

## DE MENSELIJKE PSYCHE

Broeder Abraham II.

Achtste Les.

### PSYCHE EN LICHAMELIJKE BELEVING.

Na al hetgeen we hebben besproken over de mogelijkheden van de menselijke psyche en wat wij ook hebben menen te moeten zeggen over de noodzaak van eenheid tussen het menselijk lichaam en de menselijke geest, lijkt het mij thans een goed moment om nu eerst na te gaan, hoe de stoffelijke samenhang tussen het stoffelijke deel van de psyche en de lichamelijke beleving is. Dit is nl. noodzakelijk om te komen tot een goed begrip van al hetgeen er bestaat in ons karakter en zo in onze wereldbeleving.

Allereerst wil ik u eraan herinneren, dat een groot gedeelte van de karaktereigenschappen kan worden geacht afhankelijk te zijn van lichamelijke condities, die worden bepaald door afscheidingen van bepaalde klieren. Om nu wat nader op deze kwestie in te gaan:

De mens beleeft op het ogenblik een groot deel van zijn eigenlijk drift- en drangleven dank zij de werking van de glandula pinealis. Dat wil dus zeggen, dat een deel van zijn karakter (zijn drift of luiheid) mede afhankelijk kan zijn van de afscheiding van deze pijnappelklier. Het resultaat is, dat de mens in zijn uitingen beperkt is. Hij kan zich nooit geheel en al voor deze uitingen verantwoordelijk stellen. Een mens kan zijn karakter ongetwijfeld wijzigen. Dit is echter een proces, dat zich onder de mogelijke wens en wil van de geest moet afspelen in het stoffelijk lichaam.

In de eerste plaats is het daarvoor noodzakelijk, dat er voortdurend prikkels en tendensen worden geschapen, waardoor het gewenste innerlijke evenwicht wordt gevonden, ook wat betreft deze afscheidingen.

In de tweede plaats is het noodzakelijk, dat de mens niet wordt belast met een schuldbewustzijn over zuiver stoffelijke handelingen, die door geen enkele geestelijke drijfveer werden georgineerd en niet konden worden beheerst door het mentaal gedeelte van de psyche.

Uitgaande van dit standpunt moeten we de mensheid voorleggen: Gij zijt niet, wat ge denkt te zijn. Want het beeld, dat gij van uzelf in de stof hebt ontworpen, is een beeld dat grotendeels wordt bepaald door uw lichamelijke conditie. Uw reactie op de buitenwereld is evenzeer afhankelijk van uw conditie, waarbij ook uw mentale processen - vaak beïnvloed door zuiver lichamelijke reacties - de boventoon voeren.

Zo moet gij u nooit beroemen op hetgeen gij zijt - stoffelijk gezien - in uw goede eigenschappen. Evenmin moogt gij u vernederen om datgene, wat gij als lelijke eigenschappen in de stof beschouwt. Gij zult u alleen maar moeten afvragen in welke richting gij zult moeten gaan. Deze richting kan niet door de geest worden bepaald, want die heeft slechts een sterk emotionele binding met de stof en zal op de reële condities en

omstandigheden, die gij in uw stoffelijk bewustzijn ervaart en ziet over het algemeen slechts zeer ten dele kunnen ingaan. Elke poging om te komen tot een stoffelijke hervorming van uw wezen, zult u dus tot stand moeten brengen door een mentaal proces van denken, wensen en de daaruit voortkomende wil, die uw leven en bewegen beïnvloedt.

Hebben wij eenmaal deze weg gevonden, dan dienen we ons te realiseren, dat het voor een mens onmogelijk is om al zijn lichamelijke reacties in korte tijd te leren beheersen. Het is noodzakelijk te beginnen bij één punt en vandaaruit verder te bouwen.

Dan is er nog een punt omtrent de lichamelijke ontwikkeling en haar invloed, die wij zeker niet voorbij mogen zien.

