, dat je leert om andere werelden gelijktijdig te beleven. Je kunt je eigen wezen beter begrijpen, je hebt meer voertuigen, dan alleen het stoffelijke. Je kunt begrijpen hoe geestelijke invloeden, kosmische invloeden en werkingen je eigen gedrag eigenlijk limiteren. Je hebt niet zo veel mogelijkheden als je denkt soms; of hoe je eigenlijk met alle goede wil precies het verkeerde doet omdat je niet voldoende inzicht hebt in datgene, wat je geestelijk moet opbrengen om stoffelijk iets te kunnen doen of omgekeerd. Op die manier kun je zeggen, dat uittreding een bijzonder goede training is, mits u bereid bent om alle ervaringen tijdens de uittreding slechts te beschouwen als factoren in uw stoffelijk bestaan en niet probeert uw stoffelijk bestaan grotendeels te

verlaten, door de uittreding steeds meer voorop te stellen. Is dit voldoende zover. Heeft u commentaar?

- ❖ *Ik heb tot nu toe tijdens uw lezingen de indruk gekregen, dat het zelf opwekken van uittredingen niet zo bijzonder goed was, maar dat je er op moest wachten tot je een bepaalde graad van rijpheid bereikt hebt.*

Dat is ook wel zo. U moet een ding goed begrijpen, we hebben het nu over uittreding. Ik heb u de procedures gegeven, waardoor het mogelijk wordt. Als uw eigen instelling nu eens verkeerd is en u probeert uit te treden, wat gebeurt er dan? Dan wordt u met angstsituaties geconfronteerd, want dan komt u in werelden, die even disharmonisch zijn als u zelf. Als u nu weet, dat bij elke uittreding het besef "ik slaap" voldoende is om de band met deze beleefde wereld praktisch te verbreken, dan zult u ook wel begrijpen, dat het dan vanzelf wel in een droom overgaat. Als je drie keer op die manier een nachtmerrie hebt gehad, dan begin je er niet meer aan.

- ❖ *Kan het ook zo zijn, dat je terecht komt in een wereld waar jij de dingen wel waarneemt en ze nemen jou niet waar, hoe zit dat dan?*

Je kunt in zo'n wereld terecht komen - en nu moet ik ook vaktermen gaan gebruiken - ofschoon ze een hogere trilling heeft, dan je zelf bezit. Op het moment, dat die wereld een hogere trilling heeft dan jezelf, ben je voor die wereld niet waarneembaar en zul je slechts de laagste processen van die wereld kunnen waarnemen, niet het geheel. Het omgekeerde is ook mogelijk. Je kunt een lage wereld ingaan, dan kost het je heel wat moeite om jezelf herkenbaar te maken.

- ❖ *Hoe komt dat dan?*

Om de doodeenvoudige reden, dat de anderen een bewustzijn hebben, dat niet voor de trilling, die u bent, gevoelig is. Laat ik het heel eenvoudig zeggen, als u in een lage sfeer komt, bent u een hondefluitje. Als u in een hoge sfeer komt, dan bent u een subsone trilling. Begrijpt u wat ik bedoel.

- ❖ *U zei daar straks, dat je je droom moet opschrijven. Wanneer je nou nooit droomt?*

Daarvoor is het juist bedoeld. Er is namelijk niet gezegd, dat u moet gaan dromen, maar u moet u zelf sterk voorhouden, dat wanneer u droomt u onmiddellijk als die droom afbreekt, wakker worden en daar iets van opschrijven, iets van noteren of inspreken op een bandrecordertje of iets dergelijks. In ieder geval iets fixeren. Dan zal blijken, dat u denkt niet te dromen, maar dat u heel vaak droomt. Alleen die droom wordt niet in uw herinneringsvermogen vastgelegd. Dat is namelijk een zo korte tijd, dat voordat u wakker bent het allang weer verbleekt is. Ik heb u gezegd, dat wekdromen het gemakkelijkst worden onthouden; wanneer je een wekdroom hebt is die heel erg levendig. Als je hem aan een ander wilt vertellen, moet je niet wachten tot je een kopje thee gedronken hebt, dan weet je hem niet meer. Je kunt er dan alleen iets algemeen om heen zwammen, maar wat je wilde zeggen ben je kwijt. Direct na het ontwaken, echter, zijn wekdromen nogal sterk. Nu kan het zijn, dat u weinig buitenwereld gevoelig bent en dat u zeer snel ontwaakt, dat de periode van halfslaap maar heel kort is voor het ontwaken. In die gevallen zult u weinig wekdromen hebben. Dat wil niet zeggen, dat u niet voldoende dromen hebt gehad. Wanneer u dat wilt gaan doen, begin dan maar eens met die training, misschien levert dat wat op.

