

ALGEMENE ZELFVORMING

8p Negende Les.

DE KUNST VAN DE KEUZE EN DE KUNST VAN HET STERVEN.

Op het ogenblik dat je leeft, sta je voortdurend op een punt van keuze. Je hebt steeds vele mogelijkheden. Als wij nu redelijk zijn, dan blijkt ons verder, dat we desondanks aan bepaalde grote perioden in het leven niet kunnen ontkomen. Je hebt b.v. geen keuze of je nu ouder wilt worden of niet. Je hebt geen keuze of je nu wilt sterven of niet. Er komt een ogenblik dat van zuiver stoffelijk standpunt een keuze dus is uitgesloten.

Het kiezen is in vele gevallen erg moeilijk voor een mens, omdat hij voortdurend wordt vastgehouden in de eerste plaats door het verleden, d.w.z. door al hetgeen er is geweest, door al hetgeen hij heeft gedaan.

In de tweede plaats wordt hij geremd door zijn huidig standpunt, zijn huidige geestelijke ontwikkeling.

In de derde plaats wordt hij ook nog sterk beïnvloed door zijn dromen en verlangens.

De kunst van het kiezen nu is gebaseerd op een zekere zelfkennis. Als je weet dat je zwak bent, heeft het weinig zin om je keuze eerst te stellen op sterk zijn om ten slotte toch zwak te worden. Je hebt dan alleen tijd verknoeid en voor jezelf heel veel problemen geschapen. Aan de andere kant kan het voorkomen, dat je b.v. twee mogelijkheden voor je ziet. Ik zal een voorbeeld geven.

Je hebt de mogelijkheid een beroep te kiezen, dat betrekkelijk weinig betaalt, maar waarin je een ideaal ziet. En je hebt ook de mogelijkheid een ander beroep te kiezen, waarin je dus een ruime verdienste hebt en waarbij je jezelf dan maar voorhoudt: ik vind het wel niet prettig, maar ik krijg zoveel geld; dan kan ik later beter doen wat ik wil. Deze situatie komt heel vaak voor in een mensenleven. We vinden op ongeveer 100 personen in verhouding ongeveer 90 personen, die kiezen voor de remuneratieve beroepen. Waarin zit hier nu de fout?

In de eerste plaats: wanneer je nu een beroep kiest, waarin je opgaat, zul je daarin veel kunnen bereiken, wat op een andere manier niet bereikbaar zal blijken.

In de tweede plaats: ongeacht de kleinere vergoeding die je krijgt, zul je ongetwijfeld ook weer door de intensiteit van je werken verder kunnen komen; je zult dus in dat beroep meer bereiken.

Wanneer je gaat kiezen op - laten we zeggen - lange termijn, dan maak je altijd een fout. De kunst van de keuze is de keuze te doen, die nu en volgens het nu kenbare juist is, zonder je af te vragen wat er over een jaar of over twee of drie jaar van die keuze

terecht kan komen. Dit lijkt erg onverantwoordelijk, maar is het niet. Wij moeten uitgaan van het standpunt, dat de mens op aarde is om bewustzijn op te doen. Dit bewustzijn wordt bij een ogenblikkelijk juiste keuze, die dus ook onmiddellijk in werking gaat, waar je hele wezen in kan opgaan, veel beter bevorderd, dan door een keuze die op lange termijn wordt gesteld. Hoe groter nl. de termijn die je neemt, hoe onwaarschijnlijker het is dat het gestelde doel inderdaad bereikt wordt. Wanneer u vandaag begint iets te "plannen" wat over 10 jaar klaar moet zijn, dan zult u daarmee zeker niet op de manier waarop u het zich thans voorstelt tot een resultaat kunnen komen. Het zal anders gaan en heel vaak zult u afgeleid worden en zal het hele doel - laten we zeggen na 5 of 6 jaar - toch terzijde moeten worden gesteld, om daarvoor in de plaats iets anders te nemen. De kunst van ons kiezen is dus wel degelijk gesteld op het heden.

In dit heden moet ik mijzelf kennen. Ik moet zo'n beetje mijn zwakke punten en mijn sterke kantjes kennen. Ik moet weten in hoeverre ik laks ben of traag. Ik moet weten waar ik wat te heet gebakerd ben. Heb ik dit alles goed bekeken, dan weet ik ook: er zijn bepaalde invloeden werkzaam op mij. En als ik te heet gebakerd ben, moet ik mijn beslissingen altijd een ogenblik uitstellen. Weet ik dat ik te traag ben, dan moet ik mijzelf tot een beslissing dwingen. Dat is logisch. Gelijktijdig moet ik mijn beslissing altijd nemen in overeenstemming met het nu, met het heden. Hoe langer een bepaalde toestand zal aanhouden, hoe meer bedenktijd we zullen vragen; dat is inderdaad waar. Als het erom gaat, of je vandaag doperwtjes met peentjes zult eten of sla, dan kun je dat in één ogenblik impulsief beslissen; dat is niet zo erg. Maar als je vandaag zult beslissen, of je een costuum zult kopen waar je een jaar mee uit moet komen of misschien een bontjas voor de dames, die je een paar jaar moet dragen, dan is het logisch dat je wat beter uitkijkt. Toch moet je dan niet te lang gaan kijken en nog eens gaan kijken, want dan kom je eindelijk met iets thuis wat toch niet helemaal is wat je zoekt. En als het erom gaat wat ik over een paar jaar wil zijn (b.v. qua beroep), dan moet ik daar natuurlijk beter over nadenken, maar ik moet weten wat mij op dit ogenblik drijft. Wat is mijn ambitie?