Uw gehele waarneming en beleving van de wereld zijn gebaseerd op de ervaringen. Ervaringen, die u waarden doen associëren met gebeurtenissen buiten u, die niet met de werkelijkheid in overeenstemming behoeven te zijn. U reageert dus volgens hetgeen u aan ervaringen in u draagt. Een mens, die willekeurige ervaringen op zich laat afkomen, krijgt op den duur daardoor - zeker indien hij stoffelijk blijft reageren - een zekere angst en tegenzin voor het leven. Als de mens echter verstandig is, zal hij aan de hand van het erkende mentale beeld van de wereld bepaalde ervaringen zoeken, waarin hij zichzelf kan uiten en uitleven op een bevredigende en verantwoorde wijze. Hierdoor krijgen we een selectief proces, waardoor steeds meer herinneringen worden geleid in één richting en in een goede zin. Dat wil ook zeggen, dat ons wereldbeeld zich wijzigt en zich aanpast aan hetgeen wij nastreven in de stof.

Maar ons streven in de stof dient te worden georigineerd vanuit de geest, zo zegt men. Dat kun je natuurlijk niet zo zeggen als ...een feit. Want deze geest is slechts - ik herhaal het nog een keer - emotioneel gebonden aan de stof en ervaart geen volledig beeld. De geest heeft echter wel - en dat is zeer belangrijk - een voorstelling van hetgeen voor haar goed is. Zij scheidt een sterke voorwaarde van ontkenning en aanvaarding, die tot in het stoffelijk leven doorklinkt. Kunnen wij dit aanvaarden of verwerpen, dan zullen we als mens in staat zijn - dank zij deze werking van de menselijke psyche - te komen tot een verwerkelijking van al hetgeen we verlangen.

Gezien de samenstelling van de menselijke psyche moeten we verder rekening gaan houden met een z.g. gezamenlijk bovenbewustzijn. Dit gezamenlijk bovenbewustzijn is geen factor, die wij kunnen beheersen. Het wordt geschapen - geboren - uit de totale mensheid met haar denken, haar opvattingen en aanvaarding van het leven. Hierdoor wordt over ons eigen wereldbeeld via het onderbewuste een wereldaanvaarding geprojecteerd, die - sterker zijnde dan ons bewustzijn op sommige punten - ons dwingt tot een wereldbeleving, niet aan de hand van ons geestelijk bewustzijn of ons bereikt stoffelijk peil, maar in overeenstemming met het beeld, dat het totaal van de wereld heeft.

Ook deze factor moeten we weten mede te verwerken in het accepteren van ons wezen. We doen dat op de volgende manier:

Of deze wereld goed of kwaad is, daar kan ik niets aan doen. Ik weet slechts dat ik in die wereld bepaalde dingen erken als kwaad. Die zal ik voor mijzelf bestrijden. Ik weet ook, dat een groot gedeelte van deze voorstellingen wordt geboren uit de mensheid om mij heen, waaraan ik mij slechts kan onttrekken, indien ik mij realiseer, dat dit alleen de mening is van anderen en voor mij verder van geen belang. Op deze manier redenerende kan ik voor mijzelf op sommige punten een grotere vrijheid vinden. Ik kan mij a.h.w. iets vrijer maken van het beeld, dat de gemeenschap mij oplegt. Aan de andere kant zal ik moeten komen tot het accepteren van een aantal punten in mijn leven, die ik zelf niet wens, maar waaraan ik mij niet kan onttrekken, daar ze in de gemeenschap zo sterk geworteld zijn, dat mijn geestelijk vermogen en bewustzijn niet in staat zijn zich tegen deze in het onderbewustzijn afgedrukte invloed te verzetten.

Als resultaat wat vrijer geworden, zal ik ook leren mijn omgeving in te calculeren in mijn gedrag. Ik zal dan tot de conclusie komen dat veel gedachten, die voor mij schadelijk lijken, uit deze omgeving zijn voortgekomen. Ik mag mij daarvoor niet aansprakelijk stellen, daar de geest dit niet als zodanig ervaart. Ik kan dus op die manier een deel van mijn schuldbewustzijn afreageren. Ik kan dat in de buitenwereld overzetten en op die de schuld schuiven. Hierdoor vind ik meer vrede in mijzelf en tevens een juist beeld van wat mijn verantwoordelijkheid is. Ik leer langzaam maar zeker uit dit analyseren van de menselijke psyche en ook uit de analyse van de zuiver stoffelijke tendensen, die mij regeren en beheersen een beeld te vormen van wat ik werkelijk kan doen; mijn werkelijk vermogen tot vrijwillig en vrij handelen.

