

INLEIDING

Met het innerlijk van de mens je bezighouden dat betekent ook je bezighouden met de vele spanningen die zijn ontstaan, met de mogelijkheden om innerlijke rust te vinden en daarnaast met alle middelen en krachten die verbonden zijn met het innerlijk van de mens.

Dat wij in deze tijd de nadruk willen leggen op innerlijke rust is niet zo verwonderlijk. Wat wij ook willen doen, is proberen een zekere mate van praktisch lesmateriaal te verschaffen.

Als u leeft, dan is uw innerlijk te verdelen in een stoffelijk psychisch deel en een geestelijk deel. Spanningen kunnen er zijn tussen de geest en de stoffelijke psyche. Ze kunnen ook bestaan in delen van de psyche die met elkaar in strijd zijn. In al deze gevallen gaat het er niet om de spanning weg te nemen zonder meer.

Het eerste dat wij moeten doen, is altijd een evenwicht zoeken en vanuit dit evenwicht vooral ook een poging wagen om datgene wat in ons leeft in de wereld buiten ons op de een of andere manier te manifesteren, opdat we zekerheid gewinnen ook in de uiterlijke wereld ten aanzien van alles wat er in ons leeft.

In de reeks lezingen die wij zullen geven moeten we rekening houden met een mogelijke storing. Daarom hebben wij gekozen voor een vorm waardoor elke lezing op zichzelf een afgesloten geheel kan vormen, maar waardoor de lezingen tezamen tevens een opeenvolging zijn, zodat elke lezing weer een beroep kan doen op al datgene wat in vorige lezingen is gesteld en u daardoor kan helpen tot een verdergaand begrip van uw wezen te komen.

Daarnaast zullen wij proberen om in het 2^e gedeelte van de avond u te confronteren met verschillende op aarde ontwikkelde technieken, die eveneens ten doel hebben het brengen van een innerlijke rust of het vinden van een innerlijke bereiking. Ook in dit geval zullen wij steeds elk onderwerp zodanig besloten behandelen dat het ook als een afzonderlijke eenheid kan worden beschouwd.

Overgaande naar het eerste onderwerp dat wij in deze cursus zullen behandelen wil ik u het een en ander toelichten omtrent

HOOFDSTUK 1 - MEDITATIE

Voor heel veel mensen is meditatie een vroom voor je heen dromen. Soms kan ook dit bepaalde goede resultaten opleveren. Maar als we rekening houden met hetgeen wij zelf zijn, met de spanningen die wij overdag hebben ondergaan, dan zal al snel duidelijk worden dat een voor je heen dromen in dergelijke gevallen eigenlijk eerder een kwestie wordt van angstdromen dan van het vinden van rust. Nu zijn er een aantal regels te geven die algemeen gelden voor elke meditatie. Ik zal ook deze ter sprake brengen. Maar eerst het compenserende werk dat in een meditatie noodzakelijk is.

Onder meditatie kan al datgene worden verstaan waardoor het "ik" in bespiegeling of overweging komt tot een afstand nemen van zijn ogenblikkelijke toestand en van de emoties die het "ik" tot op dat ogenblik hebben beheerst. Meditatie kan dus wel degelijk ook lichamelijke activiteit bevatten. Het kan daarnaast zeker ook te maken hebben met beschouwing van zaken, het te maken hebben met zelferkenning en dus in feite met een esoterisch streven.

Wie wil beginnen met mediteren moet allereerst het denkbeeld, dat het iets bijzonders is, terzijde zetten. Op het ogenblik, dat u probeert iets bijzonders te gaan doen, bouwt u in uzelf ook spanningen op. Deze gespannenheid zal zich moeten ontladen, hoe dan ook. Het betekent dat u aan andere in u bestaande spanningen of moeilijkheden nog nieuwe gaat toevoegen. En als het eindresultaat misschien emotioneel bevredigend is, zo betekent het nog niet dat u werkelijk tot rust bent gekomen. Het betekent zeker niet dat uw innerlijke rust ook de rest van uw wezen kan beïnvloeden.

De beste technieken

Als wij een eenvoudige keuze doen in de technieken die speciaal voor het westen is gemaakt, dan kennen wij de volgende: Absolute ontspanning.

Welke houding wij hiervoor aannemen is eigenlijk van weinig belang. De embryonale houding wordt vaak aangenomen en kan inderdaad worden beschouwd als uitermate ontspannend, omdat de lichaamsstromen dan op een bepaalde manier gesloten zijn. In deze houding dient u te denken aan één enkel punt. Dat kan een punt zijn op een stuk wit papier. Het kan ook één woord zijn of één voorstelling. Als u daarover gaat nadenken, dan is het heel belangrijk dat u dit ontspannen doet. Hoe minder u tracht om steeds maar weer dat beeld op te bouwen, maar het u eenvoudig laat domineren en alle bijkomende gedachtestromen als onbelangrijk laat wegdeinen, des te beter u zult mediteren en hoe groter de kans is dat u de verschillende strijdigheden in uw wezen op deze manier terzijde zet.

Bij deze manier van mediteren zij verder opgemerkt: Er bestaat hiervoor geen enkel vast richtsnoer. Het gaat helemaal van uzelf uit. Voor heel veel mensen kan het compenserend werken, als ze uitgaan van iets dat met hun geloof danwel met hun probleem samenhangt. In beide gevallen moet het echter één woord, één begrip zijn en niet meer. Daarmee scheidt u een punt waar omheen een evenwicht kan ontstaan. Bij een juiste keuze van het punt (en dat leert u gauw genoeg) ontstaat er niet alleen ontspanning van de geest, maar gelijktijdig een zeer snel uitrusten van het lichaam.

Iemand, die deze meditatietechniek voldoende beheerst, beschikt over de mogelijkheid om in ongeveer 20 minuten lichamenlijk voldoende uit te rusten. Zelfs de afscheiding van bepaalde afvalstoffen, die normaal gedurende de slaap geschiedt, in die 20 minuten eveneens te doen plaats vinden in een mate die anders bij normale mensen ongeveer na 6 uur slaap wordt bereikt. Er zijn dus aan deze methode voordelen verbonden. Het nadeel is, dat wij niet uitgaan van de kennis die we hebben omtrent onszelf en onze problemen zonder meer en dat we ook

niet bewust proberen de juiste openheid ten aanzien van de kosmos of de juiste geslotenheid van onze levensstromen tot stand te brengen.