- ❖ *Als je dan uittreedt, kom je automatisch in die sfeer terecht, waar je thuishoort?*

Uit hetgeen ik gezegd heb, blijkt al, dat dat niet het geval is. Je komt niet automatisch bij uittreding in een sfeer terecht. Je kunt namelijk alleen contact opnemen met diegenen, die hetzij door hetgeen zij doen, waarnemen of zijn op dat ogenblik met je harmonisch zijn. Het is die harmonie, die bepalend is voor wat er dan verder nog kan gebeuren. U zult dus zelden uittreden en zeggen: "Nu kom ik in die sfeer." Het kan wel, dat u denkt "wat gek, ik droom en zie mezelf beneden liggen." Dan kijk je nog eens. De meeste mensen, die zo kijken zeggen dan, dat het nog best mee valt. Ineens zie je een ander naast je staan en je gaat daar met mee of je voelt een soort zuiging of dat het lijkt of je door een wind wordt meegenomen, dan heb je een geleider. Die geleider kan je in een bepaalde wereld brengen. Duidelijk?

- ❖ *Opmerking over niet opschrijven, maar een speld gebruiken bij de echtgenote.*

Ik ben bang, dat een speld in dit geval het opschrijven niet zal bevorderen. Het is mij nog niet bekend, het is heel nieuw dus, dat je deze notering van de herinnering ook onder naaldvakken kunt rangschikken. Dank voor de informatie in ieder geval.

❖ *In welke categorie vallen symbooldromen?*

Dat kan droom zijn, dat kan uittreding zijji. Het is namelijk niet met zekerheid te zeggen. Een mens heeft een training, zeg maar conditionering ondergaan, waardoor hij bepaalde begrippen wel en andere begrippen weer niet aanvaarden kan.

Nu heeft het herinneringsvermogen, wanneer je in een droom iets beleefd hebt, de neiging als een censor op te treden en in plaats van het feit zet hij dan een symbool. Dus ook in een gewone droom kunnen zaken, die op de een of andere manier nu niet voor jou aanvaardbaar zouden zijn, worden omgezet in symbolen. Bij uittreding krijg je weer hetzelfde. Je kunt iets beleven, wat niet weer te geven is. Laten we zeggen, dat je een keer in de kloof van de tijd kijkt, dat is op zichzelf ook al een symbool: kloof van de tijd. Het is dus het begrip van tijdloosheid voor een ogenblik. Je beseft, dat bestaan aan tijd gebonden is. Dat kun je voor jezelf misschien niet uitdrukken, maar wat is voor u een idee van tijdloosheid, van oneindige duur, van lange duur, van een piramide. Dan wordt uw droom een piramide. Het kan zijn, dat u allerlei andere symbolen al eens gezien hebt, bijvoorbeeld de worm, die zichzelf opvreet, de slang die zijn eigen staart in de mond heeft. Misschien, dat u de oude zegels voor u ziet, inclusief het woord abraxas, best mogelijk. Wanneer u dus deze feiten weet, dan gaat u het symbool substitueren voor iets, wat - om welke reden dan ook - voor het ik niet volledig aanvaardbaar is. Datzelfde zien we ook in een mensenwereld. Die mensen praten allemaal ook niet precies in de feiten. Die zeggen ook dingen als: "Nou zeg, de ooievaar komt." Ze bedoelen er mee te zeggen, dat de man er geweest is, maar ze zeggen, dat de ooievaar komt. Dat is zuiver een symboliek. Maar gelijktijdig is het een wegdrukken van iets, wat in het maatschappelijk verband nog niet aanvaard is. Die ooievaar heeft op het ogenblik slechte tijd natuurlijk, misschien komt hij wel weer terug.