Heb ik dit gevonden, dan heb ik ook het ene gebied gevonden, waarop ik kan werken met de gehele psychische kracht, die in mij leeft. Want hier ben ik geheel vrij om mijn geestelijk verlangen te uiten in de stof. Omgekeerd kan ik hier het totaal van mijn stoffelijk ervaren projecteren naar de geest, zodat deze daaruit alle baten heeft. Mijn geest zal zich hierdoor aanmerkelijk kunnen verrijken. Maar tevens zal zij door mijn houding, vanuit mijn stoffelijk bewustzijn t.o.v. mijn wezen geschapen, een aantal mogelijkheden kunnen aflezen. Zij zal leren begrijpen, dat het verzet tegen de in de omgeving liggende of in het karakter geschapen omstandigheden noodlottig kan worden voor mijn gezondheid, mijn leven, mijn levenslust, mijn levensaanvaarding. Zij zal zich dan op deze gebieden beperken en daar geen verdere wensen op mij projecteren. Hierdoor kan ik - en dit is een zeer belangrijk punt - aan de strijd, die ik anders vaak innerlijk heb over dergelijke factoren, ontkomen. Dat wil zeggen, dat ik een groter gedeelte van mijn geestelijke energie in de stof kan overbrengen; dat ik minder van mijn lichamelijke energie in mentale en geestelijke strijd uitput. Zo kom je langzaam maar zeker tot een betere éénwording, een betere samenwerking. Deze samenwerking kun je tenslotte gebruiken om daarmee ook alles wat je wenst te bereiken.

Deze bereikingen mag ik nooit stellen op een vlak van de hoogste geest of de hoogste sferen. Een mens, die probeert een trap van 30 treden in eens op te lopen, breekt zijn nek, als hij die in één sprong wil nemen. Zo gaat het ons ook. Wij mogen niet zeggen: "Wij willen direct het allerhoogste bereiken." Wij moeten zeggen: "We gaan één trede verder, één punt. Dat is voor de doorsnee-mens het beheersen van zijn stoffelijk wezen op enkele punten en het aanvaarden van de z.g. intuïtieve drang, die vanuit de geest naar de stof komt, evenzeer op deze zelfde punten.

Zo word je in een bepaald gedeelte van je bestaan geleid via psychische werkingen, die niet meer redelijk verklaarbaar zijn. Dit niet redelijk verklaarbaar zijn is te begrijpen. Want wij zijn nog niet in staat, als we mens zijn, een zo groot gedeelte van de op ons afgedrukte waarden bewust te erkennen, dat we hieruit de juiste conclusie kunnen trekken omtrent de werking, die de geest op ons uitoefent. Wij kunnen zelfs zeer moeilijk een onderscheid maken tussen datgene, wat uit onze eigen geest of uit een andere geest wordt geprojecteerd. Ook is het voor ons vaak moeilijk om in te zien waar de invloed van de buitenwereld ophoudt en onze innerlijke werking begint.

De consequentie is dus, dat de doorsnee-mens deze intuïtie zonder meer moet aanvaarden en ermede werken, zonder zich in het begin al te veel om haar oorsprong te bekommeren. Want door het volgen van de intuïtie wordt nu in dat gedeelte, dat de intuïtie beroert en beheerst in je leven, een steeds groter direct bewustzijn geschapen, zodat je in staat bent steeds meer stoffelijk-verstandelijk te verwerken, totdat tenslotte alles wordt omvat wat de geest op dit gebied in je projecteert.

Het bereiken van een eenheid met de geest op één gebied opent voor ons de mogelijkheid een veel grotere beheersing van het eigen wezen tot

stand te brengen. Het maakt het voor ons verder mogelijk gelukkiger en gezonder te leven. Over dat gezond leven dien ik - daar wij vandaag de stoffelijke normen en factoren bezien - nog even verder uit te wijden.

