

De taal van het onbewuste; het ontdekken van het verborgen 'nee'

*1 mei 1964
lezing 124*

“Gegroet, liefste vrienden, gezegend zij ieder van jullie, gezegend zij dit uur. Moge deze lezing jullie opnieuw helpen om meer van jezelf te ontdekken, je bewustzijn te verruimen en je begrip van de werkelijkheid te verdiepen.”

“De grootste kracht in het leven van de mens is zijn onbewuste. Al het gunstige, aangename en voorspoedige, alle tegenspoed, leed, teleurstellingen, onvervuldheid, zogenaamde ‘pech’ en de herhaling van ongunstige patronen, dit alles wordt bepaald door onbewuste gedachten, gevoelens, en onbewuste houdingen. Dit omvat veel meer dan we gewoonlijk daaronder verstaan. Wanneer we het bijvoorbeeld over het lot hebben, de noodlottige dingen die gebeuren of juist niet gebeuren, is dat in feite niets anders dan de krachtige werking van onbewuste factoren. We hebben vaak besproken en uitgelegd waarom het onbewuste zoveel sterker is dan het bewuste.¹ Kort samengevat komt dat omdat bewuste misvattingen en niet-realistische zienswijzen gemakkelijker zijn op te sporen en daardoor rechtgezet kunnen worden. Wat voor het bewustzijn verborgen is, blijft je beheersen, zonder dat je met je verstand de onbewuste kijk kunt veranderen. Daarom is het van het grootste belang zulke belemmerende, verborgen gezichtspunten te ontdekken.

Men vergeet vaak dat het onbewuste niet alleen verstarde, verkeerde conclusies en destructieve gedragspatronen herbergt, die uit oude beelden en negatieve emoties zijn ontstaan als gevolg van onopgeloste problemen, maar het bevat ook de diepste wijsheid, goddelijke waarheid en de meest constructieve krachten van het heelal, die voortdurend toenemen in oneindige scheppingskracht en liefde. Deze bronnen kunnen alleen worden aangeboord wanneer ook de tegenwerkende krachten onder ogen worden

¹ Zie Lezing 45: ‘Conflict tussen bewuste en onbewuste verlangens’ en
Lezing 75: ‘Bewustzijn’

gezien. Dan, en alleen dan zullen alle productieve krachten, die eveneens verborgen zijn, aan de oppervlakte komen.

Alleen in een dynamisch groei- en ontwikkelingsproces worden deze woorden werkelijkheid. Tot dan toe zijn ze alleen maar theorie en niet meer dan dat. Stapje voor stapje, heel geleidelijk, als je de vreemde, opwindende, soms zelfs lichtelijk beangstigende en toch vreugdevolle werkelijkheid van je onbewuste begint te ontdekken, ga je een fractie zien van de krachten die erin verborgen liggen. Daarom moet het op dit pad ons doel zijn zoveel mogelijk aan het licht te brengen - niet alleen wat onjuist is - en vooral ook de productieve factoren achter de dwalingen. In de mate waarin je jezelf bevrijdt van nutteloze angsten en misvattingen, die je verdeeld houden, zullen constructieve, creatieve en productieve elementen waarvan je het bestaan niet kende, vrijgemaakt worden.

Waarom herhaal ik dit nog eens, na het al zo vaak en vanuit zoveel verschillende invalshoeken besproken te hebben? Ik doe dat omdat niemand van jullie, ondanks aanzienlijke vooruitgang, zich werkelijk bewust is van de kracht van zijn of haar onbewuste en hoe dit jullie in je dagelijkse leven nog steeds parten speelt. Ik wil jullie helpen je daar bewuster van te worden en ik wil jullie nog beter gereedschap geven zodat je meer te weten kunt komen over deze krachten, die jullie leven beheersen zonder dat je het in de gaten hebt.

Voordat we aan praktische suggesties toekomen, wil ik eerst het volgende bespreken. Ook dit is weer niet helemaal nieuw, maar een iets andere benadering kan je misschien helpen dit belangrijke onderwerp beter te begrijpen. De persoonlijkheid van de mens is een exacte kopie, in het klein, van het hele universum. Zowel het individu als het universum bestaan dankzij een bepaalde verdeling van verschillende kosmische energieën. De wijze waarop deze verschillende energieën samenwerken, met elkaar in wisselwerking staan en gerangschikt zijn, is bepalend voor een harmonieus of niet-harmonieus bestaan van al het geschapene: mens, heelal, planeet of cel. In de ideale situatie werken deze energieën en krachten in een volmaakte wisselwerking samen en vullen elkaar eerder aan dan dat ze elkaar tegenwerken. Wat van het geschapene uitstraalt, is het één zijn met de kosmische stroom. Dit geldt voor een zonnestelsel, een afzonderlijke planeet en ook voor elke entiteit die die planeet bewoont, van een mineraal tot het hoogste spirituele wezen. De regulerende, universele krachten zijn op allen gelijk van toepassing.