Het moet u duidelijk zijn, dat u altijd zaken hebt, die onaanvaardbaar zijn. Het kan zelfs zover gaan, dat je dus geneigd bent tot reëel wetenschappelijk denken, dwz. dat je erg realistisch bent en niet geloofd in het occulte en je hebt een ervaring, die alleen maar occult verklaarbaar is. Dan verklaar je liever jezelf gek, door te zeggen, dat je onder grote spanningen was en je je dat ging verbeelden. Symboliek. Het schuiven van een beeld voor een werkelijkheid. Maar soms ook het samenvatten van een totaliteit van begrippen in een enkel woord. Ik deed het zo-even. Ik gebruikte een woord, omdat ik niet zo gauw wist, wat ik kon zeggen zonder te veel woorden te gebruiken. Zo kunt u een symbool vaak gebruiken, om dus allerlei begrippen samen te trekken. Chinezen doen dat ook. Het woord "ruzie", hoe schrijven ze dat? Dak van een huis, beeld mannetje, beeld vrouwtje er onder. Bijvoorbeeld de Egyptenaren. Stroming. Ze zetten er water neer, daarnaast een vogel. Die vogel geeft de god aan, de beweging en het water, dus: stroming. Als we nu die stroming herhalen en we zetten er nog een andere god bij, de jakhals, dan is het overstroming. Want hier dreigt het gevaar van de dood, maar ook van hergeboorte. Op die manier moet je dat begrijpen. Ze werken altijd met symbolen, de mensen. De hele wereld is vol symboliek. Een rood stoplicht. Waarom rood? Omdat rood gevaarlijk is? Het kan zijn, maar er zijn buurten, waar dit een andere betekenis schijnt te hebben. Wat blijkt? Elk symbool ontleent zijn interpretatie voor u aan de context, waarin het staat. Dat is nu het belangrijke. Het symbool is dus pas te interpreteren, wanneer je weet onder welke omstandigheden en in welke samenhangen het is voorgekomen. Maar een mens, die droomt in symbolen en die de samenhangen enigszins beseft, kan de betekenis van die symbolen vaak heel goed voor zichzelf terugvinden. Hij komt dan tot de conclusie, dat er wel veel onzegbaars ook nog bij is, zaken, die je niet meer terug kunt vinden, maar je krijgt in ieder geval een idee van de basis, waarop deze symbooldroom of bij uittreding deze vastlegging van het deel van de uittreding in symbolen is gebaseerd. Het is doodgewoon een fixeren van iets op zo kort mogelijke wijze en het symbool zou kunnen worden genoemd een stenografisch ideogram, waarbij in enkele lijnen vaak de totaliteit van begrippen uitgedrukt kan worden. Voldoende?

❖ *Wanneer je nu bent uitgetreden en je wordt plotseling wakker gemaakt, wat gebeurt er dan? Ben je dan meteen weer terug?*

Ja, mag ik een eenvoudig voorbeeld nemen? U moet het maar eens proberen. U neemt een stukje elastiek, één eind houdt u tegen uw neus en het andere eind rekt u uit op een grote afstand van uw hoofd. Op het ogenblik, dat er een storing is, schiet het terug. Het is niet goed voor uw neus, maar wel voor uw begrip. Dit is plastisch genoeg, dacht ik. Onthoud u wel één ding. Wanneer die storing erg hevig op een ogenblik, dat u op het punt ver van uw hoofd blijft vasthouden, dan schiet het de andere kant op. Dat is theoretisch mogelijk, al komt het in de praktijk niet zo vaak voor, dat iemand tijdens een uittreding door stoffelijke storingen - en die

zijn dan meestal van behoorlijk belang, dus niet gewoon een tikje op uw schouder of zo - dus het contact met zijn lichaam kan verliezen. Zou je dan toch dat lichaam je onmiddellijk weer voor kunnen stellen, dan is het mogelijk die band terug te brengen. Daarvoor moet je je altijd herinneren, dat je lichaam er is en dat het slaapt. Je kunt dan toch nog terug, maar je hebt dan waarschijnlijk wel een heel behoorlijke zenuwschok te pakken, die enkele dagen eist. Ga ja niet onmiddellijk terug, dan is de kans heel erg groot, dat u overlijdt, dus dat u blijvend in die sfeer komt. Dat is een gevaar van een op de miljoenen misschien.