De volgende methode vraagt van u, dat u zo recht mogelijk uitgestrekt ligt. De benen iets van elkaar zodat ze elkaar niet beroeren. Ook de armen liggen slap langs het lichaam zodat ze het lichaam niet raken. De houding van het hoofd is aanvankelijk recht, later tijdens de meditatie mag het eventueel naar de linker of rechter zijde zakken; dat doet verder niet ter zake. Door dit te doen stelt u zich open voor de kosmos.

Het is duidelijk dat we hierdoor gebruik moeten maken van de krachten van de kosmos die om ons heen zijn. Hierbij is het meditatiepunt altijd mede gericht op de kosmos. U kunt denken aan b.v. een straal licht. U kunt denken aan een kracht die op u toe komt. U kunt zich bezig houden met de beschouwing van een kleur. In deze gevallen trekt u dus waarden van de kosmos aan en bent u gelijktijdig in staat - dit is erg belangrijk - een groot gedeelte van uw gespannenheden af te reageren naar de kosmos. Het evenwicht ontstaat hier doordat het gekozen krachtveld of krachtpunt het "ik" normaliseert volgens de waarden van dit punt.

Van een lichamelijk uitrusten in deze vorm van meditatie is meestal vooral in het begin minder sprake. Het is duidelijk, het lichaam heeft veel minder de mogelijkheid om zich in zijn eigen stromingen tot een evenwicht op te werken. Daarnaast zijn de energieën die we ontvangen open. Ze werken direct op ons in zodat het lichaam bepaalde zenuwsignalen en levensstromingen zal moeten verwerken boven de normale. Het resultaat is, dat het zenuwstelsel minder tot rust komt en dat ook de stofwisseling over het algemeen minder mogelijkheden heeft om versneld te functioneren.

Een derde en misschien wat meer bekende methode doet denken aan yoga. U kent de lotushouding. Nu is de lotushouding, zeker voor een westerling, eenvoudig niet te harden. Aan de andere kant zijn er een paar punten die hierbij werkelijk van belang zijn.

Het eerste punt is, dat de voeten zodanig zijn gekruist dat er contact ontstaat tussen voet en dij of een lager deel van het been. Dat kunt u ook bereiken zonder de voeten in elkaar te wringen, zodat u later een ander moet roepen om u uit de knoop te halen.

U gaat zitten en u zorgt dat uw rug gesteund wordt. U legt de voeten gekruist neer. U bent eenvoudig nog niet getraind in het rechtop zitten.

Uw handen dienen met de palmen tegen elkaar te worden gelegd. Dat is ook weer een sluiting van de stromingen. Indien u ze tegen het lichaam wilt laten rusten (in het begin zult u bij langere meditaties daar vaak behoefte aan hebben), doet u dit dan tussen de kin en het hart. Het beste is, dat u de handen wat los tegen elkaar houdt. In deze houding hebben we de levensstromingen op een bepaalde manier gesloten. Dat betekent, dat de in het lichaam functionerende drie aparte stromingen (waarvan twee van directe levenskracht en één van meer geestelijke kracht) harmonisch ten aanzien van elkaar gaan functioneren. Gelijktijdig kennen ze een mate van inductie, zodat elke onevenwichtigheid in de ene kringloop a.h.w. wordt gecompenseerd door een opgewekte onevenwichtigheid in de andere kringloop. Het is een slingerproces waaronder de geest en het denken zeer rustig moeten zijn.

Een van de meest geliefde punten die wordt opgegeven bij een dergelijke meditatie is natuurlijk het Niets. Ik heb nog geen mens gevonden - en wat dat betreft heel weinig geesten - die zich Niets kunnen voorstellen. Er zijn heel veel mensen en geesten die Niets kunnen begrijpen, maar zich Niets voorstellen is voor hen kennelijk te moeilijk. Laten we dan kiezen voor iets dat vormloos is.

Denk aan zaken als zonlicht, aan het ruisen van de wind. Probeer gewoon een van de verschijnselen van het leven, die voor u erg belangrijk zijn of die u heel erg op prijs stelt u voor te stellen en blijf daar bij. Probeer daarin weg te zinken. Als u bezig bent met zonlicht, probeer het zonlicht te voelen. Hier heeft u dus al veel meer inspanning voor nodig dan in de beide vorige methoden.

Slaagt u erin om tot op zekere hoogte uw begrip van uzelf en uw omgeving te verliezen, dan kunt u in deze houding niet alleen enorme krachten opdoen, maar u zult verder geen stimulansen ervaren die later in uw bewustzijn een rol spelen. In feite worden bepaalde

chakra's beïnvloed. Deze beïnvloeding die van binnenuit geschiedt, betekent dat een selectieve wisselwerking tussen het "ik" en bepaalde krachten in de kosmos tot stand komt. Hier hebben we dan drie eenvoudige systemen.

Er zijn veel mensen die zeggen: Ik mediteer niet graag. Ik ken mensen die ook mediteren, als ze zich alleen maar bezighouden met het een of andere vraagstuk. Sommigen die een blaadje van de O.D.V. lezen (het is natuurlijk een oratio pro domo, maar andere lectuur is ook mogelijk) zullen door zich hiermee intens bezig te houden bepaalde krachten ervaren. Zij ontspannen zich. Het resultaat is voor hen inderdaad dat van een beperkte meditatie.

Denk dus niet dat alle meditatie direct moet beginnen met zeer ingewikkelde houdingen. Denk ook niet dat u daarvoor gek moet doen of u moet gaan aanstellen als een zeer bijzonder persoon. Blijft u maar normaal, dan is het al erg genoeg.

Wat u verder in ogenschouw moet nemen, heeft weinig te maken met de meditatie zelf. Het is echter belangrijk dat u het begrijpt.

De twee levensstromen die ik u noemde hebben beide een bepaalde kringloop door delen van het lichaam. De ene stroom heeft te maken met de rechterhersen helft. Dat is in deze term althans de emotionele helft. De andere levensstroom of kringloop heeft te maken met de linkerhersen helft. Deze wordt in dit bestek de redelijke helft genoemd. Dit impliceert, dat beide krachten in uw totale wezen eigenlijk een heel andere waarde vertegenwoordigen. Maar een gevoel waarbij geen rede geldt is niet begrensbare en niet volledig beleefbaar. Redelijkheid waarin geen gevoel bestaat, is eveneens niet hanteerbaar. Redelijkheid zonder gevoel neemt alle menselijke waarde weg en blust a.h.w. de bewustwording uit, omdat er weinig overblijft waar de geest werkelijk wijzer van kan worden.