Gezond leven wil voor veel mensen zeggen: leven met allerhande onthoudingen en dergelijke. In werkelijkheid is gezond leven: leven naar de eisen van je lichaam. Wij kunnen alles aanvaarden wat het lichaam van ons vraagt, mits het niet onmiddellijk in strijd komt met onze opvattingen van goed. Wat niet definitief kwaad is in onze ogen en het lichaam verlangt, kunnen we het lichaam toestaan. Maar we hebben rekening ermee te houden, dat het een vraag moet zijn van het lichaam en niet een mentale begeerte. Want in ons voorstellingsvermogen worden vele dingen met bepaalde genotsgedachten geassocieerd. Je denkt aan eten en dan denk je aan lekker eten. Het lichaam houdt ook van lekker eten, maar tot een bepaalde hoogte en dan heeft het genoeg. Maar je gedachten zeggen: Het is zo lekker, ik eet meer. En je eet meer dan het lichaam kan hebben en komt daardoor in een ongezonde situatie. Op het ogenblik echter, dat je je realiseert: dit vraagt mijn lichaam, méér vraagt het niet. Ik schakel de begeerte uit, dan krijg je een lichaam dat volkomen gezond is. Dat lichaam kan heus alle spijzen verdragen. Men behoeft zich niet voor te stellen, dat het speciaal nodig is om geen vlees te eten of om je te onthouden van prikkelende en genotsmiddelen, maar je moet hetgeen je lichaam daarvan vraagt en verdraagt weten te beperken tot het minimum, dat voor het lichaam voldoende is. Iets absoluut aan het lichaam ontzeggen is kwaad. Maar iets volgens de mentale begeerten, genotsvoorstellingen en -gedachten onbeperkt toelaten betekent vernietiging van het lichaam.

Zo betekent gezond leven in werkelijkheid: met mate alles genieten wat het lichaam nodig heeft en gelijktijdig trachten er een zo groot mogelijke vreugde uit putten, terwijl je de resterende krachten en vermogens gebruikt tot verrijking van je mentaal bewustzijn: dus je weten, je begrip, je wijsheid. Naarmate je wijsheid en ook je begrip van de dingen der wereld groter worden, zul je leren dat je lichaam minder nodig heeft. Dit is een automatisch proces. De mens, die zonder teveel aan zijn begeerten toe te geven het noodzakelijke in het leven voortdurend tot zich neemt, zal daaruit op den duur een gezond leven verkrijgen met een minimum aan lichamelijke behoeften en een maximum aan geestelijke vrijheid en vreugde. Dit te verkrijgen is natuurlijk een buitengewoon mooie zaak. Maar ook hier dient men langzaam en voorzichtig te beginnen. De grootste fout, die wij over het algemeen menselijk en zelfs geestelijk kunnen maken, is dat wij ons door de voorstellingen die in ons leven laten verleiden om de werkelijke toestand te minachten.

De toestand, waarin wij op het ogenblik leven, is voor ons het belangrijkste. Want zouden wij deze plotseling veranderen, dan treden op: in de eerste plaats lichamelijke storingen, daar het ons niet mogelijk is zonder meer deze verandering door te maken. Resultaat: strijd; zelfs tussen het zuiver lichamelijke gedeelte en de mentale wil. Verder resultaat: verzwakking, ziekte, verslapping van het mentale en tenslotte zelfs verbreking van het contact met het geestelijke. Doen wij het langzaam aan, dan gaat het beter. Dan krijgen wij daar niet zoveel ellende mee.

Maar we gaan verder kijken. Wat kan ik nog doen om gezond te leven? Mij voortdurend bewust zijn van hetgeen ik doe; en alles wat ik doe bewust doordenken. Wanneer ik van mijn daden en handelingen een voorstelling in mijn bewustzijn draag, ben ik ook in staat om elke consequentie daarvan later te aanvaarden. Ik zie ze als een logisch gevolg. Ik kom tot een levensaanvaarding. Hierdoor vermijd ik de innerlijke strijd. Mijn doorgeven naar de geest van de lichamelijke verlangens en ook van de lichamelijke pijn, die de consequenties zijn van mijn handelingen, gaat vlot en ongehinderd. De geest zal inspiratief ingrijpen en corrigerend werken

op de stof en het mij mogelijk maken op den duur een redelijk en vol-  
maakt gezond leven te leiden.