U zult zeggen: Dergelijke grote keuzen maken wij toch wel; maar hoe zit het nu met die factoren in het leven, die wij niet kunnen ontgaan? Kijkt u eens. Als u op aarde komt - dat weet u allemaal al - dan hebt u een geestelijk bewustzijn. Daarnaast bent u geïncarneerd met een bepaalde bedoeling. U bent geïncarneerd in een wereld, die u niet volledig vrij laat in uw bewegingen en besluiten en u wordt bovendien door uw milieu gedwongen tot bepaalde beslissingen. Het is dus wel zeker, dat er vaste punten in uw leven zullen voorkomen, waaraan u zelf niets kunt veranderen. Wat u echter wel kunt doen is dit: U kunt uw eigen mentaliteit voortdurend juist stellen t.o.v. hetgeen onvermijdelijk is. En hier hebben we wel degelijk een keuze. In sommige gevallen zullen wij ons moeten neerleggen bij een reeks van gebeurtenissen, waar nu eenmaal niets aan is te doen. In andere gevallen echter mogen wij wel degelijk een verzet daartegen in onszelf aantekenen - ook al schijnt het hopeloos - omdat wij alleen op deze wijze kunnen beantwoorden aan onze innerlijke persoonlijkheid. Dan zal dat verzet zeker niet de toestand zelve wijzigen, maar het zal - wanneer de uiterlijke omstandigheden zich langzaam maar zeker wijzigen - ons de mogelijkheid geven volgens ons eigen persoonlijk denken en leven verder te gaan, terwijl een je neerleggen bij de toestand heel vaak het tegendeel tot stand brengt.

U zit op het ogenblik vlak voor de bevrijdingsfeesten en daarom zullen we een voorbeeld uit die tijd nemen.

Er zijn mensen geweest, die voor de keuze hebben gestaan wat ze zouden doen: of ze mee zouden werken met de Duitsers of met het verzet. Als zij nu in feite die Duitsers geen prettige mensen vonden en de toestand niet rechtvaardig, niet redelijk, niet aanvaardbaar, dan zouden zij dus het verzet hebben gekozen. Dat betekende niet, dat daarvoor de toestand voor hen of voor Nederland veranderde. Wel echter, dat zij door dit verzet op het ogenblik dat de bindende conditie was afgelopen - waar Nederland zelf weinig of niets aan kon meewerken - in staat zouden zijn om de toekomst verder door hun ogenblikkelijke keuze te leiden in de richting, die zij noodzakelijk achtten en voor zichzelf dus het bestaan meer in overeenstemming met hun eigen visie op te bouwen. De andere in zijn laksheid heeft misschien de Duitsers gekozen en zal daardoor b.v. politiek delinquent zijn geworden na de oorlog. Hij zal beperkt zijn geworden in de uitoefening van zijn beroep en wat dies meer zij. Hij heeft niet die mogelijkheid; voor hem duurt die binding veel langer.

Als je zo'n voorbeeld neemt, kunt u begrijpen, hoe wij aan deze vaste punten toch een eigen keuze moeten verbinden: Hoe zal ik dit aanvaarden?

Een ander voorbeeld. Er zijn mensen, die u regelmatig voorbij lopen of die u niet de aandacht geven, die u van hen verlangt. U kunt zich daar natuurlijk bij neerleggen. U kunt ook zeggen: "Ik neem het niet. Ik ga toch proberen om de aandacht te trekken." Nu zal u dat waarschijnlijk niet zo gemakkelijk lukken, zeker niet als deze situatie in uw leven nu dwingend is. Maar door u erop te concentreren kunt u toch in ieder geval die andere mensen beter begrijpen, beter leren kennen en - zou er een mogelijkheid tot contact komen - dus inderdaad daarvan gebruik kunnen maken. Dan bent u voorbereid. De kunst van het juiste kiezen is eigenlijk ook de kunst van te zorgen dat je altijd gewapend bent voor het moment van heden en wel in overeenstemming met je eigen persoonlijkheid.

En dan staan wij daar meteen voor het grootste onvermijdelijke feit in het menselijk leven; en dat is zoals u weet: de dood.

De dood, mijne vrienden, is de overgang naar een andere wereld. U kunt daar weinig aan doen. Wanneer die dood komt, zult u met een gemiddeld geestelijk bewustzijn niet in staat zijn deze uit te stellen of deze dichterbij te halen. Het gevolg is, dat wij de dood nooit en te nimmer mogen zien als een beëindiging van het leven. Wij mogen niet al te sterk erop gaan rekenen, dat wij voor ons sterven allerhand dingen "gedaan" moeten hebben. Wij moeten elke dag doen wat voor ons noodzakelijk is; wij moeten elke dag onze juiste besluiten nemen.

Sommige mensen zijn geneigd om over hetgeen na die dood gebeurt zeer sterk na te denken. Zij houden zich voornamelijk bezig met de wereld na de dood. Maar dit is een wereld, die zij niet kunnen kennen. Het gevolg is, dat zij door hun voorstellingen - dit heeft u al vaak genoeg gehoord - niet in staat zijn de overgang op een natuurlijke wijze te beleven en vaak een langere tijd in moeilijkheden of in duisternis zullen verkeren.

De kunst van het juiste sterven is de dood aanvaarden, zoals je het leven aanvaardt. Niet met een daverend enthousiasme, niet met de kreet: "En nu gaan wij naar een betere wereld." Maar ook niet met het idee: "Nu ja, leefde ik maar," zoals je in het leven wel eens denkt: "Was ik maar dood." De aanvaarding is de essentie van de kunst van het sterven.

Nu horen zowel bij de keuze alsook bij het sterven natuurlijk bepaalde kleine regels, praktische regels, die ik wil proberen u hier kort weer te geven, voor ik het woord ga geven aan de volgende spreker. Dan in de eerste plaats de keuze.

Als je kiest, moet je er zeker van zijn dat je de consequenties wilt en kunt aanvaarden.

Denk niet te veel na over de consequenties, maar zie alles in het onmiddellijk verband met het heden.