Nu zijn de krachten die in u in omloop zijn ook buiten u aanwezig. Een van de bekende termen is prana. Prana is in feite zuurstof en ozon die de mens met de ademhaling opneemt. Deze delen zijn echter ook geladen. Bij prana gaat het niet alleen om de chemische samenstelling, maar om de extra lading (noem het maar een elektrische) die daarin aanwezig is. Deze zullen de verschillende stromingen in het lichaam kunnen versterken en stimuleren. U kunt die kracht van buiten opnemen. Dat impliceert, dat iemand die wil mediteren dus ook van buitenaf krachten opneemt.

Als u nu kracht opneemt (b.v. dit prana dat met ademhalingsoefeningen kan gebeuren in een redelijk zuivere atmosfeer), dan zult u merken dat het prana zijn ladingen niet zonder enige selectie afzet. Het is altijd zo, dat daar waar de zwakste spanning is het grootste deel van de opgenomen spanning heen gaat. Door de juiste ademhaling kunt u dus ook al iets bereiken.

Als u verder helemaal ontspannen bent en uw lichaam meewerkt, dan is er ook geen enkele belemmering. En wat meer is, de geest (dat is een bewustzijn dat de emotie en de rede samen overbrugt, wat u zelf nooit volledig kunt doen) is in staat om de onevenwichtigheden niet alleen te herstellen (wat met de gewone ademhaling kan gebeuren), maar om ze selectief te herstellen en dus bepaalde factoren ook te herstellen als ze al een evenwicht hadden bereikt. Dan kan er een afstemming ontstaan tussen deze tweestromingen die muzikaal kan worden uitgedrukt; ze vormen dan samen b.v. een terts of een kwint. Dit is lichamelijk misschien minder prettig, want dan kun je lichamelijk toch nog wel bepaalde vermoeidheidsverschijnselen krijgen die anders zouden wegvallen. Het grote voordeel ervan is echter dat dan in het geheel van de psyche (inclusief de geest) dit evenwicht wordt hersteld op een manier waardoor alle geestelijke waarden sterker tot uitdrukking komen.

Als er niet de juiste verhouding tussen de beide lichaamsstromen bestaat, dan is het namelijk niet mogelijk dat de derde stroom (de geestelijke stroming) voldoende invloed heeft. Deze geestelijke stroming kunnen we ons voornamelijk voorstellen als een lijn die door alle voorname organen loopt. Daarbij houden wij vooral ook rekening met de verschillende klieren die door hun afscheidingen de reacties van het lichaam bepalen. In de andere gevallen is het een zeer bepaalde reeks klieren die wordt beroerd.

Hier hebben we dus een universele invloed uit de geest. Als het evenwicht nu goed is tussen de beide meer stoffelijke levensstromen, dan kan de stroming van de geest de eigen waarden

inleggen in beide stromingen. Er zijn dan kleine fluctuaties te veroorzaken waardoor het "ik" harmonisch kan reageren ten aanzien van zijn geestelijk wezen.

Dit alles bezien hebbend gaan we ons verder realiseren; wij zijn ook geest. Niet het geheel van onze geest is in het lichaam aanwezig, wel het gehele besef van de geest wordt in het lichaam geprojecteerd. Dit houdt in dat de geest a.h.w. buiten ruimte en tijd allerlei waarnemingen kan doen, allerlei impulsen kan ontvangen die stoffelijk niet bestaan, maar die dan als een impuls in het lichaam kunnen worden ingebracht, mits die evenwichtigheid bestaat waardoor ook het lichaam en het lichamelijke deel van de psyche is voorbereid op veranderingen, die redelijk niet vooruit te zien zijn en die bij aanvoelen niet voldoende definieerbaar zijn. Deze drie stromingen bij elkaar zijn dus van zeer groot belang.

Meditatietechnieken hebben niet alleen maar ten doel u dicht bij Onze Lieve Heer te brengen. Per slot van rekening komt u daar toch eens terecht. Daarvoor hoeft u dus niet zo'n haast te maken. Het belangrijke van meditatietechnieken is juist dat ze je op dit ogenblik een juist evenwicht en de juiste kracht laten vinden.

Als ik dit allemaal heb gezegd, dan wordt het vanzelf duidelijk; dat heel veel mensen meditatie een beetje verkeerd benaderen. Ook wij geven vaak z.g. meditatie weg die eigenlijk het woord niet helemaal waard zouden zijn, als ze niet gepaard gingen met een geestelijke beïnvloeding. Het is de geestelijke waarde die belangrijker is dan woorden. Iemand die begint met al deze zaken, heeft al die woorden niet nodig. Ik kan mij voorstellen dat iemand zit te mediteren en denkt O, wat een licht! O Heer, ik wil deel worden van het licht. O Heer, geef mij Uw licht. Iemand die zo bezig is, is geestelijk gezien nog geen groot licht. Iemand die het wel weet, zegt gewoon: "Licht" en hij wacht af tot dat begint te werken. Zo simpel is dat eigenlijk.

Als u de juiste houding heeft aangenomen, heeft u daarmee gelijktijdig ook een grotere mogelijkheid tot inwijding geschapen. Realiseer u echter wel, dat die houding niet eens noodzakelijk is, ze is alleen maar bevorderlijk. Als u nu denkt ik heb er helemaal geen zin in om geestelijk te doen, dan hurkt u rustig neer op uw sofa, heel ontspannen. Laat de knabbeltjes, de sigaretten en de sherry maar even staan en verdiep u geheel in de avonturen van de een of andere detectiveroman of de vele problemen van het liefdeleven, die u in zo ruime mate worden getoond door degenen die u schijnen te willen opvoeden. Als u nu gewoon daarmee bezig bent, dan heeft u eigenlijk uw brein uitgeschakeld.

U leeft in een andere wereld. En als u dan een redelijk juiste houding heeft (d.w.z. dat u niet helemaal in de knoop zit, zo knieën tegen elkaar en half hangend), maar als u gewoon zit, de benen gesloten bij de enkels, dan legt u de handen op de knieën. U leest dan rustig en laat het tot u doordringen. Als u maar vergéét wat u voor problemen heeft. Daar gaat het om. Uw problemen zijn spanningen. Als u de spanning vergeet, dan is ze nog wel aanwezig, maar ze wordt niet meer gevoeld. Op het ogenblik, dat ze niet wordt gevoeld, kan door de juiste houding alleen al een soort meditatie proces op gang komen dat helemaal niets meer te maken heeft met uw bewustzijn. Laat er dan ontstaat is in feite een soort hypnose. U weet het wel, de t.v. veroorzaakt een optische vermoeidheid en daarmee ook een niet geheel natuurlijke slaap. Maar zelfs als u niet in slaap valt, dan bent u gebiologeerd. Uw geestelijke processen kunnen zich nu uitwerken zonder dat uw emoties daarmee verbonden zijn, zonder dat u de denkbeelden voortdurend blijft voeden. En dan heeft u al de eerste voorwaarde voor een vrije inductie tussen de twee levensstromen geschapen. Dit betekent dan de kans van egalisering van verschil.