❖ *Wat constateert de arts dan?*

Hij kan dan onder meer hartstilstand constateren. Dan vindt hij soms daarvoor een verklaring. Wanneer u een kwaal hebt, dan past dat precies. Wanneer hij dat niet heeft, dan kan hij het Latijnse woord exitus nog wel met enkele andere woorden opsieren. Dan zegt hij, dat het een bloedstolsel zijn of zoiets.

❖ *U hebt, dacht ik niet het verschil verteld tussen droom en uittreding, tenzij ik niet goed geluisterd heb.*

Dan hebt u inderdaad niet goed geluisterd, ik heb u namelijk vier punten opgenoemd. Het eerste: kleur is bij de meeste uittredingsherinneringen overheersend, dus komt sterk op de voorgrond. Bij dromen zelden.

In de tweede plaats: u neemt feiten op of u hebt herinneringen, die niet overeenstemmen met uw eigen stoffelijk bestaan en de daar opgedane kennis. Punt drie: u hebt de mogelijkheid om waar te nemen op afstand en deze waarnemingen zijn later controleerbaar. Zelfs nadrukkelijk aanbevolen, om experimenten in die richting te doen, wanneer u wilt uittreden. Ten laatste heb ik u gezegd, dat u contact op kunt nemen met andere personen of entiteiten.

Wanneer u die vier elementen - ik heb ze misschien niet zo duidelijk bij elkaar gezet - dus als basis neemt, kunt U op grond daarvan wel degelijk weten, dat er een uittreding is geweest, niet een droom.

❖ *Vraag niet duidelijk.*

Wanneer het een situatie is, waarbij uzelf direct en volledig betrokken bent, is dit niet zonder meer noodzakelijk. Het is namelijk mogelijk, dat u in uw droom onbewust bestaande kennis hebt geëxtrapoleerd en dus een conclusie hebt getrokken op grond van feiten, die wel in het onderbewustzijn, maar niet in het bewustzijn aanwezig waren. Dan is zo'n droom toch nog gewoon droom en niet meer. Bij uittreding zijn er altijd elementen bij, die op dit ogenblik absoluut niet voorzienbaar zijn en die ook niemand zou kunnen weten. Laten we zeggen, dat u denkt, dat tante Mien in Amerika zit. Nou gaat u toevallig een dagje gezellig uit naar Aachen en wie loopt u daar tegen het lijf? Tante Mien. Dan hebt u dat gedroomd, in Aachen op een bepaalde plaats. De kans, dat dit een uit het onderbewustzijn komende droom is, is gering. De kans, dat dit een telepathisch contact of rapport is, is gering en wel omdat de plaats van ontmoeting bepaald is en zelfs het ogenblik van de ontmoeting mede bepaald werd. Er zijn dus teveel factoren gefixeerd om te zeggen, dat dit alleen maar een telepathisch aanvoelen, dat tante Mien in Europa is. Blijft dus over een uittreding, waarbij u een stukje tijd meer hebt overzien en aan de hand van de grootste mogelijkheid uw herinnering hebt overgehouden, welke herinneringen u nu plotseling een feit ziet worden. De kans van uittreding is dan betrekkelijk groot.

❖ *Als ik tijdens een uittreding nu niet meer terug zou willen, kan dat?*

Dat kan inderdaad. Wanneer uw bewustzijn dermate gevorderd is, dat u in staat bent een lichtende wereld te bereiken, of een lichtwereld, een positieve wereld dus, waarin de energie dermate hoog is, dat ze door ze naar uw lichaam te zenden, dit dan eenvoudig uitblust. Dat is mogelijk. Ingewijden doen het vaak op die manier. Dat is een uittreding. De geest gaat weg uit het lichaam, er ontstaat een trance, die na korte tijd overgaat in een soort coma, waarna het lichaam vaak een enkele schokbeweging maakt of zelfs helemaal verstart, beide is mogelijk. In beide gevallen zien we dus, dat er even een spierkramp komt en bom, het is afgelopen. Als u nou denkt: "Nou, ik ben zo lekker bezig, ik ga niet meer terug, er ligt nog een belastingaanslag plus de rekening voor gas, water en licht, etc." dan kunt u wel zeggen, dat u er een eind aan wilt maken, maar u kunt niet blijven in die sfeer. Want om er een eind aan te maken moet u eerst terug naar uw lichaam en als u dat doet, hebt u grote kans, dat u aardgebonden blijft. Dat is niet zo aanbevelenswaardig.

❖ *Als ik uittreed, moet dat dan naar plaatsen zijn die voor mij bekend zijn?*

De plaats hoeft niet gekend te zijn, maar er moet altijd een band zijn er mee. Een heel eenvoudig voorbeeld is dit. U hebt een enveloppe gekregen met een poststempel er op, die komt ergens uit de Verenigde Staten. Nu neemt u gewoon die enveloppe en u tast die als het ware af. Dan kunt u op grond van het beeld van die enveloppe de plaats bereiken waar die enveloppe verzonden is, geschreven is zelfs. Er moet dus een soort middelaar zijn, een mogelijkheid om iets, hetzij een idee, een woord of een trilling over te nemen, waarop je kunt concentreren. Op grond daarvan is de verplaatsing van het bewustzijn dan inderdaad te bereiken. U kunt dus niet alleen naar de dingen gaan, die je al kent, ofschoon de meesten het wel doen. U moest eens zien hoe druk het is bij de Niagara Falls waar de uitgetreden komen kijken of het water inderdaad valt. Dat is geen grapje, het is echt waar. Er zijn andere punten. Brooklyn bijvoorbeeld, de Skyline daar, dat is ook iets waar heel veel Europeanen als uitgetreden naar gaan kijken. Dan komen ze tot de conclusie, dat ze heel iets anders zien, de geest ziet ook de uitwaseming van de stad en die valt dan toch wel erg tegen. Die mogelijkheid is er dus wel. Je moet een beginpunt hebben. Als je dat helemaal niet hebt, dan kun je er niet komen.

❖ *Naar de maan is dus praktisch niet mogelijk?*

Als je naar de maan kijkt, kun je er naar toe. Maar ik weet niet waarom u dan wilt uittreden.....

❖ *Is een voorspellende droom een uittrekking?*

Ze kan een uittrekking zijn. Er kunnen andere factoren bij komen. Als we het nu over voorspellende dromen hebben, bestaat zelfs de mogelijkheid, dat u - in uw lichaam blijvende - beïnvloed bent door een persoon, het kan een geest zijn, het kan zelfs iemand op aarde zijn, die u bepaalde gegevens als het ware telepathisch oplegt en die dan door u in de droom verwerkt worden. Omdat die dan waar worden, vergeet u alle details, die u er zelf om heen geweven hebt. Een voorspellende droom is meestal een droom, die voor de helft waar wordt en waarbij men dan alles vergeet wat niet waar wordt. U moet me niet kwalijk nemen, het is echt waar.

We zijn er zo'n klein beetje doorheen, merk ik nu. We hebben niet veel tijd meer over.

Nu werd er iets gevraagd over agressiviteits-hypnose? (- Regressie-hypnose.) - Dat is heel iets anders. Of je agressie of regressie zegt, maakt een groot verschil, ofschoon je zou kunnen zeggen, dat de morele regressie agressie in de hand werkt, dat wel.

Wanneer je regressiehypnose gebruikt, dan ga je uit van het gewone beginsel van het sonnambulisme. Een persoon in een trance gebracht en suggestibel, kan er toe gebracht worden zijn eigen bewustzijn in het verleden te verplaatsen. Daarbij gelden niet de normale remmen van het bewustzijn, zodat het mogelijk is om terug te gaan in de jaren en waarbij feiten, die niet in het geheugen aanwezig zijn, om welke reden dan ook, maar wel in het onderbewustzijn, alsnog naar buiten te brengen.

Hierdoor is het zelfs mogelijk - en nu gaan we ietsje verder misschien dan u bedoeld hebt - terug te gaan tot het celgeheugen. In de cellen zelf ligt ook een bepaalde herinnering aan voorgaande bestaanswaarden en zo is het mogelijk, zonder dat u zelf ooit die persoon geweest bent, een aantal personen terugvindt in een genetische rangorde uit het verleden.