Bij elke keuze moeten wij in de eerste plaats onze eigen persoonlijkheid uitdrukken. Dit geeft ons de beste bewustwordingswaarden.

Indien wij te veel keuzen voor ons zien en niet tot een besluit kunnen komen, dan zullen wij de weg die wij tot op heden hebben bewandeld rustig verdergaan, wetende dat er binnenkort een duidelijker uitgesproken keuze-mogelijkheid ontstaat, waarin wij dan wel een besluit zullen kunnen nemen.

Als wij komen tot een keuze, dienen wij onmiddellijk alles te doen om die keuze werkelijk actief te doen zijn. Niet nu kiezen en over een paar dagen beginnen. Als u nu kiest, moet het begin ook in het heden liggen.

Elke keuze mag mede gebaseerd zijn op de idealen, die wij in ons dragen, mits de keuze niet speculeert op een verre toekomst, maar zoveel mogelijk van het ideaal in het heden realiseert.

Indien wij staan voor keuzen, die ofwel geestelijk dan wel stoffelijk leven betreffen, dienen wij voortdurend onszelf voor ogen te stellen, dat het stoffelijk leven onvermijdelijk is, zolang je mens bent op deze wereld. Wij mogen en kunnen niet geheel afstand doen of trachten te doen van het stoffelijke. Elke keuze voor het geestelijke mag alleen plaatsvinden, wanneer wij deze i.v.m. onze stoffelijke mogelijkheden zien.

En dan een laatste regel nog wat de keuze betreft:

De grootste kunst van het kiezen is vrij te zijn in de keuze door het a priori aanvaarden van de consequenties, die de keuze met zich brengt, mits zij voor ons belangrijk genoeg is.

Verder: Het ons onthouden van een kiezen op het ogenblik, dat een bewuste keuze voor ons onvoldoende interessant en belangwekkend is. Wij mogen ons nooit laten dwingen tot een keuze. Elke keuze moet zelfstandig geschieden.

Wat het sterven betreft, ook dit is zoals reeds gezegd een kunst. Ik wil ook hiervan enkele punten aanhalen. Allereerst: Sterven is een voortzetting van het leven. Ook indien al hetgeen daarbij komt minder prettig is - vooral door ^{de} psychische reactie, die men heeft - dient men zo rustig mogelijk te blijven en niet te trachten in de laatste ogenblikken nog allerhand dingen te corrigeren of recht te zetten. Men moet a.h.w. zijn leven afsluiten zonder het daarmee definitief beëindigd te zien. (Hiertegen zal de doorsneemens toch wel zondigen, maar indien dit beperkt blijft tot hetgeen menselijk gezien hoogst noodzakelijk is, draagt dit bij tot een rustige en vooral ook bewuste overgang.)

In de tweede plaats: Elk sterven - of dit van onszelf is of van een ander - moet worden gezien als een periode van verminderde toerekenbaarheid. De voorstellingen die ons beroeren bij het sterven, de gedachten die in ons opkomen, zijn niet geheel beheerst. Wij dienen dit te beseffen.

Hebben wij te maken met het sterven van een ander, dan zullen wij trachten die ander de overgang gemakkelijk te maken door een afleiding in positieve zin te scheppen. Dat wil zeggen, als die mens vroom is voor hem te bidden. Als hij niet vroom is hem te vertellen wat hij aan goeds heeft gedaan en zoveel mogelijk de nadruk te leggen op een voortbestaan, waarin men zo dadelijk reeds zal ontwaken en dat lichtend zal zijn. De nadruk op deze beide factoren is voor zeer velen belangrijk. Zou u dus ooit iemand zien sterven, help deze mens het

op de juiste wijze te doen door zijn gedachten positief te richten, voor zover u dit mogelijk is.

Bij uw eigen overgang geldt precies hetzelfde. Op het ogenblik dat u gaat denken over al hetgeen u verkeerd hebt gedaan, scheidt u een negatieve instelling, die geestelijk schadelijk kan zijn. Wanneer het zover is, dat u geen verdere daden meer kunt stellen en geen verdere keuze meer kunt doen, is het de tijd op te sommen wat je dan nog aan goeds hebt gedaan. Door deze instelling zul je gemakkelijker en prettiger overgaan en ook sneller klaar staan om het licht en de lichte krachten zelf te aanvaarden.

Bedenk dat alle pijn, alle leed, alle gevoelens, die minder prettig zijn bij de overgang, zeer tijdelijk zijn. Zoudt u bij een ongeval om het leven komen of iemand zien, die bij een ongeval om het leven komt, probeer deze mens niet te verhullen dat hij dood gaat, maar maak hem duidelijk dat de pijn zal zijn afgelopen. Leg hier de grootste nadruk op. U voorkomt zo - hetzij voor een ander, hetzij voor uzelve - dat u - de dood niet aanvaardend - een langere tijd in het laatste pijnmoment blijft voortbestaan in geestelijke zin.

Ten laatste - maar zeker niet als het minst belangrijke punt - wil ik nog op het volgende wijzen: Elke overgang betekent een samenkomen van krachten, die reeds in de geest bestaan. Het is onze zaak om te zorgen dat wij met onze gedachten de meest lichtende krachten actief maken. Voor de mentaliteit van anderen kan het daarbij soms redelijk zijn om b.v. wijwater te sprengelen, een psalm te zingen, etc. Het geeft niet op welke wijze wij dat bereiken, maar wij moeten zoveel mogelijk de sfeer zuiveren van krachten, die minder prettig zijn. Wij moeten gedachten, vrezen e.d., die negatieve krachten kunnen aantrekken, zoveel mogelijk verwijderen.

Denk niet, dat wij b.v. door het toedienen van verdovende middelen etc. dit kunnen ondervangen. De gedachtenwereld van een mens die overgaat kan niet worden stilgelegd, ook niet door een grote dosis van opiaten e.d. Dit geldt ook voor uzelf. Ongeacht of uw lichamelijke toestand het gebruik van verdovende middelen in de laatste uren noodzakelijk maakt of niet, zou ik u de raad willen geven: Denk aan de meest lichtende krachten, die u kent.

Probeer elk verzet tegen de dood terzijde te stellen, omdat hij toch onvermijdelijk is. Worstel zo weinig mogelijk. Denk aan de meest lichtende krachten. Denk aan degenen, die u zijn voorgedaan. U zult bemerken dat zij contact met u opnemen en vaak reeds vóór de feitelijke overgang u zo nabij zijn, dat u hierdoor gesteund wordt.

De kunst van het sterven is de kunst van het langzaam, geleidelijk a.h.w., zonder strijd en verzet overgliden in een nieuwe wereld en daarin ontwakend onmiddellijk verdergaan met degenen, die rond ons zijn en ons ten goede kunnen voeren.

-:-

In deze cursus hebben wij getracht u vele onderwerpen voor te leggen. En dat betekent dat wij op deze avond moeten teruggrijpen naar een onderwerp, dat m.i. van groot belang is. Ik hoop dan ook dat u zich de moeite zult getroosten mijn betoog te volgen en zo nodig uw licht daarover op te steken bij anderen.

HET ONTWAKEN VAN GEESTELIJKE KRACHTEN IN DE MENS.

Het feit, dat stof en geest met elkaar verbonden zijn, betekent nog niet dat één van deze factoren minder werkzaam is. De geest - ongeacht haar binding aan de stof - behoudt haar volle capaciteiten, kan zich bewegen in alle werelden die haar verwant zijn, kan contact opnemen met alle hogere werelden en kan de krachten van deze werelden gebruiken, zoals zij dit ook als geest zou kunnen doen. De belemmering voor die geest is hoofdzakelijk gelegen in het menselijk bewustzijn, waardoor zij te zeer beperkt wordt in haar activiteit, te sterk geconcentreerd is op het zuiver stoffelijk bestaan. Indien wij in onszelf geestelijke capaciteiten willen doen ontwaken, zullen wij dus in de eerste plaats rekening moeten houden met het feit, dat de stof tijdelijk minder belangrijk moet zijn.

De daarvoor gebruikte methoden zijn van zeer verschillende aardheid. Ik noem o.m. contemplatie en meditatie, magische bezwering, slaap, het zelfhypnose-proces, het gebruik van bepaalde middelen die een zekere stimulans voor de geest kunnen bevatten. Al deze methoden zijn bruikbaar, doch niet eenvoudig. Het eenvoudigste middel voor de doorsnee-mens is wel de slaap of de algehele ontspanning (zonder directe slaap), waarbij het denken zoveel mogelijk wordt gestaakt. Op het ogenblik dat de gedachtenprocessen van de doorsnee-mens ophouden, zullen zijn geestelijke processen aanmerkelijk sterker optreden en tevens hun invloed doen gelden op het stoffelijk wezen.

In het begin is het betrekkelijk moeilijk om een contact te krijgen tussen de direct geestelijke ervaring en het stoffelijk voertuig. Evenzeer blijken er vaak belemmeringen te bestaan, die een overbrengen van de geestelijke kracht via de stof naar anderen of in die stof zelve moeilijk maken. Wij kunnen deze opheffen. Wij kunnen aan deze belemmeringen voor een groot gedeelte ontkomen.

In de eerste plaats: Bij het ontwikkelen van de gevoeligheid voor de activiteiten van de geest is het noodzakelijk het eigen denken daarop voor te bereiden. Deze voorbereidingen vinden als volgt plaats:

Wij zorgen dat ons lichaam niet in een behoefte-toestand verkeert. Wij kunnen kiezen tussen een toestand van absolute uitputting, die weliswaar geestelijk zeer goed is, maar die daarvoor in de plaats stoffelijke reacties mogelijk maakt en later stoffelijke moeilijkheden met zich brengt; of de toestand van absolute ontspanning en verzadiging, waarbij het lichaam zozeer aan zijn eigen normaal-stoffelijke processen gebonden en bezig is, dat het denken vanzelf vertraagt. In de uitputtingstoestand hebben wij te maken met een grote spanning. Deze spanning betekent dat het lichaam in zijn verzwakte toestand geestelijke impulsen onmiddellijk opneemt, maar deze ook soms verweeft met eigen impulsen en denkbeelden. Het ontvangen beeld is duidelijk. Het ontvangen inzicht is groot en veelomvattend, maar steeds gekleurd door bestaande voorstellingen, bestaande gedachten. Maken wij gebruik van de absolute verzadiging en ontspanning, dan zal blijken dat de traagheid van ons lichaam in vele gevallen in staat is de geestelijke impulsen weg te vagen. Het is daarom nodig, vóór wij tot absolute ontspanning overgaan, door een concentratie onszelf een bevel te geven. Wij doen dit op dezelfde wijze, waarop wij trachten onszelf te bewegen op een bepaald uur op te staan. Wij herhalen dus de behoefte, die voor ons bestaat.

Denk niet dat een geestelijke formule, waarbij dus wordt gezegd " ik wil naar die en die sfeer gaan en die en die spreken", altijd vervuld wordt. Het is niet mogelijk uit het stoffelijk bewustzijn pre-

cies de wegen en mogelijkheden van de geest te bepalen of te omschrijven. Hoe vager en algemener de uitdrukking "ik wil ontvankelijk zijn voor hetgeen mijn geest doormaakt" wordt uitgelegd, hoe algemener de ervaringen zijn, die ook stoffelijk kunnen worden vastgelegd.