Hebben wij het gezonde leven gevonden, leren wij langzaam de be-  
heersing en daardoor de eenheid tussen stof en geest kennen, die -  
zich langzaam vergrotend - op één punt tot uiting komt, dan komen  
we tenslotte in een toestand, waarin het totaal van ons lichamelijk  
ervaren geestelijk merkbaar wordt. Hierdoor wordt de wereld van het  
onbewuste voor een groot gedeelte beheerst door de lichamelijke reac-  
ties daarop, terwijl de in het onderbewustzijn gelegde impulsen en re-  
acties vanuit onderdrukte lichamelijke waarnemingen verminderen.  
Hierdoor wordt ook het aantal onbewuste processen bij ons aanmerkelijk  
verminderd en tenslotte teruggebracht tot het voor het lichaam aan-  
vaardbare minimum. Dan eerst leeft men volledig en bewust.

Het gebruik-maken van de eigenschappen der menselijke psyche om  
dit te begrijpen is mijns inziens voor elke mens een noodzaak en een  
behoefte. Hoe wij hierop verder kunnen gaan, zal ik u een volgende keer  
trachten uiteen te zetten.

:--:

### S T R O M I N G E N .

Verborgen in de wateren: stromingen.

Onder de oppervlakte: onbekende krachten.

In de schijnbare rust: gevaren.

Achter de oppervlakkigheid: gedachten, die soms gaan tot in de  
diepste diepten. Strijd.

Overtuiging, dat eigen richting de juiste is.

Mening, dat eigen stroom de enige is in de eeuwigheid.

Vergeten, dat al wat in God leeft is.

Kracht, die teloor gaat in nutteloos verzet.

Poging om te redden wat niet gered wil worden.

Tekort aan werkelijkheid.

Krachten, die uitgaan. Krachten, die je kunt ontvangen.

Krachten van het bestaan, levengevend, levensnemend.

Waan verscheurd. Eeuwigheid geopenbaard, maar niet aanvaard.

Ons innerlijk te hoog geschat aan eigen weten.

Stromingen: vergetelheid.

Wereld in nevelen gehuld door een denken vervuld alleen van  
eigen weten, eigen denken.

Stromingen: wervelingen in een kosmos, alle voerend tot de  
Bron en tot hetzelfde - tot God.

Stromingen: leven, dat zich openbaart in eeuwigheid.

--:

## B E Z I E L I N G .

Oneindig is de werkelijkheid  
en slechts beperkt is mijn bestaan.  
Oneindig is de eeuwige Kracht,  
beperkt in macht mijn waan.  
Oneindig is het levend Zijn.  
En ik - gebonden in de tijd -  
ben slechts een stofje, dat verwaait  
in winden van de eeuwigheid.

Maar zo ik eerst de kracht besef  
in haar oneindigheid  
en dan door die kracht - als trechter zijnde -  
tot in het lager Zijn geleid,  
tot d' eeuwige macht, die daar bestaat,  
dan zal het "ik", dat ondergaat  
en dat beseft en dat beleeft,  
erkennen dat het eeuwig is  
en al wat tijd zich weeft  
aan wonderlijke beeldenpracht  
saamvoegen tot een werkelijkheid,  
waarin alle tijd slechts is: bestaan,  
alle God en licht een macht,  
die zonder waan het leven voortgeleidt.

Zoekt gij uw God?  
Voorwaar, Hij heeft u reeds bezield  
en in u lééft de Kracht.  
Maar eerst wanneer gij uit uzelf  
ondergaat de hoogste macht  
en ondergaat het hoogste licht,  
ja, lééft de werkelijkheid,  
zijt gij bewust bezield van Hem  
en meester van uw tijd.

Eerst dan zijt gij de werkelijkheid  
en bouwt gij in het eeuwig Zijn,  
het werk, dat wordt het huis van God.  
Eerst dan is alle Zijn en wezen  
geworden tot een vaste baan;  
een teken van oneindigheid,  
waarin het "ik" zijn werkelijkheid  
maakt tot een eeuwig zijn;  
en uit het eeuwig zijn  
verwint zijn eigen waan.

Vrees de emotie niet, zolang gij doelbewust streeft, want dan  
geeft zij u de kracht om uw doel te verwezenlijken.

:--:~: