

Door fasen van bewustzijn naar identificatie met je ware zelf

*12 Februari 1971
lezing 189*

“Groeten en zegeningen stromen uit naar jullie, met een grootse spirituele kracht. Deze kracht kun je toelaten naarmate je je hart en verstand ervoor opent.

In de lezing van vandaag wil ik het opnieuw over bewustzijn hebben, vanuit een nieuw gezichtspunt. Dat is hard nodig en jullie zijn nu klaar om al het materiaal dat je tot nu toe hebt verzameld verder te consolideren. Het zal nu vooral gaan over identificatie. We hebben hier eerder over gesproken, maar vanwege jullie vooruitgang kunnen we er nu dieper en grondiger op ingaan.

Het is voor de mens misschien moeilijk te *begrijpen dat 'bewustzijn' het hele universum, de hele schepping doordringt.* Het bestaan ervan is niet alleen afhankelijk van en bepaald door de persoonlijkheid, of door personificatie van een entiteit. Het doordringt alles wat bestaat. De mens denkt gewoonlijk dat bewustzijn uitsluitend een nevenproduct van de persoonlijkheid is, dat het alleen in de menselijke vorm kan bestaan. Op deze manier wordt bewustzijn zelfs uitsluitend als een product van de hersenen beschouwd. Dat is niet juist. Bewustzijn heeft geen vaste vorm nodig. Ieder deeltje van de materie bevat bewustzijn. Het is slechts zo dat in onbezielde materie bewustzijn versteend is - net zoals onbezielde voorwerpen versteende energie zijn. Bewustzijn en energie zijn niet hetzelfde, maar ze zijn onderling afhankelijke aspecten van de manifestatie van leven.

Naarmate de evolutie voortschrijdt vermindert deze verstening, en gaan bewustzijn en energie steeds meer vibreren en bewegen. Bewustzijn neemt toe in bewustheid, en energie krijgt een steeds grotere scheppingskracht om

te bewegen, te bouwen en vorm te geven.

Bewustzijn heeft zich, door middel van processen die voor de mens niet te bevatten zijn, opgedeeld, waardoor aspecten van bewustzijn in het universum zijn gaan ‘rondzweven’, als ik dat zo mag noemen. Iedere eigenschap die de mens kent, iedere houding, ieder persoonlijkheidsaspect is één van de vele manifestaties van bewustzijn. Iedere bewustzijnsmanifestatie die nog niet met andere manifestaties geïntegreerd is, moet verenigd worden met, onderdeel gemaakt van het harmonieuze geheel. Wat ik hier probeer over te brengen vereist een sprong van de verbeelding. Kun je je voor een ogenblik voorstellen dat veel eigenschappen die je kent en die je altijd met een persoon geassocieerd hebt (alsof ze alleen maar *via* een mens zouden bestaan) niet een deel van die persoon op zich zijn, maar vrij zwevende deeltjes van het alomvattende bewustzijn? Deze eigenschappen kunnen goed of slecht zijn, of ogenschijnlijk neutraal (in werkelijkheid zijn er geen neutrale eigenschappen). Neem bijvoorbeeld liefde, of doorzettingsvermogen, luiheid, (waarover ik nog eens een aparte lezing zal geven, want dat is belangrijker dan het lijkt)¹, ongeduld, vriendelijkheid, koppigheid of kwaadsprekerij: wát de trekken ook zijn, ze moeten in een persoonlijkheid belichaamd worden. Alleen dan kunnen zuivering, harmonisering en verrijking van het manifesterende individuele bewustzijn plaatsvinden, hetgeen het evolutieproces teweegbrengt waarin de afgescheiden deeltjes van bewustzijn verenigd worden.

Het is van belang op te merken dat de disharmonische, destructieve aspecten van bewustzijn altijd afgescheiden blijven: onbelichaamd kunnen ze niet verenigd en geïntegreerd worden. De waarheid hiervan kan makkelijk herkend worden door ieder die zijn negatieve trekken waarneemt. De positieve trekken, de constructieve bewustzijnsaspecten, zijn altijd een harmonieus deel van het geheel, en verrijken alle andere trekken en verruimen het hele bewustzijn. Het is vrijwel onmogelijk om de volledige werkelijkheid van deze ideeën over te brengen, want de menselijke taal is veel te beperkt. Maar het is niet mijn bedoeling een abstracte lezing te geven waar jullie geen praktisch gebruik van kunnen maken. Straks zal ik heel persoonlijke en praktische toepassingen van deze nieuwe manier van kijken naar bewustzijn bespreken.

Ieder aspect van bewustzijn heeft eigen kenmerken, een eigen trillingsfrequentie, een eigen uitstraling, kleur, geur, toon en vele andere zintuiglijke uitdrukkingvormen die de mens niet kent. De zintuigen die in de spirituele werkelijkheid bestaan overschrijden verregaand het waarnemingspectrum

¹ Lezing 190: ‘Het ervaren van alle gevoelens, waaronder angst; de dynamiek van luiheid’

van mensen.

De mens is een conglomeraat, een samenvoeging van aspecten van bewustzijn. Sommige ervan zijn al gezuiverd; andere zijn altijd zuiver geweest en vormen dus een integraal deel van de individualiteit, niet meer afgescheiden en dus disharmonisch. Deze zuivere aspecten vormen een geïntegreerd geheel. Andere aspecten zijn negatief en destructief, en zijn daarom afgesplitst. Je kunt ze vergelijken met aanhangsels. *Het is de taak van ieder mens om in iedere incarnatie verschillende van deze afgescheiden aspecten van bewustzijn bij elkaar te brengen, te integreren en te assimileren.* Als je echt probeert te begrijpen wat ik hier zeg, zie je misschien dat dit een nieuwe manier is om het menselijk bestaan te verklaren. Deze taak bestaat uiteraard niet alleen maar op het niveau van *menselijk* bewustzijn; het gaat ook door in hoger ontwikkelde bewustzijnsstaten – alleen is dan die strijd niet zo hevig of pijnlijk is. De toegenomen bewustheid in de hogere staten vergemakkelijkt het samenvoegingsproces aanzienlijk. De situatie van de mens is het resultaat van gebrek aan inzicht in wat er aan de hand is, blindheid voor zijn eigen worsteling om één te worden, en zijn opzettelijke pogingen om deze blindheid in stand te houden.

Voor zover er strijd en spanning in een ‘personificatie’ bestaan zijn de verschillende aspecten van bewustzijn met elkaar in gevecht. De moeilijkheden wijzen erop dat de entiteit zich niet van de betekenis van de strijd bewust is en dat hij zich met een of meer van deze aspecten probeert te identificeren zonder te weten welke of wat het echte zelf is. Waar kan het echte zelf gelocaliseerd worden? Wat is het? Hoe kan het gevonden worden in deze doolhof? Ben je het beste van jezelf? Ben je het slechtste van jezelf? Of een van die vele aspecten ertussenin? Ben je je meedogenloos strenge geweten dat jou vernietigt om je negatieve trekken? Of ben je de destructieve duivel? Is je boosheid op die duivel een uiting van je beste deel, of is dat juist de *ontkenning* van die duivel? Die houding lijkt inderdaad heel hoogstaand en gewetensvol, maar is hij dat werkelijk?

Of je het nu weet of niet, innerlijk ben je voortdurend aan het worstelen en zoeken. Hoe bewuster de strijd, hoe beter, uiteraard. We moeten nu proberen een antwoord op deze vragen te vinden door dit probleem onze volle aandacht te geven. Op ieder pad van zelfontwikkeling zul je vroeg of laat je houding moeten bepalen tot deze vragen, tot het diepgaande probleem van de eigen identiteit.

Het je identificeren met een van de bovengenoemde aspecten is een menselijke vervorming van de werkelijkheid. Je bent noch je negatieve trekken,

noch je zelfbestraffende geweten - je bent zelfs niet je positieve eigenschappen. Hoewel je erin geslaagd bent deze positieve eigenschappen te integreren in de volheid van je wezen, betekent dit toch niet dat je ze gelijk kunt stellen met wie je bent. Het is juist om te zeggen dat je datgene bent wat deze integratie tot stand bracht: dat wat koos, besliste en handelde, dacht en wilde, dát ben jij. Door deze integratie te volbrengen kon je iets dat tot nog toe een aanhangsel was, met eigen tegenstrijdige gerichtheden en uitdrukkingen, absorberen. Zoals je uit je eigen padwerk weet heeft elk aspect van het zelf een eigen wil. Zolang je strijd blind is ben je er in ondergedompeld en word je beheerst door de wil van de verschillende aspecten van jezelf. In deze staat heeft het zelf dat voor een andere richting kan kiezen zijn kracht nog niet gevonden. Deze blinde betrokkenheid houdt je gevangen en verlamt je scheppende energie. Hierdoor blijf je een gebrek aan zelfgevoel houden en dat leidt tot wanhoop.

Als je blindelings gelooft dat je je negativiteit en je destructieve aspecten *bent*, raak je gevangen in een bijzonder soort innerlijke strijd. Als je gelooft dat je alleen maar je negatieve deel bent, moet er twee tegenstrijdige reacties zijn. Aan de ene kant zul je geneigd zijn tot zelfbestrafing en zelfvernietiging, en zul je een hevige zelfhaat voelen, en proberen om de negativiteit in je uit te bannen. Aan de andere kant zul je bang zijn om je negatieve trekken op te geven, of zelfs al om ze echt onder ogen te zien en ze te onderzoeken, omdat je gelooft dat ze je enige werkelijkheid zijn. Je wordt dus heen en weer geslingerd tussen “Ik ben zo afschuwelijk en slecht, zo verachtelijk dat ik geen recht van bestaan heb en mezelf moet straffen tot ik er niet meer ben” en “Ik moet blijven zoals ik ben, niet anders en niet beter, want dit is mijn enige werkelijkheid, en ik wil niet ophouden te bestaan.”

Dit conflict is - als je er echt in gelooft - te pijnlijk om onder ogen te zien, zodat het hele onderwerp opzijgeschoven en toegedekt wordt. Zo ga je een leven van pretenties leiden en wordt ook je gevoel van identiteit even fictief. Je strijdt dan tegen het erkennen en het opgeven van de pretentie, omdat het enige alternatief voor de pretentie de hier boven genoemde strijd is. Geen wonder dat mensen zo veel weerstand hebben! Maar wat is het toch een verspilling, want niets in dit redeneren is gebaseerd op werkelijkheid. Er is een waar Zelf, dat noch met de negatieve aspecten, noch met de keiharde vernietigingsdrang, noch met de bedekkende pretentie samenvalt. En ons gaat het om het vinden van dit ware zelf.

Voordat het universele zelf zich volledig in je kan manifesteren, is er nu al een aspect van beschikbaar dat direct gehanteerd kan worden. Dit aspect is je bewuste zelf zoals het nu, op zijn best, is. Hoewel dit bewuste zelf slechts een beperkte manifestatie van je spirituele wezen is, ben je het werkelijk - het

is het 'ik' dat je nodig hebt om orde te scheppen in al je verwarring. Dit nu al manifeste bewustzijn bestaat in vele gebieden van je leven. Je vindt het heel vanzelfsprekend, maar toch heb je het nog niet betrokken op de conflictgebieden, waarin je blindelings doorgaat je te laten beheersen door de gevolgen van je onjuiste identificatie.

Het 'ik' dat bijvoorbeeld in staat is te besluiten om een conflict onder ogen te zien en de uitingsvormen ervan waar te nemen, is het zelf waarmee je je gerust kunt identificeren. *Naarmate de persoonlijkheid ontwaakt en bewustzijn van zichzelf verkrijgt, kan hij zulke besluiten en keuzes maken. En omgedraaid: naarmate zulke keuzes en besluiten gemaakt worden ontwaakt het bewustzijn en verruimt zich.* Dit onmiddellijk beschikbare bewustzijn wordt gewoonlijk door de mens niet volledig benut in situaties waar hij het meeste lijdt. De volle kracht ervan wordt niet gebruikt om zijn conflict op te lossen. Zodra de entiteit dit systematisch gaat doen, vindt een grote verandering plaats. Op zo'n punt wordt een nieuw ontwikkelingsstadium bereikt.

In de mate waarin het bewuste zelf zijn reeds aanwezige goede wil gebruikt en zijn vermogen om positief te zijn - bijvoorbeeld toegewijd, waarachtig, moedig en volhardend - en om werkelijk een houding te kiezen ten opzichte van het probleem, in die mate verruimt het bewustzijn zich en wordt het steeds meer doordrenkt met spiritueel bewustzijn. *Het spirituele bewustzijn kan zich niet manifesteren zolang je je reeds aanwezige bewustzijn niet volledig gebruikt om je leven te leiden.* Als je het aanwezige bewustzijn volledig gebruikt wellen nieuwe inspiratie, visie, inzicht, wijsheid en ervaring op uit de diepte van jezelf. Maar zolang je de weg van de minste weerstand blijft volgen en je je blindelings laat meevoeren, zolang je het vinden van je ware identiteit uitstelt en je tevreden stelt met een pseudo-bestaan, zolang je uit sleur een oud spoor van gebruikelijke reacties en defensieve verklaringen blijft volgen, zolang je je overgeeft aan je dwangmatige denken, aan hopeloze, negatieve vicieuze cirkels - zo lang maak je geen volledig gebruik van het bewustzijn van het zelf zoals het nu in je aanwezig is. Daardoor kan het bewustzijn zich onmogelijk verruimen, en kan het noch de negatieve aspecten - waarmee het zich ten onrechte identificeert - transformeren en bij elkaar brengen, noch diepere aspecten van het spirituele zelf realiseren. Zolang de aanwezige krachten niet volledig benut worden, kunnen geen nieuwe krachten gerealiseerd worden. Dit is een levenswet die op alle zijnsniveaus betrekking heeft. Het is heel belangrijk dat jullie dit begrijpen, vrienden.

Als je je met één aspect of met een groep aspecten identificeert en gelooft dat jij die aspecten *bent*, dan word je door ze verzwolgen. In de begintijd, toen ik deze lezingen begon te geven, gebruikte ik de termen 'hoger zelf',

‘lager zelf’ en ‘masker’. Dat zijn heel beperkte termen, die in feite veel meer variaties en onderverdelingen omvatten. Desondanks kun je ten behoeve van een passend referentiekader bepaalde aspecten toch onderbrengen in een van deze drie fundamentele categorieën.

De oprechte wil om het goede te doen is uiteraard een uitdrukking van het hoger zelf. Maar er is nog een andere wil om het goede te doen, die zeer afwijkt van het hoger zelf, maar er wel gemakkelijk mee verward kan worden. Dat is het goed willen zijn om goed te lijken en ook om zo de ‘lagere’ aspecten van jezelf te kunnen ontkennen. Want de strijd is niet aangegaan met het bewust kiezende zelf. De demonische, destructieve aspecten zijn duidelijk een uitdrukking van het lager zelf. Maar het geweldig schuldgevoel dat deze destructieve aspecten afstraft met totale ontkenning is *niet* een uitdrukking van het hoger zelf, hoe gretig het ook probeert zich als zodanig voor te doen. Dit schuldgevoel is in feite destructiever dan de destructiviteit zelf. Het komt geheel voort uit de onjuiste identificatie die ik eerder noemde. Als je gelooft dat jij je duivel *bent*, dan lijkt je geen andere keus te hebben dan jezelf te vernietigen - maar omdat je bang bent voor vernietiging houd je vast aan die duivel. *Maar als je de duivel alleen maar waarneemt, dan kun je je gaan identificeren met dat wat waarneemt.* Dan kan het bewust kiezende zelf de strijd aangaan.

Vergeet nooit dat geen van jullie met zijn totale wezen in deze strijd verwickeld is. Als dat zo was zou je er namelijk met geen mogelijkheid uit kunnen komen. Er zijn veel aspecten van je wezen waar je de kracht van je creatieve denkprocessen wel gebruikt, waar je je geest verruimt en op die manier productief bezig bent. Maar nu zijn we met onze aandacht bij die gebieden waarin je niet uitbreidend en productief bent.

Zolang je je destructieve aspecten niet kunt herkennen, of liever gezegd niet *wilt* herkennen, moet je erin verloren raken. Door deze ontkenning kun je je onmogelijk met je ware zelf identificeren. Zoals ik eerder zei wijst het niet-waarnemen en -herkennen van de destructieve elementen erop dat je gelooft dat je de destructiviteit *bent*. Hoewel het verlangen om de destructieve aspecten te verbergen destructiever is dan wat je ook verbergt, wijst dat verlangen er ook op dat je bevrijd wilt zijn van destructiviteit. Het verlangen om destructiviteit te verbergen is dus een misplaatste en verkeerd begrepen boodschap van het hogere zelf. Het komt door een onjuiste toepassing en interpretatie van het verlangen van het spirituele zelf. Ontkenning van de destructieve aspecten – ik herhaal het nog eens – leidt tot een strijd die de eigen identiteit ontkent. Laten we nu verder bespreken hoe je het bewuste zelf beter kunt activeren en gebruiken, zodat het zich kan verruimen en het spirituele bewustzijn kan toelaten.

Al mijn vrienden op dit pad die toegewijd en gewetensvol hebben gewerkt om hun maskers af te leggen, hun afweermechanismen op te geven, hun weerstand te overwinnen om schijnbaar beschamende fouten toe te geven, hebben ervaren dat het erkennen van de negatieve trekken een nieuwe vrijheid schept. Hoe komt dat? Het voor de hand liggende antwoord is dat de moed en eerlijkheid om iets te erkennen op zich zelf een bevrijdend gevoel geeft. Maar de vrijheid komt door iets dat verder gaat dan deze moed en eerlijkheid, vrienden. De oorzaak van de bevrijding is dat door de daad van het erkennen van negatieve trekken er een subtiele en toch duidelijke verschuiving in de identificatie plaatsvindt. Vóór zo'n moment van erkenning was je blind voor je destructieve aspecten, wat erop wijst dat je toen geloofde dat jij die aspecten was. Door je identificatie met trekken die voor jou onaanvaardbaar waren, kon je het je daarom niet veroorloven ze te erkennen. Maar op het moment waarop je het tot nog toe onaanvaardbare erkent, stop je ermee jezelf met dat onaanvaardbare te identificeren. *Je vereenzelvig je dan met datgene in je wat in staat is het toe te geven, datgene wat het besluit neemt het te erkennen.*

Zolang je de aspecten van jezelf die je haat niet toegeeft, ben je blind voor ze, en op die manier hulpeloos aan ze overgeleverd. Maar zodra je ze erkent neemt iets in je het over dat er ook iets aan kan doen, zelfs al is dat aanvankelijk niet meer dan het waar te nemen en te tasten naar een helderder zicht op de onderliggende dynamiek. Je schept een volledig andere situatie als je de lelijke trekken identificeert, in plaats van je *ermee* te identificeren. *Op het moment dat je ze identificeert, houd je op met ze geïdentificeerd te zijn.* Vandaar dat het zo bevrijdend is het slechtste in je persoonlijkheid te erkennen, na de strijd te zijn aangegaan met de altijd aanwezige weerstand. Dat laatste zal gemakkelijker worden als je een duidelijk onderscheid kunt maken tussen aspecten van je waar je een hekel aan hebt en het idee dat jij die aspecten zou zijn.

Op het moment dat jij de destructieve aspecten onderkent, ze waarneemt, benoemt en observeert, is datgene wat dit doet het zelf waarmee je je terecht en reëel kunt vereenzelvigen. Dit zelf is in staat om een keus te maken uit vele mogelijkheden - allereerst dat wat je nu doet: waarnemen, benoemen, enzovoort. Als je ervoor kiest om dit te doen, hoeft je jezelf niet meer zo genadeloos met je zelfhaat te achtervolgen. Maar zolang je dit belangrijke proces van identificeren met datgene in je wat kan waarnemen, benoemen en kiezen niet aangaat, schijnt er geen andere mogelijkheid te zijn dan jezelf te haten en te veroordelen. Het is wel mogelijk om in een geest van waarheid iets in je negatief te beoordelen, maar het maakt een hemelsbreed verschil of je gelooft dat je alleen maar dat bent wat je beoordeelt, of dat je weet dat je

uiteindelijke werkelijkheid meer overeenkomt met dat deel dat destructiviteit erkent en dat voor iets anders kan kiezen.

De houding tegenover jezelf zal heel anders zijn als je beseft dat het de taak van een menselijke entiteit is om negatieve aspecten met zich mee te voeren opdat deze geïntegreerd en samengevoegd kunnen worden. Dit besef maakt je oprecht zonder te hoeven wanhopen. Als je ziet dat je een belangrijke taak op je neemt ten behoeve van de evolutie zal het je zelfrespect geven. Als je in dit leven komt, breng je negatieve aspecten met je mee om ze te integreren. Er bestaan bepaalde wetten die vaststellen welke aspecten jij meebrengt, maar daar kunnen we nu niet verder op ingaan. Ieder mens vervult een immense taak in het universele stelsel van de evolutie. Een entiteit, die niet aanbiedt zo'n taak te vervullen mag dan misschien heel vrij, gezuiverd, ontwikkeld en harmonieus zijn, maar die draagt niet bij aan de evolutie, wat ieder van jullie hier wél doet. Deze gekozen taak geeft je een grote waardigheid. Deze waardigheid is veel belangrijker dan het tijdelijke lijden dat voortkomt uit het niet weten wie je bent. Vergeet nooit dat je niet je lelijke eigenschappen bént. Maar er is een verschil tussen het volkomen negeren van die eigenschappen en het bewustzijn dat je die eigenschappen niet bent. Het is een van die subtiele schijnbare tegenspraken die zo vaak voorkomen wanneer het over de gebieden gaat die voorbij de dualiteit liggen, dichterbij de uiteindelijke werkelijkheid. Het is noodzakelijk de lelijke aspecten als een deel van je te erkennen en er verantwoordelijkheid voor te nemen voordat je echt kunt begrijpen dat je die aspecten niet *bent*. Het is mogelijk verantwoordelijk voor ze te zijn zonder te geloven dat ze je enige werkelijkheid vormen. Alleen als je dit eerst doet kun je tot het wonderlijke besef komen dat je ze niet bent, maar dat je alleen maar iets met je meedraagt waar je met een bepaald doel verantwoordelijkheid voor hebt genomen. Alleen dan kun je tot de volgende stap komen: het integreren.

Samenvattend zijn er de volgende stappen of fases:

- De sfeer van halfslaap, waarin je niet weet wie je bent en waarin je blindelings vecht tegen dat wat je in jezelf haat - bewust, halfbewust of onbewust.
- Het eerste stadium van ontwaken, waarin je dat waar je niet van houdt kunt waarnemen, benoemen en erkennen, waarin je voelt dat dit *een aspect van je is*, en niet de verborgen uiteindelijke waarheid omtrent jou.
- Het besef dat het 'ik' datgene is wat waarneemt, confronteert, enzovoort. Ditzelfde 'ik' kan nieuwe keuzes maken en besluiten nemen. Het kan uitzien naar nieuwe richtingen, naar situaties die het tot nog toe voor onmogelijk

hield - en dit niet door magie, maar door een instelling te beproeven die het tevoren volledig over het hoofd gezien heeft. Dit 'ik' kan bijvoorbeeld besluiten om zichzelf te accepteren zonder een gevoel voor verhoudingen te verliezen, om nieuwe mogelijkheden te proberen en te leren van vergissingen en mislukkingen, om niet op te geven wanneer succes niet onmiddellijk komt. Dit 'ik' kan ervoor kiezen vertrouwen te stellen in sluimerende mogelijkheden die zich alleen kunnen manifesteren als deze nieuwe instelling door het bewustzijn wordt aangenomen; en kan er voor kiezen zo'n nieuwe houding, waar het bewustzijn rijp voor is, ook daadwerkelijk aan te nemen. Dit alles kan leiden tot:

- een uiteindelijke verbinding met en inzicht in de tevoren gehate en genegeerde aspecten, waardoor ze kunnen oplossen en integreren. Dit gebeurt tegelijk met het voortdurend verruimen van het bewustzijn, dat steeds meer de zich ontvouwende spirituele werkelijkheid in zich opneemt. Dit is het zuiveringsproces.

Naarmate een leven op een dergelijke manier geleid wordt is bewustzijn (het gehele bewustzijn dat alles doordringt) minder afgesplitst in kleine deeltjes en meer verenigd. Als je tot je door laat dringen wat ik hier zeg, zul je verschillende belangrijke dingen begrijpen. Allereerst het grote belang van het herkennen van vervormde, demonische trekken. Je zult er volledig verantwoordelijkheid voor nemen en op die manier, hoe paradoxaal dat ook klinkt, jezelf bevrijden van je identificatie met die aspecten. Je zult weten dat jij jij bent en je zult ook weten dat die aspecten slechts aanhangsels zijn, die je in jezelf kunt opnemen als je ze uitgewerkt hebt. Dat wil zeggen dat hun oorspronkelijke energie en hun nog niet vervormde aard deel kunnen worden van het bewustzijn dat jij manifesteert.

Dit is de eerste stap naar identificatie met het ware *zelf: je bent dat wat waarneemt, en niet dat wat waargenomen wordt. Zo* wordt het heel goed mogelijk voor je om, hoe onplezierig een aspect van je ook is, ermee om te gaan, het te accepteren, te onderzoeken, ermee te werken en je er niet langer door te laten afschrikken. Het vermogen om te observeren en te beoordelen, en om de beste houding tegenover het waargenomene te kiezen, *dát is de wezenlijke kracht van je echte zelf, zoals het nu al bestaat.* Het vinden en kennen van het zelf, en het je lossen maken van identificatie zijn de eerste stappen naar het realiseren van het grotere bewustzijn, het universele, goddelijke bewustzijn in je. Zolang je deze stappen niet zet, blijft het diepere spirituele bewustzijn een idee, een theorie - een mogelijkheid om alleen maar in de toekomst te realiseren. Je kunt verstandelijk geloven in een spiritueel bewustzijn, maar je kunt het niet echt in je realiseren als je het bewustzijn dat je nu al tot je beschikking hebt ongebruikt laat, niet ten volle inzet om je

zogenaamde problemen aan te pakken. Alleen als je de vier fasen die ik hierboven noemde doorwerkt, kan je bewuste geest ruim genoeg worden om toe te laten wat zich tot nu toe niet kon manifesteren: wijsheid, liefde, het vermogen om te voelen en om pijnlijke tegenstrijdigheden te overstijgen. Dat alles zal je leven verrijken, en zal je vreugde geven.

Op het moment dat de ware identificatie plaatsvindt verdwijnt een schijnbaar bodemloze angst uit je ziel. Deze angst ervaar je vaak niet bewust. Pas op de drempel van de fasen die ik genoemd heb, tijdens de verandering van je-verloren-voelen en niet weten wie je bent, naar de eerste vage momenten van echte identificatie, word je bewust van angst. Dit is een overgangsperiode, die een paar weken kan duren, maar ook vele incarnaties. Je kunt die angst voor jezelf verbergen, of hem onder ogen zien. Hoe meer je hem onder ogen ziet, hoe eerder je eruit komt. Met verbergen win je niets, want de angst zal zijn onuitwisbare sporen in je leven achterlaten, en deze sporen zijn absoluut niet minder pijnlijk of beknellend dan het feitelijke beleven van de angst - integendeel.

De angst is er alleen omdat je niet weet dat er achter hetgeen je haat een werkelijk zelf is. Door de angst blijf je zelfs aarzelen om alleen al te herkennen wat je haat. Zolang je de moed mist om de redenen voor je angst te onderzoeken kun je er niet achter komen dat hij ongegrond is en dat je veel meer bent dan wat je vreest te zijn. Je staat dikwijls op het punt om deze stap te zetten. Maar omdat dit punt aanvoelt als het randje van een afgrond, aarzel je en ga je door met je pseudo-leven. Als je dit niet aanpakt blijft de angst in je ziel. De angst wordt ontkend en verdrongen, en deze verdrongen angst heeft een schadelijk effect op de persoonlijkheid, die verder vervreemd raakt van haar ware kern.

Wanneer je eindelijk besluit om met een totale inzet deze kloof te gaan overbruggen, verdwijnt de angst. Je beseft dan dat je te weten kunt komen wie je bent en dat het leven vol, rijk en oneindig is. Op het moment dat je ervaart dat jij datgene bent wat waarneemt en niet het waargenomene, valt de noodzaak weg om jezelf de grond in te boren, of om alleen maar als masker door het leven te gaan, of als een soort duivel, een kleinzielige egoïst. Identificatie met jezelf doet dus de angst voor vernietiging verdwijnen. Niet alleen angst voor de dood, maar voor vernietiging. Dat is echt iets anders, dat kun je aanvoelen.

We keren nu opnieuw terug naar het bewustzijn zoals dat nu al, op dit moment, in je bestaat. Het is nu al in staat om aspecten van jezelf waar te nemen en te erkennen. Dat wat waarneemt heeft - zoals ik al zei - vele keuzemogelijkheden. Je houding tegenover je demonische, onontwikkelde,

ongewenste eigenschappen is de sleutel tot verruiming van je bewustzijn. Je hoort tegenwoordig zo veel over het begrip 'bewustzijnsverruiming'. Er wordt vaak gedacht dat dit een magisch proces is dat plotseling gebeurt. Dat is niet zo. Om waarachtig spiritueel bewustzijn te bereiken is het nodig om eerst aandacht te besteden aan het materiaal in je dat je nog niet volledig gebruikt hebt, en dat je ook nu nog niet ten volle gebruikt. Ieder moment van depressie of angst, iedere houding van hopeloosheid of negativiteit houdt de mogelijkheid in om een andere keuze te maken. Maar het vereist een innerlijke wilsvaardigheid van jouw kant om krachten die nu in je sluimeren te doen ontwaken en beschikbaar te maken. Wanneer de reeds beschikbare mogelijkheden gebruikt worden zal de veel grotere kracht van het spiritueel bewustzijn zich geleidelijk en organisch ontploegen.

Mensen doen vaak allerlei spirituele oefeningen en verwachten dan een wonderbaarlijke manifestatie van het grotere bewustzijn, terwijl hun direct beschikbare geest en gedachtekracht gevangen zit in een vast patroon van negatieve gevoelens, gedachten en houdingen. Zij zullen onvermijdelijk teleurgesteld raken, of in een schijnwereld blijven leven. Geen oefeningen of inspanningen, en geen hoop op genade als hulp van buitenaf kunnen je een echte bewustheid of ervaring geven van je spirituele zelf.

De creatieve energie die inherent is aan gedachten en denkprocessen wordt door de meeste mensen totaal onderschat. Daardoor worden de vele mogelijkheden om het leven te scheppen en te herscheppen verwaarloosd. Gebruik maken van deze scheppingskracht is iets uitdagends en fascinerends. Je kunt van nu af aan de verborgen lagen van je bewuste geest gaan onderzoeken om betere, creatievere manieren te vinden om met moeilijkheden om te gaan, en constructievere manieren om te reageren. Je hoeft niet te reageren zoals je tot nu toe doet. Je hebt veel alternatieven tot je beschikking, veel mogelijkheden om je denkprocessen op een nieuw doel te richten. In de mate waarin je nog niet de juiste identificatie bent aangegaan, en in de mate waarin je op een of ander gebied in jezelf je nog heimelijk identificeert met dat wat je het meest haat in jezelf - en daardoor ook weigert het in jezelf te zien - in die mate kan je bewustzijn ook geen gebruik maken van zijn keuzes en mogelijkheden.

Als je jezelf gaat afvragen: "Hoe zal ik me opstellen ten opzichte van wat ik nu in mezelf zie en wat ik niet prettig vind?" heb je een van de belangrijkste stappen in de huidige fase van je evolutie gedaan. Deze stap vereist geen doorbraak van het diepere spirituele zelf. Het betekent alleen maar dat je datgene gebruikt wat je in de loop van eeuwen, van duizenden jaren van evolutie beschikbaar hebt gemaakt.

Wat kun je nu bijvoorbeeld als houding kiezen bij het waarnemen van destructieve houdingen en intenties in jezelf?

- Je kunt ervoor kiezen om er totaal verslagen en wanhopig over te zijn. Deze houding heb je tot nog toe aangenomen, ook al was je het je niet bewust. Je kunt denken dat het onmogelijk is om ooit anders te worden en dat er niets anders voor je op zit.

- Je kunt ook kiezen voor de gedachte dat jij de kracht hebt om een onmiddellijke en drastische verandering aan te brengen. Die houding is niet beter dan de vorige, omdat ze namelijk niet op werkelijkheid gebaseerd is. Daarom leidt zij onvermijdelijk tot teleurstelling, en vandaar tot een negativiteit die nog gerechtvaardigder lijkt dan voorheen. Onrealistische wanhoop en onrealistische, magische hoop zijn twee polen, beide onderdeel van een vicieuze cirkel.

- Maar heb je geen andere keuzes tot je beschikking? Is het niet mogelijk om met je denken, zoals dat nu is, je anders op te stellen? Bijvoorbeeld door te zeggen: “Het is erg waarschijnlijk dat ik het weer zal vergeten en dat ik opnieuw verval in mijn oude blindheid en geconditioneerde reflexen. Maar daar laat ik me niet door weerhouden. Ik zal opnieuw moeten vechten en telkens weer naar de sleutel moeten zoeken. Ik *zal* dat doen - ik *kan* het, en daardoor zal ik geleidelijk nieuwe kracht opbouwen en nieuwe energiebronnen vinden. Ik laat me niet afschrikken door het feit dat het maken van een mooi bouwwerk geduld vereist. Ik zal niet zo kinderlijk zijn om te verwachten dat dit zo maar onmiddellijk kan gebeuren. Ik wil verandering, en ik zal al mijn krachten ervoor inzetten, maar ik zal geduldig en realistisch zijn. Ik wil me graag laten leiden door de spirituele krachten in mij, maar als ik die leiding nu nog niet kan opmerken, omdat door het prille van deze aanpak mijn energie nog te grof is en mijn bewustzijn nog te weinig helder, zal ik vol vertrouwen blijven wachten. Ik wil aan het avontuur van het leven het beste geven dat ik heb. Dat beste wil ik investeren en dat houdt in dat ik geduld opbreng om langzaam op te bouwen en geleidelijk bewustzijn en waarneming te ontwikkelen. Ik wil telkens opnieuw proberen dat wat ik niet prettig vind onder ogen te zien en te identificeren, zonder mezelf *ermee* te identificeren. Ik wil naar nieuwe wegen zoeken om mijn negativiteit te begrijpen, zodat ik die tenslotte zal ontgroeien.”

Zo'n houding is mogelijk voor je. Het is geen magie. Het is een direct beschikbare keus. Je kunt hier vanavond weggaan met de houding dat je liever wilt observeren en benoemen wat je tot nu toe niet wilde zien en benoemen, dan erin ondergedompeld te zijn. In ieder dilemma of probleem bestaat de mogelijkheid voor deze houding te kiezen.

Er is kennis in je die je kunt toepassen op dat wat je waarneemt. Als je gebruik maakt van deze beschikbare kennis en de hier aanbevolen houding aanneemt, verruim je zowel die kennis alsook de reikwijdte van je gevoelens. Hoe meer je dit doet, des te zekerder kun je ervan zijn dat het oneindig grote, onbeperkte bewustzijn van het nu nog sluimerende spirituele zelf zich in je bewuste geest zal integreren, zodat je je spirituele zelf zult zijn. Zoals ik eerder heb verteld¹ gaat deze integratie het beste via een drievoudige dialoog: de dialoog tussen de bewuste geest en de demonische aspecten; tussen de bewuste geest en het goddelijke zelf; en tussen het goddelijke zelf en het demonische zelf. In al deze dialogen wordt er van beide kanten om de beurt gesproken en geluisterd, zoals in ieder zinvol gesprek. Hoe meer je jezelf kunt waarnemen op de manier zoals ik hier heb aanbevolen, hoe gemakkelijker het zal worden om de volgende sprong te maken - de realisatie van je ware spirituele identiteit. Dan zul je werkelijk weten dat jij dit ongelooflijk mooie, grenzeloze bewustzijn echt zelf bent, en je zult voelen dat alle kracht in je is en dat je niets te vrezen hebt.

Vrienden, deze lezing vraagt weer om toegewijd werk. Veel van de inhoud zul je niet meteen in je op kunnen nemen omdat het daarvoor te moeilijk is. Het is niet alleen nodig om je te concentreren en je goede wil in te zetten, maar ook om met behulp van meditatie contact te maken met de gebieden van spirituele werkelijkheid en kracht die je zullen helpen om wat ik verteld heb in je op te nemen en toe te passen.

(De zitting van deze lezing werd gevolgd door andere activiteiten en uitwisselingen, waardoor de gebruikelijke eind-zegening niet is opgenomen in dit verslag)

Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1960.

Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) onder de titel: 'Self-identification determined through stages of consciousness'

© 2002 Stichting Gemeenschap Het Pad

¹ in Lezing 182: 'Meditatie'; de gids komt er nog uitgebreider op terug in lezing 194: 'Scheppende meditaite, een samenvatting' (noot vertaler)