Bij de verzadigingstoestand gaat het ontwaken uit de rust meestal gepaard met een zekere traagheid. Wij zullen ons moeten aanwennen deze traagheid te overwinnen. Wij moeten in dezelfde ontspannen toestand stoffelijk nadenken en zo het geestelijk ontvangene verwerken. Wij kunnen op deze wijze het contact tussen geest en stof zozeer intensifiëren, dat dit op den duur ook tijdens het waak-bewustzijn kan plaatsvinden.

Ten tweede: Wanneer wij geestelijke krachten gebruiken en wij maken enigerlei stoffelijk voorbehoud, betekent dit dat wij bepaalde remmingen, bepaalde stuwten opbouwen waar de geestelijke kracht niet langs kan. Wij moeten daarom wel degelijk gebruik weten te maken van het in ons bestaande vertrouwen en geloof. Ook wanneer geestelijk gezien een andere weg de voorkeur zou hebben, zo zullen wij ons steeds moeten aanpassen aan hetgeen stoffelijk voor ons aanvaardbaar is.

Bijvoorbeeld: Een chirurg zal een bepaalde ziekte ook geestelijk kunnen genezen. Hij heeft daarin geen vertrouwen. Hij kan dan door zijn geestelijke instelling om te zetten in een chirurgische ingreep daarmee de beste resultaten behalen; sneller, vlotter en beter werken, dan hij zonder dit ooit zou kunnen; daarbij gelijktijdig aan de patient een vitaliteit overdragen, die een snelle en goede genezing waarborgt.

Ten derde: De doorsnee-mens begeert de ontwikkeling van vele eigenschappen en kwaliteiten. Hij begrijpt echter niet dat deze heel vaak geestelijk alleen kunnen worden overgedragen, indien een stoffelijk equivalent daarvoor aanwezig is. Een contact van geesten zal heel vaak alleen kunnen plaatsvinden via een zuiver contact in de stof. Een ontvangen van kracht in de geest zal alleen kunnen plaatsvinden, indien de kracht in het lichaam stoffelijk uitdrukbaar is.

Voorbeeld: Indien wij geestelijke krachten in grote mate willen ontvangen, dan is het vaak dienstig onze stoffelijke kracht door een prestatie uit te drukken. Stoffelijke en geestelijke kracht worden door het bewustzijn nl. vereenzelvigd. In alle gevallen moet worden getracht om elke geestelijke beleving stoffelijk te symboliseren. Dat wil zeggen, dat niet alle handelingen, die men in de geest tracht te stellen, stoffelijk geheel moeten worden geïmiteerd; maar wel, dat een aanduiding daarvan - ongeacht op welke wijze, maar voor het "ik" als zuiver symbool geldende - noodzakelijk is.

Werkingen met de kracht van de ziel.

De goddelijke Kracht, die in ons leeft, kan te allen tijde in ons worden geactiveerd. De werkelijkheid van deze goddelijk Kracht is groter dan elke stoffelijke werkelijkheid rond ons. Op het ogenblik dat ons bewustzijn voor die stoffelijke werkelijkheid voldoende verwaagt, kan daarvoor in de plaats de directe werking van de goddelijke Kracht treden, die deze werkelijkheid verandert in overeenstemming met de harmonische principes van de goddelijke wet.

Het is voor de doorsnee-mens moeilijk - zoal mogelijk! - dit in het geheel te doen. U zou nl. uzelf a.h.w. verplaatsen in een totaal andere wereld, als u dit geheel tot stand zou kunnen brengen. Deze wereld zou dan geheel beantwoorden aan uw eigen wezen met de inhoud daarvan en de grootste bewustwordingswaarden voor u inhouden. Waar wij echter bij de ontplooiing van geestelijke capaciteiten en waarden (het doen ontwaken daarvan) niet in staat zijn onze eigen wereld prijs te geven, zullen wij trachten de kracht die in ons is op bepaalde aspecten te richten.

In tegenstelling tot de geestelijke kracht, die een stoffelijke uitbeelding nodig heeft, heeft de zielekracht geen uitbeelding nodig. Hier is een volledige aanvaarding inhoudende een persoonlijk volledige overgave aan die Kracht voldoende.

Ik wil u hier nog wijzen op enkele capaciteiten, die de mens weet te verwerven.

Onder helderziendheid, helderhorendheid e.d. dient te worden verstaan: een overgevoeligheid voor bepaalde geestelijke of astrale waarden, die in het "ik" worden afgedrukt.

Onbeheerste helderziendheid is niet aanvaardbaar; is voor een geestelijke bewustwording schadelijk. Indien u onbewuste helderziendheid (dus niet door u gecontroleerde helderziendheid) ervaart, dient het volgende te geschieden:

Elk beeld dat wordt waargenomen zonder eigen wens moet, terwijl men ernaar staart, verdreven worden door de verklaring: "dit is voor mij niet werkelijk." Dit dient men te herhalen, totdat alleen op de ogenblikken dat u zegt "ik wil waarnemen" de waarnemingsfunctie inderdaad actief wordt.

Verder dient te worden gesteld, dat - waar men leeft in de stof - helderziendheid, helderhorendheid en bijkomende factoren nimmer mogen worden beschouwd als het direct leidend principe uit het "ik".

Ook niet vóór het "ik". Al wat wij waarnemen en zien kan een aanvulling zijn van ons eigen bewustzijn omtrent wereld en sfeer. Het kan een wijziging brengen in de besluiten, die wij stoffelijk (of indien wij in een sfeer leven dus ook geestelijk) nemen, maar wij moeten te allen tijde in overeenstemming met onze eigen wereld handelen.

Degeen, die zich overgeeft aan helderziendheid en helderhorendheid zonder zich daarbij te realiseren wat in feite plaatsvindt, zal komen tot een zeer grote en sterke zelfmisleiding, waarbij de eigen geest in vele gevallen eigen wensen gaat uitdrukken in overeenstemming met de stoffelijke zwakheden, die men bezit. Dit te voorkomen is zeer belangrijk. Indien u deze gaven niet bezit en ze zou willen ontwikkelen, dient u rekening te houden met het volgende:

Helderziende impressies worden door bijna elke mens wel eens waargenomen. De poging zich daarop te concentreren verdrijft ze onmiddellijk. Elke helderziende waarneming kan alleen geschieden in een toestand van passiviteit, zeker bij een ontwakend vermogen.

Bij helderhorendheid: Wanneer u duizend keer stemmen hoort, ga niet luisteren. Wacht tot ze zo duidelijk zijn, dat u zich niet aan die stem kunt onttrekken, dat u haar moet verstaan. Slechts op deze wijze kunt u voorkomen, dat u tot zelfmisleiding komt of dat u in contact komt met krachten, die geen directe betekenis hebben voor uzelf. Dus in beide gevallen een zeker negeren van het verschijnsel, waarbij zo mogelijk een zekere passiviteit, waardoor deze gaven gemakkelijker tot hun recht komen. Went men zich aan dit te doen, als men een onverklaarbare schaduw ziet die aan de ogen voorbij schijnt te flitsen, als men het idee heeft dat iemand achter u staat en gaat spreken, dan zal blijken dat u in het begin weinig resultaten heeft, die positief zijn van uw standpunt. U zult nl. niet voldoende duidelijk zien of horen. U zult echter wel steeds méér zien of horen, tot het ogenblik dat u geleerd hebt de juiste instelling te bereiken.

Het z.g. automatisch schrift, automatisch schilderen en tekenen: Over het algemeen geeft men dan een gedeelte van het lichaam of ook het geheel over aan de geest. In vele gevallen tracht men dit voortdurend te doen, wanneer men eigen problemen moet oplossen. Houd er rekening mee, dat - indien u dit werkelijk doet om een probleem op te lossen of om een zeker prestige te bewaren - u in feite

een beroep doet op krachten, die in uzelve schuilen. Zuiver automatisch schrift kan alleen dan reëel worden, als u niet tracht mee te leven, niet tracht een schrift te veroorzaken, maar als u rustig zich daarvoor ter beschikking stelt. Wen u altijd aan dit slechts op vaste tijden te doen. Wen u aan nimmer aan die impuls gehoor te geven (van het begin af aan!), tenzij dit is een door u bepaald ogenblik, een u conveniërend ogenblik. Tracht niet te veel automatisch te schrijven, te schilderen of te tekenen, opdat dit niet een dwangverschijnsel wordt, waarbij u ten slotte een soort verslaving ondergaat, die even erg is als de verslaafdheid aan nicotine of zelfs ernstiger roesveroorzakende giften. U zult in vele gevallen dan gedwongen zijn uit uzelf ook zonder geestelijke impuls te gaan schrijven, te gaan schilderen en tekenen.

Indien u deze gave niet bezit, moet u goed onthouden, dat een van de meest eenvoudige oefeningen voor automatisch schrift en tekenen is: Wanneer u gaat zitten lezen, luisteren of iets dergelijks, leg bij uw rechterhand een potlood neer en een stuk papier. Vergéét dit. Wanneer u ontdekt, dat u het potlood opneemt en daarmee gewoon gaat zitten krassen, trek u er niets van aan. Wanneer u gaat zitten schrijven, trek u er niets van aan. Laat de dingen rustig gaan. U zult in het begin onleesbare en onprettige resultaten zelfs krijgen, trek u er niets van aan. De onverschilligheid en het richten van de gedachten op iets anders, veroorzaken hier een vergroting van gevoeligheid en na enige training bruikbaarheid.

Bij tekenen en schilderen is het verder belangrijk, dat u nimmer tracht een bepaalde voorstelling voor uzelf te creëren, dat u niet tracht een bepaald schilderstuk te gaan afmaken. Zet de niet afgemaakte tekeningen of schilderstukken klaar, opdat - wanneer de impuls komt zo'n stuk te pakken - u daaraan verder kunt gaan. Maar u geen zorgen, als een tekening of schilderstuk een jaar of anderhalf jaar onafgemaakt blijft staan. De tijdswaarden van de geest zijn andere dan de uwe. Door op deze wijze te handelen zult u hierbij grote resultaten kunnen bereiken.

Opwekken van kracht.

In vele mensen is latent een zeker magnetisme aanwezig. Slechts enkelen zijn negatief. Dit latent magnetisme kan natuurlijk door voortdurende oefening, voortdurend behandelen, aanmerkelijk vergroot worden. Zodra men daarbij echter geestelijke krachten of waarden wil inschakelen, ja, zelfs de kracht van geestelijke sferen onmiddellijk wil openbaren via eigen lichaam, dient men zich geheel te ontspannen. Het uitstralen van kracht als oefening betekent - als u het voor uzelf doet - een uiterste wilsimpuls; zodra u echter werkt met krachten van de geest: een ontspanning waarbij elke beweging en handeling a.h.w. automatisch wordt, waarbij u zich zelfs niet van de uitstromende kracht bewust behoeft te zijn. De resultaten spreken dan voor zichzelf.

Om hierin een zekere oefening te bereiken, is het mogelijk o.m. bloemen te magnetiseren of het water waarin bloemen staan. De houdbaarheid van de bloemen is dan een bewijs voor uw slagen. Daarnaast kunt u trachten dieren te behandelen. Behandel echter nooit mensen als volledige therapie. Geen enkele mens is in staat te be-slissen waar een geestelijke instraling een volledige therapie kan vormen. Indien de geest dit vindt, zal zij dit wel kenbaar maken of zij zal op haar wijze trachten in te grijpen, zodat die therapie volvoerd kan worden. U hebt echter alleen de functie om te helpen. Als iemand hoofdpijn heeft en u kunt het wegnemen - u weet zeker dat u het kunt - dan doet u dat. Als u niet zeker bent, dan zegt u:

"Ik zal je eerst even behandelen en dan neem je een aspirientje." Het geeft u een zekerheid en zekere ontspanning en het is voor uw patient over het algemeen beter.