Denk ook niet dat meditatie altijd plechtig is. Ik ken mensen die gaan naar de kerk om te mediteren. Dan knielen ze daar neer en terwijl ze druk bezig zijn ergeren ze zich aan de koster, omdat hij zo luid loopt te schuivelen terwijl hij de kaarsen voor de mis van morgen klaar zet. Of ze gaan zitten in een lege kerk en kijken naar het preekgestoelte en de glazen ramen. Dan komt de organist en ze vervloeken Bach omdat hij de concentratie verstoort. Dat is helemaal niet nodig.

Meditatie is overal mogelijk op het ogenblik, dat wij ons kunnen losmaken van ons feitelijk lichamenlijk gebeuren en onze problemen. Als u dat onthoudt, dan bent u al een heel eind op de goede weg om ook innerlijke rust te vinden.

Geloof mij, innerlijke rust is niet het afwezig zijn van problemen, maar het is het zien van de problemen vanuit een zodanige innerlijke evenwichtigheid dat ze je niet meer domineren. Het is zo iets als de bekende yogitrick waarbij ze zich met heus wel pijnlijke haken en dergelijke doorboren en gelijktijdig toch onberoerd blijven. Als u lichamenlijke pijn heeft en u gaat op in: al was het maar een goed boek, dan merkt u tijdelijk de pijn niet. Realiseer u dat dat in veel grotere mate het geval kan zijn, indien u die ontspannenheid zodanig bereikt dat uw levenskrachten in balans komen. De pijn is niet ongedaan gemaakt, maar ze is onbelangrijk gemaakt.

Nu is het bij pijn wel zo, dat ze zich later wel weer opdringt al is het maar door de beperkingen die ze kan veroorzaken. Maar als je met een probleem te maken hebt, dan is het probleem gereduceerd, het is teruggebracht tot de werkelijke betekenis en omvang. Dat kan heel belangrijk zijn.

Realiseer u alstublieft dat actie soms een meditatief effect kan hebben. Iemand die heel geconcentreerd ping gong speelt, zal door de concentratie op bepaalde lichamenlijke reacties alle andere problemen uitschakelen. Een mens die volledig opgaat in een gebeuren, schakelt daarmee andere zaken uit. Daardoor is de mogelijkheid tot herstel van evenwicht aanwezig en wordt vergroot.

Wees niet bang voor een concentratie, ook als die niet toevallig op het meest vrome vlak ligt. Houdt u nooit bezig met die punten waar tegenover u stelling wilt nemen. Als ik u dus een raad mag geven, mediteer nooit over politiek, want dan denkt u altijd aan het ongelijk van een ander en aan uw eigen gelijk, en dat is zeer onevenwichtig.

Mediteer alstublieft niet over de verschillen in godsdienstige opvatting of de betekenis van een bepaalde geheimleer. Mediteer gewoon over die zaken waar u zelf op dat ogenblik in kunt opgaan; werk daarmee. U zult merken dat dit op zichzelf dezelfde betekenis heeft als meditatie. Vooral de beginneling kan op die manier vaak meer bereiken dan met alle geforceerde concentraties die hem tenslotte alleen maar brengen tot een nieuw probleem, namelijk, heb ik al gemediteerd?

Ik ben mij ervan bewust dat deskundigen hier zullen zeggen, dat ik de zaak veel te eenvoudig heb voorgesteld, dat u sleutelwoorden nodig heeft erg dergelijke. Ach, ik zeg: Waarom zou je de sleutel gebruiken, als de achterdeur openstaat? Dan kun je toch gewoon naar binnen gaan.

Het gaat ons er niet om via een bepaalde, als bijzonder hoog en goed begrepen weg de waarheid te bereiken. Het gaat ons erom een eenheid te bereiken met een hogere waarde en in die eenheid - want dat is het meest belangrijke - onze innerlijke rust terug te vinden en door de innerlijke evenwichtigheid in staat te zijn meer te bereiken.

Als men u zegt dat dit onzin is, dan kan dat vanuit het standpunt van degene die dat zegt volkomen juist zijn. Maar wanneer u probeert als beginner deze dingen in praktijk te brengen, dan zult u vaak ontdekken dat u met deze schijnbare onzin meer kunt bereiken dan met vele z.g. zeer gespecialiseerde systemen. Of zoals iemand eens zei; Je kunt natuurlijk een computer dresseren om je sigaret aan te steken, maar een lucifer is meestal eenvoudiger, tenzij je een computerdeskundige bent. Zo moet u het maar bekijken.

Probeer u hetgeen ik u heb gezegd eens in de praktijk. Heeft u tijd, probeer dan ook eens de verschillende houdingen. Maak het uzelf vooral niet te moeilijk. Zorg, dat u ontspannen bent. Ontspannenheid en dus het scheppen van een sterker evenwicht van de stromingen in uw lichaam geeft uw geest de kans om beter en meer in overeenstemming met uw werkelijk wezen de stof te beïnvloeden en zo uw lot om te buigen tot iets.wat voor u innerlijk steeds meer licht betekent.

Wat u hoorde over meditatie zit niet in een luxe verpakking. Wat ik nog nadrukkelijk wil stellen is, dat we de volgende les waarschijnlijk nog op bepaalde aspecten van meditatie en contemplatie zullen terugkomen. Daarnaast zullen wij direct weer een stapje verder doen. Elk

van de onderwerpen die u krijgt hebben een grote praktische inhoud en een aantal gegevens waardoor het u mogelijk wordt te begrijpen waarom het zo eenvoudig kan zijn. Ik hoop daarin vandaag niet gefaald te hebben.

INDIAANSE TECHNIEKEN

Ieder van u, die ooit Winnetou heeft verslonden, zal weten dat indianen bepaalde psychische zaken hebben. Degenen, die zich wat meer met de tradities hebben beziggehouden, weten dat er bij de stammen bepaalde inwijdingssystemen bestonden en dat ze bovendien nog heilige plaatsen kenden. Plaatsen met een zekere manas waar ze samenkwamen voor meditatie of waar ze bepaalde gewijde handelingen plachten te voltrekken. Om de techniek van de indianen een beetje te kunnen volgen moeten wij ons eerst realiseren hoe ze geloven.

Voor hen is de aarde en al wat daarop leeft beziel. Alles leeft. Overal zijn de geesten der dingen aanwezig. De mens beweegt zich in een doolhof van geesten om hem heen. En als hij op goede manier te werk gaat, kan hij zich bij een of meer van die geesten of groepen geesten aansluiten.

Als men een bepaalde totem heeft, dan vertegenwoordigt dat niet alleen een aantal voorvaders, maar het omvat gelijktijdig ook diersoorten. De Sioux b.v. kennen de adelaar als een belangrijke figuur. Die adelaar is niet alleen de heerser van de lucht of een trotse vogel. Hij is de geest die het land overziet. Hij is de geest die vol van moed is. Kortom, er is een identificatie met een aantal eigenschappen.

Wanneer iemand in de inwijdingsperiode zijn persoonlijke beschermgeest ging zoeken, dan zien we ook al een soortgelijk verschijnsel. Degene die dat moet doen, wordt zonder voedsel en drank de wildernis in gestuurd. Hij heeft meestal behalve een jachtmes ook geen wapens. Hij blijft daar rondlopen. Honger en dorst bevangen hem en hij gaat dromen. Maar omdat zijn droom gericht is op het zoeken naar de juiste harmonie tussen zijn persoon en datgene wat om hem heen is, kristalliseert dat uit in een bepaald beeld. Dat kan een beeld zijn van een opossum, van een hert, van onverschillig welk levend wezen, zelfs van een kever. Dit is nu voortaan de beschermgeest. Alles wat tot die soort behoort, moet hij sparen. Hij mag b.v. geen vlees eten van het dier dat zijn beschermer is in de geest. Op deze manier bouwen zij zich dus een wereld op waarin ze harmonieën kunnen vinden met de geesten om zich heen.

Soms zijn die geesten vijandig of soms moet je tegen de vijandigheid van sommige geesten optornen. De bekende oorlogsdans b.v. heeft weinig te maken met oorlog. Ze heeft zelfs weinig te maken al heeft men dat wel eens anders gedacht met het uitbeelden van een gevecht. Ze gaat in wezen ervan uit om - door voortdurend eentonige bewegingen plus een eentonig geluid - het "ik" a.h.w. doof en blind te maken voor alle invloeden behalve voor die van de stam zelf. Dan immers is men beschermd tegen het ingrijpen van de beschermgeesten van een andere stam. En dan kan men met eigen moed en kracht iets bereiken wat zonder deze toestand heel erg moeilijk wordt, omdat het vaak een duel van beschermgeesten zal worden, als men dan optreedt.

Het is ook opvallend dat de plaatsen die heilig zijn, die bijzondere kracht heten te bezitten, veelal hoog gelegen plaatsen zijn. Men zit ergens op de top van een rots of op een rotsplateau. Men kijkt uit over een vlakte. Men laat de natuur, het veranderen van de lucht en van het licht op zich inwerken. Men vergeet alles behalve hetgeen men ziet.

Dit is in wezen een meditatietechniek. Het is wel niet een éénworden met de Grote Geest, maar het is eerder een vergeten wat je zelf bent; een je ontworstelen aan menselijke beperking. Als je dan eindelijk die toestand van verrukking en tegelijk van versuftheid bereikt, kun je ontwaken en je gebed uitspreken zeggen wat je wenst. Opdat de geesten je niet zullen vergeten, neem je dan één flard van je kleding, soms iets dat je speciaal daarvoor hebt meegenomen en hangt het ergens in een boom, opdat de wind voortdurend zal vertellen dat je daar bent geweest en die kracht hebt gevonden.

Achter dit alles schuilt niet alleen een diep en intens geloof, maar er zit wel degelijk ook een bepaalde techniek in. Deze techniek is ten dele magisch; Dat wat ik beneden doe, beïnvloedt wat erboven gebeurt en wat boven gebeurt heeft invloed op mij als mens.

Aan de andere kant kun je ook zeggen dat de mens patronen maakt. Hij bouwt patronen op, soms uit beweging, soms uit muziek, soms alleen door het rijgen van kralen of in enkele gevallen zelfs door het groeperen van steentjes. Als hij dat op de goede manier doet, heeft hij een beroeringspunt geschapen tussen de hogere wereld en zijn wereld en zichzelf. De indiaan bouwt poorten tussen de Eeuwige Jachtvelden en zijn eigen wereld.

Voor de westerling zijn veel van die technieken natuurlijk niet bijzonder belangrijk. Zeker, als u leert om op een geslaagde manier een regendans uit te voeren, dan kunt u misschien het een of ander vermaakcentrum ertoe bewegen u een vergoeding te geven om niet te dansen. Maar zelfs dan zult u door de Bilt en het heersende weer hier waarschijnlijk gefrustreerd worden. Dus die dingen zeggen u weinig.

Het gebruikmaken van trommels is al evenzeer in uw wereld onmogelijk, want dat wordt onmiddellijk burengerucht. Er blijft over de concentratiemethode die deze indianen gebruiken. Dan neem ik hier een betrekkelijk algemene praktijk die niet alleen bij de Sioux, de Navajos, de Delawares en vele andere stammen heeft bestaan, maar die zelfs in het zuiden een tijdlang gebruikelijk is geweest, zodat je soms aan de bovenloop van de Amazone ook soortgelijke praktijken tegenkomt.

Ga op in de beschouwing van een stuk van de natuur. Probeer alles gewoon op u te laten inwerken. U woont vlak bij de kust. Kijk naar de zee. Probeer het patroon van de wisselende beweging der golven te volgen, totdat u eigenlijk niet meer in staat bent iets anders te zien dan alleen maar de voortdurende verandering van de wateren. Hierdoor ontspant u zich en brengt u zich in harmonie met de krachten die van de zee uitgaan. U bent nu verbonden met een deel van de uitstraling van de aarde. In dat deel van die uitstraling kunt u dan als vanzelf bepaalde denkbeelden zien, bepaalde gevoelens ervaren. Deze nu zijn de aanwijzingen van harmonisch leven of van juist handelen.

Indianen hadden uit de aard der zaak de zee niet in de buurt, maar een van de methoden die werd gebruikt bij de Delawares was het zoeken naar een jonge boom. Dan ging men zitten en alleen maar die boom observeren met alles erop en eraan het bewegen van de bladeren, de buiging van de kleinste tak, totdat men was opgegaan in de boom, in het bewegingspatroon van de boom en daardoor was men dan in staat, zo zei men, om de krachten van de boom (niet alleen van deze boom maar van alle soortgelijke bomen) in zich op te nemen.

In beide gevallen gaat het om een optische identificatie; d.w.z. je kijkt. Je kunt het ook doen door met gesloten ogen te luisteren naar een bepaalde melodie of gezang. Indianen deden dat natuurlijk met hun gewijde liederen. Er zijn er verschillende zoals b.v. de bekende Ode aan het Vuur, de Ode aan de Zon, die inderdaad indrukwekkend zijn en degene die volledig daarin opgaat een zeer bijzondere beleving bezorgt. U heeft dat niet. Maar misschien heeft u een stukje muziek dat niet al te ingewikkeld is waarin het motief zich regelmatig herhaalt en waar u dan een tien minuten naar kunt luisteren. Als u dat zo doet, dat u alleen het motief steeds weer herkent en, volgt van noot tot noot, dan ontstaat er ook voor u die verbondenheid met de melodie. Wat ze uitdrukt, is over het algemeen toch iets dat kosmisch is.

Muziek heeft in haar werkelijke samenstelling over het algemeen zoveel harmonische elementen dat zij ons kan voeren tot het beleven van een kosmische harmonie. De indianen beléefden op deze wijze wat zij noemden hun goden. Wat u beleeft, is in de eerste plaats een deel van uw eigen innerlijk, maar daarnaast een steeds groter deel van uw geest en uw eigen werkelijkheid. U ziet, dat deze technieken, al kun je ze niet precies namaken, ook in het westen wel degelijk bruikbaar zijn.

Nu zijn er ook nog stammen geweest, die zeer speciale methoden van beschouwing hadden. Er is een stam geweest, die keek naar bepaalde mieren of andere insecten. Zij probeerden één individu in zijn bewegingen te volgen. Anderen keken naar vogels en probeerden één vogel zo lang mogelijk en in alle patronen van zijn vlucht te volgen. Het komt misschien een beetje in de richting van het waterschouwen dat hier en daar ook bestaat kijken hoe water aan de kook komt. Deze laatste techniek zoudt u weer kunnen gebruiken. Het gaat erom zichzelf a.h.w. negatief te maken door zich sterk te concentreren op het andere.

Hier is de magie weggefallen. Hier blijft alleen de mens over die zichzelf van zijn ketenen ontdoet en die in het gewriemel van insecten, in de vlucht van een vogel een ogenblik zichzelf vergetend gaat beleven wat buiten hem bestaat. En dan beleef je volgens het indiaans denken niet alleen maar het wezen of een bepaald patroon. Je beleeft de totaliteit die zich daarin manifesteert.

In de vlucht van de vogel kan de Manitou meespreken. In het patroon dat de insecten tekenen in hun gekrioel kan de hele aarde haar wezen en haar werkelijkheid tot uitdrukking brengen. Zo kun je in die beschouwing wel degelijk zaken bereiken die geestelijk van groot belang zijn.

Natuurlijk werd er ook gebruikgemaakt van bepaalde roesvormende middelen. Het is bekend dat vooral bij de zuidelijke stammen mensen, die de vredespijp rookten en daarbij inhaleerden, zeer snel onwel werden. Zij wisten namelijk niet dat ze geen echte tabak maar z.g. indianentabak rookten waarin o.a. marihuana of bepaalde hennepsoorten verwerkt zaten en bepaalde kruiden die roesverwekkend zijn.

De manier waarop de vredespijp werd gerookt was op zichzelf al symbolisch. Je rookte, je haalde in en blies vervolgens steeds weer een trek nemend in de richting van de vier winden.

De vier winden zijn voor de indianen de kracht die de wereld omspant. Je verklaart je één met de geestelijke wereld en neemt die wereld als getuige. De roes op zichzelf geeft klaarheid, want in de roes vallen de remmingen weg. En als je geleerd hebt haar op een bepaalde wijze te beheersen (wat bij de inwijdingstechniek van indianen altijd gebeurde), dan ben je ook inderdaad in staat om door die roes heen te zien; je kijkt door de uiterlijkheden heen.

Medicijnmannen gebruikten nog een veel sterkere menging en waren daardoor in staat om aura's te zien en te lezen. Hoe potsierlijk zij misschien in onze ogen zijn, als ze daar rondansen met hun maskers, hun staarten, hun ratels, in wezen zijn het mensen die gespecialiseerd zijn in het lezen van geestelijke tekens. Voordat de medicijnman aan zijn dans of aan zijn raad begint, zal hij dan ook over het algemeen drie dingen doen;

1. Hij kauwt of hij rookt. In beide gevallen gaat het om licht roesvormende middelen. Hij wil zijn ziel snel vrijmaken, zoals dat heet.

2. Hij zal voor zichzelf werpen. Het is een soort wichelmethode waarbij hij naar gelang van de stam en zijn opleiding verschillende voorwerpen gebruikt, soms beentjes, soms stukjes hout of steen. Hij werpt het patroon, want hij wil ingaan in datgene wat nu voor hem belangrijk is. Dat kan alleen, indien hij beseft op welke manier hij in dat geheel past. Het is dus een concentratie op de eenheid met alle dingen.

3. Daarna zal hij voor zichzelf een paar passen maken. Het is eerder een geschuifel op de plaats. Daarbij gebruikt hij zijn ratel. Hij zoekt het ritme dat past bij zijn plaats. Pas als hij die dingen heeft gedaan, schrijdt of danst hij naar gelang van de taak die hij gaat vervullen naar buiten en zal dan optreden niet meer als zichzelf, maar als het knooppunt van alle invloeden waarop hij zich heeft ingesteld.

Dat die roesvormende middelen hierbij een rol spelen is zeker in uw westerse maatschappij erg bedenkelijk. Vergeet echter één ding niet;

Een mens, die zijn remmingen vergeet, hoe tijdelijk ook, komt tot een volledige beleving van zichzelf. Hoe kun je weten wie en wat je bent, hoe je op een gegeven ogenblik staat tegenover de wereld en in de wereld, als je door allerlei gebruiken en remmingen a.h.w. wordt teruggehouden van je werkelijke persoonlijkheid?

Ik methodiek van de indianen was op dit gebied zeer doeltreffend. De techniek die zij gebruikten was weliswaar toegespitst op hun omstandigheden, maar laat toch nog altijd een paar redelijke elementen over die ook elders bruikbaar zouden zijn.

Waarom zou een westerling, die wil mediteren of zich wil bezighouden met het zoeken naar zijn eigen betekenis nu eens niet gebruikmaken van de mogelijkheid om zichzelf even te verliezen? Nogmaals, het hoe is niet belangrijk. Of u daarvoor nu middelen gebruikt of u het doet met een slok cola of een kopje thee dat zal mijns inziens niet zoveel verschillen, als u maar met een symbolisch gebaar even datgene wat u naar buiten toe bent of moet schijnen

terzijde schuift. Als u dat heeft gedaan, kunt u de techniek verder volgen. Wat ben ik op dit ogenblik? Welke contacten beïnvloeden mij? Welke krachten roepen mij? Wat stoot mij af? Wat trekt mij aan. En daarmee hebben het tweede gedeelte van het medicijnmanritueel gevolgd, namelijk het werpen.

Wij hebben geprobeerd ons te oriënteren. Wat is het patroon waarin ik op dit ogenblik volgens mijn wezen besta zonder die geremdheid en uiterlijke dwang? Dat betekent dat ik moet zoeken naar de methode om het juist te uiten.

De medicijnman deed dat door een patroon te aanvaarden dat hij alleen aannam om te functioneren. Het waren gewoon symbolische gebaren. Voor u kan dat iets anders zijn. Mijnentwege probeert u de afwas eens op een andere manier te doen. Of u probeert in plaats van normaal te kijken of te luisteren nu naar zeer bepaalde aspecten te kijken of te luisteren. En als u dan vindt dat er iets is dat in u een spanning opwekt, een resonantie geeft, dan heeft u daarmee wel degelijk ook het middel gevonden dat u kunt gebruiken om uw werkelijke "ik" hoe dan ook in de wereld te uiten.

De zeer simpele techniek die indianen vaak gebruikten, wanneer ze op een tocht waren, was zich opstellen vlak onder de top van een berg (bovenop was je teveel zichtbaar voor eventuele vijanden) en daar een tijdlang roerloos te blijven. Dat roerloos zijn was niet zozeer om jezelf te beheersen. Het ging erom te luisteren. En dan bedoel ik te luisteren niet je geest niet met je lichaam. Als je een ogenblik helemaal stil en rustig bent, dan bouwt zich van buitenaf toch een beeld in je op van de wereld, van de dingen die gebeuren of belangrijk zijn. Je weet wat er gaande is. Volgens indiaans geloof, je luistert naar de wind en je hoort wat ze zegt over je vrienden en vijanden. Die techniek kunnen wij ook gebruiken.

Het is voor de doorsnee Europeaan, denk ik, erg moeilijk om een tijdlang werkelijk onbeweeglijk te zijn. Maar als je je nu niet gaat dwingen om roerloos te zijn en eenvoudig met je geest probeert te luisteren naar alles wat er om je heen is, dan zul je volgens mij ook wel allerlei indrukken krijgen. Als je die indrukken dan beschouwt als een landschap waarin je je moet bewegen, dan heb je meteen een veel betere tip gekregen voor de manier waarop je kunt optreden en voor de wijze waarop je geestelijk eventueel kunt reageren.

Er is nog één punt in de indiaanse technieken dat ik wil aanstippen:

Indianen, zowel mannen als vrouwen - zij het op verschillende manieren - werden gehard. Dat wil zeggen ze moesten pijn kunnen verdragen. Maar pijn verdragen op zichzelf gaat maar tot een zekere hoogte. De grootste trots van een indiaan was, dat hij onder martelingen nog steeds zijn vijand kon beschimpen, dus niet door het lichamelijke kon worden gekweld. Om die lichamelijke beheersing aan te leren kregen de kinderen al heel vroeg daarin onderricht. De jongens meestal van het 3^e of 4^e jaar, de meisjes vanaf het 5^e of 6^e jaar. Dat onderricht behelsde meteen een techniek waar u misschien iets aan kunt hebben.

Kijk bewust naar pijn. Als je ze hebt, kun je daar gewoon naar kijken. Sla anders maar met een latje op je vingers. Kijk naar de pijn die je hebt. Zeg dan diep in jezelf dat die pijn niet bestaat. Als je dat op de juiste manier leert doen, dan is de pijn iets dat nog wel bestaat, maar dat je niet beheerst, het komt niet meer helemaal op je toe. Het is een uiterlijkheid geworden. Als je op deze manier een paar keer geleerd hebt de pijn a.h.w. naar buiten te jagen, dan kun je vervolgens hetzelfde doen voor anderen.

Als een ander lijdt, dan moet je je dat lijden precies voorstellen. Heb je je dat voorgesteld, dan wijs je het van je af. Let wel, het is geen genezen dat op deze manier doet. Je scheidt ook voor de ander die verwijdering. Vandaar dat vaak de vader en de ooms van jongens die werden beproefd erbij stonden. Zij gaven de jongen dan die kracht (zij noemden dat het geven van manas) opdat de jongen niet zou behoeven te kreunen. Het was soms een heel pijnlijke beproeving o.a. het ophangen aan haken die in de borstspier werden geslagen. Dan werd hij met leren riemen naar boven gehesen en verzaard met stenen totdat de spier het begaf of het touw. De jongen zou de pijn wel ervaren, maar hij zou weten dat die pijn niet zijn wezen betrof. Wie dat had doorstaan, was voortaan in staat om alle pijn van zich af te wijzen. Je ging er lichamelijk dan wel aan lijden, maar het kon je geest, je beslissingen niet meer beïnvloeden. En wat meer is, je kon je lichaam dwingen om de pijn te negeren, indien het noodzakelijk was.

Het westen is nogal zacht geworden, als het pijn betreft. Maar een mate van hardheid tegenover jezelf heeft alleen betekenis, als je daardoor de pijn kunt verdrijven of op een afstand kunt brengen. Daarvoor is het nodig dat je de pijn erkent voor wat ze is, als het even kan in haar oorzaak en ervaring. Proef haar volledig en zeg dan tot jezelf dat ze je niet beroert.

Dit onberoerd worden is een vorm van meditatieve reactie, want in jezelf zeg je; Ik weet dat het er is en ik weet dat het niets is. Een techniek die misschien wel eens dienstig zou kunnen zijn voor mensen die last hebben van pijn. Er zijn zoveel mensen die met een beetje pijn al ontzettend klagen. Er zijn ook mensen die heel veel pijn hebben en die dat van zich af weten te zetten.

Ik heb u dit alles gegeven om duidelijk te maken hoe vele volkeren op de een of andere manier geestelijke technieken gebruiken om het lichaam te beheersen, maar ook om de geest vrij te maken. Dat vrijmaken van de geest is een van de belangrijkste dingen in meditatieve technieken. Op het ogenblik, dat de meditatie u bindt aan de zaken en niet vrijmaakt van banden, is ze zinloos. Of zoals de indiaan zegt: "Wanneer de geest kan vliegen, is de meditatie geslaagd. Maar als de geest gebonden raakt, is het een dwaas die mediteert."

Hier heeft u dan een beeld van een ander volk uit een andere tijd zelfs, ofschoon delen van deze technieken nog steeds worden bewaard. Vooral op de grens van de Ver. Staten en Canada proberen tegenwoordig stammen weer de jongeren op te voeden in deze beheersing niet alleen van zichzelf, maar ook van de harmonieën ten aanzien van de omgeving en de geestelijke krachten die daarin schuilgaan.

Het is voorlichting. Een enkele tip kunt u misschien wel gebruiken. Maar we zullen verder moeten gaan, want er zijn andere technieken die voor de mens veel meer kunnen doen.

Denkt u b.v. aan de Zen-techniek. De Zen-techniek is het onmogelijke nemen en daardoor je bewust worden van de betekenisloosheid van je mogelijkheden. Er zijn Indiase technieken waardoor het geheel van het geestelijk leven en denken via meditatieve processen wordt gebracht tot een gevoel van onbelangrijkheid als persoonlijk feit en gelijktijdig verbondenheid met de totaliteit. Delen daarvan vindt u o.m. in de Raja Yoga.

Al deze beschouwingen hebben niet ten doel u alleen maar een specifieke weg te wijzen. Als wij ons bezighouden met deze zaken, dan is het om te zien dat meditatie en wat daarmee samenhangt (magische technieken, schouwen in de tijd en wat dies meer zij) helemaal niets buitengewoons zijn. Ze hebben altijd onder de volkeren geleefd. En elk volk heeft op zijn eigen wijze methoden ontdekt waardoor men binnen de eigen leefomstandigheden daarvan een zo goed mogelijk gebruik kon maken.

Vandaag hebben wij dat gedaan ten aanzien van de indianen. U zoudt kunnen zeggen een bepaalde beschaving, een bepaalde cultuur. Wij zullen tenslotte moeten komen tot een samenvatting van hetgeen specifiek voor de westerse mens en vooral voor uw eigen land belangrijk is. Maar om dat te kunnen doen zullen wij wel degelijk moeten kijken hoe anderen het hebben gedaan, want alleen door na te gaan wat eens was, kunnen we misschien begrijpen wat nu mogelijk is.

Slechts hij, die zijn mogelijkheden kent, kan bewust kiezen voor de weg die hij de zijne kan noemen.

Ik weet niet, of u dit alles met veel interesse heeft gevolgd. Indianenverhalen zijn tegenwoordig eigenlijk een beetje uit de mode. Je moet ergens mee beginnen en wat is eenvoudiger dan een natuurgeloof. Daarom heb ik deze weg gekozen.

Zoveel mogelijk zullen wij volgens programma en plan verdergaan. Wij hopen, dat de wijze waarop de lessen worden gegeven en gesteld voor u aanleiding zullen zijn om ze ook meer praktisch te benaderen en niet slechts te waarderen als een mooi verhaal. Ik hoop, dat u ook dit welwillend zult aanaarden.

DE PIRAMIDE

Hoe zijn de piramiden gebouwd en waarom? Wie weet het eigenlijk precies? De oude egyptologen hebben allang een groot gedeelte van hun stellingen ontmaskerd gezien. De herinneringen uit het verleden wijzen misschien in een geheel andere richting dan alleen die van grafkamers. Wie weet het?

Wij zien in de piramiden een mogelijkheid om in een bepaald brandpunt enorme krachten te ontketenen. Maar weten wij dat het waar is? Wij weten het niet. Wij zijn bezig met de raadselen. Wij zouden bezig moeten zijn met de zekerheden.

Een piramide is niet ontstaan uit een experiment zonder meer. De piramide is de uitdrukking van een besef dat werd verworven. Onder ons gezegd en gezwegen, piramiden zijn inderdaad centra waarin bijzondere krachten op een bepaalde manier kunnen worden afgetapt. Dat hangt o.a. samen met de luchtkanalen. Dat hangt ook samen met de plaats van de koningskamer en het houdt zelfs rekening met die z.g. loze ruimte die u in de top van de piramide van Gizeh kunt vinden. Maar dat is een resultaat; het is niet een raadsel waaraan wij moeten beginnen.

Wij moeten onze eigen piramide leren bouwen. Dat wil zeggen; Wij moeten leren hoe we een maximum aan kracht kunnen samenbrengen op die punten waar dit voor ons belangrijk is. En dat kunnen we geestelijk waarschijnlijk veel beter dan door het construeren van piramidetjes. Anders zou iemand, die een punthoofd heeft aan energie er beter aan toe zijn dan iemand, die een platte schedel heeft. Dat is heus niet waar.

Laten wij ons goed realiseren; De piramidebouwers hebben technisch indertijd iets waargemaakt aan de hand van denkbeelden, ervaringen en ontdekkingen die in hen en door hen tot stand zijn gekomen. Laten wij die piramiden als beelden van de eeuwigheid dan maar niet gebruiken om terug te denken aan de grootheid van het verleden, maar wij moeten ze zien als een aansporing om in het heden datgene te doen waardoor wij steeds meer krachten kunnen ontplooiën op die punten van ons wezen of vanuit ons wezen waar ze voor ons belangrijk zijn.

Dan zullen wij misschien leren de krachten van de piramide regel te gebruiken in ons leven en door het gebruik van die krachten bewuster en vollediger in samenwerking met de kosmos kunnen bestaan.

De piramiden, die zo toeristisch worden gezien, zijn alleen goed voor de kamelen en de kameeldrijvers. De werkelijkheid is iets wat tot nu toe nog niet volledig is onthuld. Als u dat in de gaten houdt, kijk dan eens naar uw eigen leven. U komt dan tot de conclusie dat u daarin ook heel wat piramiden heeft opgetrokken; enorme gedenktekens waarvan u eigenlijk niet eens weet waarvoor ze dienen. Als u die heeft, laat ze dan maar in de steek en bouw eerst maar eens een gedenkteken op voor datgene wat in u wezenlijk belangrijk is. Ik denk, dat u dan verder komt.