Het is dus niet je eigen verleden, maar het is gewoon je erfelijk verleden. U komt bijvoorbeeld terecht in het leven van zeg maar uw vader of uw moeder. Vader is waarschijnlijker; voor vrouwen is moeder waarschijnlijker, omdat je je daarmee makkelijker identificeert. Dan ga je bepaalde delen uit diens leven weer oplepelen. Je kunt verder gaan naar een grootouder. Wanneer nu in de erfvolgorde bepaalde genen bijzonder sterk zijn, dan zul je teruggaan naar de periode, waarin die genen het leven bepaald hebben. Dan kun je in zo'n periode dus een aantal herinneringen terugvinden. Dat is mogelijk bij die regressiehypnose.

Een andere mogelijkheid - maar die berust dus op het vermogen van het ik zich los te maken van de materie - ,is dat je terug kunt gaan naar vorige incarnaties. Hierbij is de betrouwbaarheid betrekkelijk gering, dat moet ik er bij zeggen, omdat gebrek aan inzicht of kennis bij de suggestor, de hypnotiseur veelal er toe voert, dat fantasieelementen of kennis in dit leven opgedaan een rol gaan spelen in de beschrijving van een vorig leven. Daardoor ontstaan grote onzuiverheden. Theoretisch is het dus wel mogelijk om vroegere incarnaties op die manier terug te vinden.



❖ *Wanneer weet je op het een genen-herinnering is of dat het een incarnatie-herinnering is.*  
 Wanneer je een genen-herinnering hebt, dan is er altijd een sequentie, waarbij je ineens midden in het leven van die ander stapt. U zult nooit - ja, als je een vader hebt gehad van vijftientig, dan kom je op die leeftijd bij hem terecht - een heel stuk ervaren. In de praktijk is het zo, dat je altijd maar korte stukken hebt. Ergens kom je in een onafgemaakt verhaal, dat gebeurt elke keer. Dan kun je niet naar voren, je kunt alleen terug. Heb je incarnatie-herinneringen, dan heb je een aantal fragmenten waaruit het tijdsbeeld wordt opgebouwd, terwijl die tijdsbeelden onderling grote verschillen vertonen. Er liggen altijd wel een paar honderd jaar tussen bij de doorsnee-incarnaties, soms meer. Daarbij heb je dan bovendien het feit, dat er geen samenhang behoeft te bestaan tussen land en volk. Een genen-herinnering zal voor een Nederlander waarschijnlijk terug gaan naar Nederland of misschien naar Duitsland of België of Frankrijk. Misschien een enkele Spanjaard er tussen; het ligt er aan in welke buurt je zit. In de laatste tijd zijn er ook nog Canadese invloeden bij gekomen, maar daar hebben we het nu niet over.

Over het algemeen speelt dit zich in een vaste lijn af. De tijdsverschillen zijn betrekkelijk klein.

Je gaat van 1970 misschien terug naar 1920 of 1930 of 40. Dan ga je weer een tijd terug. Je komt misschien in 1900 of 1890 terecht. Zo gaat dat terug. Heb je te maken met een incarnatie-herinnering, dan ga je terug van laten we zeggen van 1978 weer ineens naar bijvoorbeeld 1815. Dan van daaruit ga je terug naar 1640. Vandaar ga je misschien terug naar 900. Het zijn natuurlijk geen vaste getallen, het is gewoon een voorbeeld.

Er zijn dus grote sprongen in de tijd. Dat is de beste mogelijkheid om het te constateren. Voldoende?

Ik zou willen voorstellen om nu te gaan pauzeren. Ik heb m'n best gedaan om ordelijk te zijn en om ook nog een paar praktische dingen ook te vertellen. Ik weet niet of me dat gelukt is, dat moet u maar uitmaken. In ieder geval, ik heb u de dingen gezegd, zo goed als ik ze weet en voor zover mogelijk ook zo volledig als ik ze weet. Ik hoop, dat u daar uw eigen conclusies uit wilt trekken en in het geval, dat u tot de conclusie komt, dat ik waarschijnlijk gelijk hebben gelijktijdig u tot de conclusie komt dat u bijvoorbeeld wel eens uit wilt treden, dan zou ik u willen vragen, houdt dan rekening met hetgeen ik u gezegd heb. U zult er ongetwijfeld veel aan hebben, in dat geval.

Goedenavond

### **HET SCHONE WOORD**

Bestek '81 daar kun je niet mee eten, want de onlust en de onrust, die zo ontstaan doen je vergeten, wat mogelijk was ponder bestek.

Verstoordheid, evenwicht niet meer hervonden.

Droom van eisen, noden, zonden in onbegrip voor het bestaan.

Vergeeten de werkelijkheden, feiten met de voeten treden en slecht je eigen wezen gaan al roepend wat je zelf begeert terwijl de wereld je toch leert, dat dat niet meer kan zijn.

Het treden van de wijn uit dat wat is geweest, laat lege schillen achter.

Is men den niet bevreesd voor leegte waarin niets bestaft?

Faillissement van al bestaan, van alle leven en alle zoeken, waarin je zelf ten onder gaat, tenzij je in jezelf het licht kunt vinden, dat je voert.

De juiste vorm hervinden kunt, die, doordat ze je zijn beroert, je ook de plaats duidt van je wezen.

Je geeft de kracht, de zin, bestaan, dat ingebouwd is in een werkelijkheid, die voortgaat zonder tijd, terwijl Bestek '81 allang verbleekt is in een holle waan.

Zoek naar je eigen werkelijkheden.

Zoek daar waar schijn ten einde gaat en zie je zelf als je zelf wilt zijn en leven zoals je zelf ook nu bestaat.

Tracht zo een inhoud weer te geven van wet je bent en wat je kent.

## Orde der Verdraagzamen

Luister naar de hele wereld, luister naar het heel' bestaan, maar laat je niet steeds weer verteren door de illusie, de eigenwaan.

Wil zelf zijnd ook van anderen leren, zoekt werkelijk de juiste kracht.

Zoek naar iets wat werkelijk mogelijk is voor u, tot stand gebracht door u en u alleen.

Niet slechts wanneer anderen niet meer falen.

Leer uw eigen wezen stalen en proef de waarheid van het bestaan.

Erken de wet, dat in het midden de pond ligt van de werkelijkheid.

Aan beide zijden door de halve delen, dat de illusie toch weer begeleidt.

Leer uit jezelf de krachten peuren om meer te zijn, dan men je vraagt en waar te zijn, dat anderen dromen, totdat je door het zijn belaagd, de eeuwigheden in jezelf tot waardig aanzien weer ziet komen en licht wordt met de lichte kracht en zo de macht van heel de Schepping mee tot uiting hebt gebracht, daar waar de waarheid nog moet leven, daar waar de tempel staat en waar het altaar leeft en waar de kracht van heel de Schepper aan al zijn vormen aanzien geeft.

Zoek naar de waarheid in jezelf, zoek naar de waarheid van het bestaan en maak geen ijdele, lege plannen van woorden die hun tijd vergaan.

Wees kracht, diep in jezelf beseffend. Wat er ook gebeurt, ik ben het licht en heel mijn wezen is op het begin van alle tijd gericht.

Ik ben een deel van God en Schepping.

Ik ben een deel van de totaliteit.

Doordat ik ben, vindt de volmaaktheid zijn uitdrukking in de eeuwigheid.

Ik ben een deel van Al en Al zal in mij spreken wanneer ik slechts mijzelf ben.

Daarom moet ik de keten breken van al wat onwaarheid is rond mij en ik uit vrees voor wat ik ben, nog altijd waarheid noem.

Ik dacht, dat dit een passend slotwoord was. Alle gedachten daarin heb ik nog eens zo goed mogelijk samengevat. U moet maar zo denken, het is geen kunst met de verschuiving in tijd zo wat plechtige rijmen bij elkaar te helen. Het is bijzonder moeilijk je illusies opzij te zetten, bijvoorbeeld mijn illusie, dat dit een gedicht zou kunnen zijn.

Ik geef me die moeite, getroost u zich de moeite ook voor uw eigen illusies om daarvan wat afstand te nemen. Ik weet dan zeker, dat het goede verder reikt, dan ik u hier hoffelijkheidswijze nog wens. Ik wens u allemaal nog een heel goede avond toe.