Begrijp verder heel goed, dat het werken met de zielekracht voor de doorsnee-mens op dit terrein onmogelijk is, omdat men daarbij de eigen wil geheel dient uit te schakelen, het gehele wezen passief en in volledige overgave aan het Goddelijke moet laten functioneren. Zeker kan men via deze krachten wonderen bereiken, die door de krachten van geesten en sferen of door het eigen magnetisme niet volbracht kunnen worden. Maar de mens, die deze gesteldheid heeft, zal een reeks handelingen plegen, waar hij zelve geen overzicht over heeft vóór zij ten einde zijn. Eerst indien men deze consequenties geheel wil aanvaarden, kan men daar voorzichtige pogingen doen. Dan heeft men echter niet het recht te zeggen: "Ik zal je gaan helpen." Dan moet u alleen zeggen: "Ik sta open; wanneer ik iemand helpen moet, zal ik dit doen." En u moet zich dan ook niet laten weerhouden, als dit nu een vreemde is of een geval, waar u niets van af weet.

Ik zou u niet willen aanraden, voor u met genezing, instraling van kracht, vitaliseren van mensen e.d. ervaring hebt, over te gaan tot deze fase waarbij men tracht het Goddelijke onmiddellijk in het "ik" actief te laten werken.

Dan wil ik verder nog wijzen op het contact met de geest.

Voor de doorsnee-mens is een contact met de geest een zeer natuurlijk iets, maar hij beseft er weinig van. 99 ten 100 van de op aarde levende mensen hebben regelmatig contact met geesten van overgeganen, maar zijn er zich niet van bewust. Als men zich daar echter wel van bewust wil worden, kan men dit alleen doen via een selectief proces. Men mag nooit en te nimmer stellen: Ik zal deze avond, deze nacht, contact opnemen met die of die. Men moet wel stellen: Ik zal contact maken met ik weet niet welke kracht of geest en ik wil hiervan een herinnering behouden. Degeen, die op deze wijze begint, zal langzaam maar zeker steeds juistere beelden krijgen van ontmoetingen met entiteiten van overgeganen en zal op den duur in staat zijn - alleen door zich een ogenblik te ontspannen, ook in een trein of tram of ergens thuis, wanneer de radio speelt - dit contact voort te kunnen zetten als een tweede werkelijkheid. Uit zichzelf echter dient de mens dit contact niet te zoeken; hij dient het slechts te aanvaarden voor zover het hem wordt gegeven.

Ook als het gaat om het helpen van andere entiteiten, zal men door degenen, die daarvoor een verantwoordelijkheid in de sferen kunnen nemen, daarbij worden geleid. Zoek niet uit uzelve het contact met de geest; wacht af tot die geest contact zoekt met u. Heeft die geest eenmaal condities daarvoor vastgelegd, houd u daaraan.

Dan het laatste. Vele mensen hunkeren naar een inwijding.

Inwijding is echter een proces, dat moeilijk te omschrijven is. Inwijding bestaat uit een verstandelijke ontwikkeling, een richten en ontwikkelen van het denkvermogen, daarnaast een ontwikkelen van het gevoelsleven, een verbinden van gevoelsleven en zelfs fantasie met de rede en zo een langzaam maar zeker zijn gevoeligheid voor geestelijke en hogere krachten dusdanig opvoeren, dat men ook in de stof te allen tijde bewust daarmee kan handelen.

Inwijding is alleen te verkrijgen door leiding, die men daarbij heeft; misschien eerst in een kleinere groep, daarna echter zeer zeker zuiver persoonlijk. Die zuiver persoonlijke leiding kan door u niet verworven worden; zij kan u wel onder omstandigheden geboden worden. Degeen, die in praktische bewustwording zoekt naar geestelijke maar

ook para-normale waarden, zal met het voorgaande rekening dienen te houden en zal m.i. goed doen de door mij gegeven regels te momereren en zichzelf regelmatig voor te houden.

-:-

P R I K K E L B A A R H E I D.

Prikkelbaarheid is het in strijd zijn met de realiteit, die rond je is.

In de mens zelf leeft een droom. Die droom is altijd wel aanwezig en ook altijd wel actief; maar er komen ogenblikken dat de mens zozeer naar die droom in zich verlangt, dat hij het de buitenwereld kwalijk gaat nemen, dat ze niet beantwoordt aan die droom. En op dat ogenblik is hij dus - van het standpunt van die wereld - volkomen onredelijk. Hij gaat reageren zonder de bedoelingen te zien, welke in die wereld liggen. Het beantwoordt niet aan het beeld in hem en daarom is het kwaad.

Nu is het duidelijk dat er in ons leven altijd een kwestie is van licht en duister. Wij hebben b.v. te maken met mensen. En nu zijn sommige mensen voor ons erg belangrijk. Wij zouden het niet zonder hen kunnen stellen. En toch worden we soms ontzettend prikkelbaar, omdat ze niet beantwoorden aan wat wij zouden willen dat ze zijn. We kunnen die prikkelbaarheid natuurlijk op die mensen gaan botvieren, maar dat helpt niet. Ze zijn voor ons positieve factoren in het leven en elk prikkelbaar zijn daarover of daartegen wordt - zeker zodra het geuit is - een vernietigen van iets, wat voor ons eigen leven positief is. Wij kunnen dat niet aanvaarden. We moeten dus proberen om die prikkelbaarheid en de daaruit voortkomende reactie ergens anders op te richten. Dat kun je o.m. als volgt doen:

Je kunt proberen de oorzaak van je prikkelbaarheid weg te nemen door er iets anders tegenover te stellen, wat met je droom in overeenstemming is. In vele gevallen is dat inderdaad mogelijk. En als je dat doet, zul je ontdekken dat die prikkelbaarheid verdwijnt als sneeuw voor de zon. Dat, waar je gisteren nog woedend over werd, is vandaag plotseling iets, wat je met een glimlacht kunt beschouwen.

Maar ja, niet altijd heeft men de kans om iets van zijn innerlijke droom te verwerklijken en daardoor de rest van die droom onbelangrijker te maken. Je zoekt dan een andere oplossing. En dan geldt dit: Prikkelbaarheid betekent een verweer. Het is dus een zoeken van tegenstand a.h.w. in de wereld. Die tegenstand zoeken bij degenen, die je geprikkeld hebben, die je gekwetst hebben, die je boos hebben gemaakt, is over het algemeen niets nuttigs. Je komt er niet verder mee. Maar er zijn andere dingen, die eigenlijk wel een beetje zwaar zijn, dingen waarmee je zou moeten vechten, maar waarmee je niet wilt vechten. Soms is dat een probleem, soms is dat een taak, is dat werk. Je moet dat een beetje voor jezelf kunnen bekijken. Die prikkelbaarheid gebruik je dan om dat voor jou toch eigenlijk noodzakelijke af te reageren. Een heel eenvoudig voorbeeldje is misschien dit:

Je weet dat je frisse lucht nodig hebt, dat je moet wandelen. Je hebt geen zin in wandelen. Nu ben je prikkelbaar; je zit vol bezwaren. Laat dan die woede zich zo ontladen, dat je naar buiten loopt en een wandeling gaat maken. Dan heb je het nuttige met het nodige verenigd. Je hebt de ontspanning van de wandeling, je prikkelbaarheid zakt af en automatisch sta je weer prettiger in het leven.

Andere voorbeelden zijn er al zoveel gegeven. Je ergert je b.v. aan iets, wat heel normaal is. Laten we zeggen iets, waar sommige mensen zich aan kunnen ergeren: een gewoonte van de een of ander of de stem van de een of ander. Dan kun je zeggen: Nu moet ik mij hiermee bezighouden. Maar het kan ook zijn dat er andere dingen zijn, waar je werkelijk verontwaardigd over moogt zijn, die werkelijk niet in orde zijn. Ontlaad dan je ongenoegen en je spanningen eens op datgene, waar je werkelijk fouten hebt ontdekt, waar je eigenlijk al lang aan had moeten beginnen. Je komt dan tot critiek, je komt tot actie, die op den duur positief is en niet negatief.

Ik wil er echter nog iets aan toevoegen. Menigeen denkt, dat prikkelbaarheid een fout is. Stel u gerust. Er zijn maar heel weinig mensen, die niet te enigerlei tijd prikkelbaar zijn. De één echter is het wat meer dan de ander. Stoot u daar niet te veel aan. Prikkelbaarheid komt o.m. voort uit lichamelijke processen, uit vermoeidheid. Zij kan voortkomen uit eentonigheid van arbeid. Zij kan voortkomen uit de spanning, waarmee je werkt. Al deze dingen kunnen je prikkelbaar maken en in heel veel gevallen kun je het dus niet vermijden. Maak je er geen verwijt van, wanneer je prikkelbaar bent, maar tracht je eens te realiseren waarom je het eigenlijk bent. Dat helpt je meestal al een heel eind op weg.

En daarnaast, wanneer die prikkelbaarheid je dan dwingt om b. v. met glazen te gooien, met deuren te slaan, je plotseling te verwijderen en al wat erbij hoort of - als je de sterkere bent - een ander eens stevig de les te lezen (dat komt ook voor!) bedenk dan even dat die les die je wilt geven misschien elders beter gegeven kan worden; dat de kracht die nodig is om met die deur te slaan voldoende is om een stukje te timmeren, een stukje te typen, een stukje te werken op de een of andere manier en dat je het daarvoor beter kunt gebruiken.

Begrijp verder, dat prikkelbaarheid nooit werkelijk au sérieux moet worden genomen, tenzij zij blijvende gevolgen heeft. Dus om nog een voorbeeldje te nemen: Wanneer iemand je erg irriteert met zeuren b.v. en je zegt: "Ach mens, hou op!" dan is dat wel degelijk een vorm van prikkelbaarheid. Maar als het daarmee is afgedaan, leg het dan terzijde en maak je er niet druk over.

Wanneer je - zoals dat zo vaak voorkomt - op een gegeven ogenblik druk aan je werk bent en iemand komt je 5 à 6 maal storen, of je bent een boek aan het lezen of aan het studeren en ze komen je storen, dan is het logisch dat je wel eens prikkelbaar bent. Maar bedenk wel, als je dat dan meteen weer van je afzet en door kunt gaan met hetgeen waaraan je bezig was, is er eigenlijk niets gebeurd.

In zekere zin kan prikkelbaarheid - als ze niet voert tot een blijvend geprikkeld zijn of een slecht humeur - zelfs een gezonde afweer zijn tegen storende factoren in de wereld. Overdrijf het dus niet al te veel met die prikkelbaarheid. Maar wil je haar gebruiken, gebruik haar dan - wanneer je dus die innerlijke spanning hebt - om die spanning elders te ontladen.

Ontlaad die spanning altijd op een positieve manier, desnoods door vreugde, door grappen te maken en grollen te verkopen, door werk te doen, door iets te doen, waar je anders niet zo gemakkelijk toe komt. Ontlaad je spanningen steeds zo positief mogelijk. Zolang je dat kunt doen, zal de prikkelbaarheid, die bij iedereen nu eenmaal voorkomt en zoals gezegd vaak ook uit lichamelijke oorzaken, voor u geen deficit betekenen in geestelijke bewustwording of geestelijke kracht. Integendeel, ze zal u stoffelijk en geestelijk nog vaak vooruit kunnen helpen.