Wanneer een sterrenstelsel uiteenvalt, komt dat door de werking van tegen-gestelde krachten - het tegenovergestelde van waarachtigheid, werkelijk-

heidszin, bewustzijn, aandacht - die zo'n spanning creëren dat er tenslotte een explosie plaatsvindt en de entiteit zichzelf vernietigt door de druk van deze twee tegengestelde energiestromen. Dit geldt zowel voor een sterrenstelsel, een planeet, als voor het vergaan van een blad aan een boom. Om het eenvoudig te zeggen: totdat het heelal een bepaald ontwikkelingsniveau bereikt heeft, bestaat het uit twee stromen: een *Ja-stroom* en een *Nee-stroom*. De Ja-stroom staat voor alles wat constructief is omdat hij overeenstemt met waarachtig inzicht, waaruit liefde en eenheid wel moeten groeien. De Nee-stroom is destructief omdat hij onwillekeurig afwijkt van de waarheid en daardoor haat en tweedracht zaait. Deze algemene verklaring, waarin een hele scheppingsgeschiedenis vervat is, is zowel van toepassing op het dagelijks leven van ieder mens als op belangrijke begrippen in de geschiedenis van de schepping.

Jullie weten uit vroegere ervaringen dat ik jullie niet vraag om blindelings spirituele leerstellingen te aanvaarden waarvan je de juistheid niet direct in jezelf kunt nagaan. Want wat op jou persoonlijk van toepassing is, moet in principe op de hele schepping van toepassing zijn. Het is gemakkelijk en heel goed mogelijk om de Ja- en Nee-stromen in jezelf, in je dagelijks leven te ontdekken, als je de taal van je eigen onbewuste maar leert begrijpen en interpreteren. Dat vereist een bepaalde techniek, net als bij het leren van een nieuwe taal. Het vraagt oefening, doorzettingsvermogen en geduld om je de nieuwe symbolen eigen maken.

Taal, in welke vorm dan ook, is een verzameling symbolen. Als je het woord 'tafel' zegt, is het een symbool voor het voorwerp dat je gebruikt en als zodanig kent. Hetzelfde geldt voor de taal van je persoonlijke onbewuste. Het is evengoed mogelijk om die taal te leren als elke andere taal. Maar het kost evenveel tijd, inspanning en oefening. Hij komt je evenmin zomaar aanwaaien als een nieuwe vreemde taal. Het is alleen oneindig veel lonender en wezenlijker voor je eigen leven om de taal van je onbewuste te leren kennen dan een dozijn vreemde talen te leren.

Het werk op dit pad houdt van alles in. We hebben het door middel van allerlei vergelijkingen beschreven en het op verscheidene manieren omljnd. Met alles wat dit pad betekent, gaat het ook om *het leren van de taal van het onbewuste*. Wanneer je dat doet kan het niet anders of je ontdekt de Ja- en de Nee-stroom.

De Ja-stroom is vaak (niet altijd) het duidelijkst zichtbaar omdat hij meestal bewust is. Telkens wanneer je merkt dat je in verwarring bent, omdat je een onvoldaan gevoel hebt dat maar niet weggaat, kun je er zeker van zijn dat beide stromen krachtig werkzaam zijn en op die manier de zaak afremmen.

De Ja-stroom is met opzet sterker om zodoende de Nee-stroom te overstemmen. Hoe meer de laatste gesmoord wordt, in de misvatting dat hij daardoor vernietigd wordt, hoe sterker hij ondergronds doorwerkt. En hoe meer dit het geval is, hoe dwingender en paniekeriger de Ja-stroom wordt. De persoonlijkheid wordt in twee tegengestelde richtingen getrokken, en komt onder een steeds grotere spanning en druk te staan. De manier om deze kortsluiting op te heffen is het blootleggen van de Nee-stroom, het inzien van de onjuiste vooronderstellingen en daarbij langzamerhand het idee laten varen dat zijn aanwezigheid ‘noodzakelijk’ is. Het zal jullie allemaal helpen je leven op deze manier te benaderen. Het klinkt eenvoudig en dat is het ook, maar het is niet té eenvoudig voorgesteld want op deze manier gaat het werkelijk.

Op die gebieden in je leven waar het gemakkelijk gaat, waar je geluk lijkt te hebben en waar je je meestal vervuld voelt zonder moeizame en verwarrende crises, kun je er zeker van zijn dat er weinig Nee-stroom en voornamelijk Ja-stroom in het spel is; niet alleen bewust maar ook onbewust is er geen tegenstrijdige onderstroom. Anders gezegd: niet alleen naar buiten toe maar ook helemaal van binnen heb je een onverdeelde en realistische houding. Je motivatie en verlangen zijn niet gespleten.

Maar in gebieden waar je herhaaldelijk ongelukkig bent, moet de Nee-stroom op de een of andere manier, om de een of andere reden, wel aan het werk zijn. Deze stromen zijn bij ieder mens natuurlijk weer verschillend, maar ze moeten opgespoord en duidelijk omschreven worden om ze buiten werking te kunnen stellen. De meeste van jullie beginnen deze stromen, of in elk geval belangrijke kanten ervan, te ontdekken.

Elk doel waar je bewust naar verlangt maar dat je toch niet bereikt, vormt een duidelijke aanwijzing dat er een nog niet ontdekte Nee-stroom aan het werk is. Het is niet voldoende om inzicht te verwerven - of verworven te hebben - in je beelden en misvattingen, noch om te begrijpen hoe en waarom ze als gevolg van de omstandigheden in je jeugd ontstonden. Hoe belangrijk ook, het is maar één stap. De meeste van jullie hebben in dit opzicht een aanzienlijke vooruitgang geboekt. Maar het is niet genoeg en jullie vergissen je als je gelooft dat nu je eenmaal je misvattingen en verkeerde conclusies gevonden hebt, dit automatisch je diepste, subtiële emotionele reacties zal veranderen. Dat gebeurt niet op die manier en deze veronderstelling leidt alleen maar tot de illusie dat je ontdekking van een beeld en je tijdelijke opluchting je al bevrijd hebben, terwijl je ondertussen zonder dat je het weet op de oude voet verder gaat. Vroeg of laat moet dit wel negatieve gevolgen hebben, die dan dubbel teleurstellend en ontmoedigend zijn. De enige manier waarop verandering tot stand kan komen is

ontdekken hoe de Nee-stroom blijft werken en daardoor precies die verandering verhindert waarnaar de Ja-stroom zo vurig streeft. Om dat te kunnen moet je de taal van het onbewuste meester zijn.

Stel dat je een bepaalde vervulling in je leven wenst, die je tot nu toe niet ervaren hebt. Misschien was je je bewust van een sterk verlangen naar deze vervulling en heb je in je padwerk een aantal onbewuste misvattingen, valse schuldgevoelens en destructieve neigingen ontdekt, die deze vervulling in de weg staan. Misschien heb je zelfs gemerkt dat je juist bang bent voor de vervulling van je verlangens en het dientengevolge op een subtiele manier verwerpt. De angst kan geheel op illusie berusten en dus onnodig zijn. Het kan bijvoorbeeld door het kinderlijke verlangen komen om de noodzakelijke prijs voor de vervulling niet te willen betalen. Het kan een gevoel zijn dat je dit geluk niet verdient. Het kunnen ook een aantal andere 'redenen' zijn of een combinatie daarvan. Wat ze ook zijn, je hebt in wezen ontdekt wat je in de weg staat. Misschien ervaar je deze ontdekking als een soort kernpunt, als het ware als een kant-en-klaar pakket verwarring. Maar het komt zelden bij jullie op dat dit 'pakket' zijn invloed blijft uitoefenen, ook al is het ontdekt. En dit is het belangrijkste deel van het werk; zonder dat kan er geen echte bevrijding zijn.

Met dit voor ogen is het erg belangrijk om met hernieuwde inspanning dagelijks te kijken hoe de Nee-stroom aan het werk is. Zijn uitingsvormen kunnen heel subtiel, diffuus en vrijwel ongrijpbaar zijn. Maar als je je er echt toe zet, zal duidelijk worden wat daarvoor zó vaag was dat het vrijwel niet te formuleren was. Het zal duidelijk omlijnd naar voren komen. Je zult ontdekken dat je net even terugschrikt bij de gedachte aan vervulling als het echt dichterbij komt. Zolang het bij een speelse fantasie blijft, is er niets aan de hand. Misschien ontdek je een vaag gevoel van onrust dat je meestal wegduwt, als je over vervulling denkt. Wat het ook is, probeer deze vage, wazige emotionele indrukken vast te houden en te onderzoeken in het licht van het bewustzijn. Kijk naar de fantasie op de achtergrond wanneer schijnbaar alleen de Ja-stroom aan het werk is.

- Wil je in die fantasieën het onmogelijke en wil je de menselijke onvolmaaktheid in alles niet onder ogen zien?
- Fantaseer je dat alles gaat zoals jij het wilt? Dat hoeft op zich zelf niet slecht of verkeerd te zijn maar het is bij nadere beschouwing star, eenzijdig en irreëel.
- Heb je in deze fantasie een houding van verwachten dat je *bevoorrecht* wordt, zonder je te hoeven aanpassen aan *nieuwe* omstandigheden? Ben je in staat om dan op een soepele manier tot een compromis te komen of los te laten?

Kortom, heb je ergens een gevoel dat het leven jou de ideale vervulling zou

moeten geven zonder van jou kant een noodzakelijke verandering, aanpassing, loslaten te vragen? Dit alles kan zich nauwelijks merkbaar afspelen en het vereist al je onderscheidingsvermogen om deze overheersende houding te ontdekken. Als je het ziet, heb je één van de redenen voor het bestaan van de Nee-stroom ontdekt, die alleen in de werkelijkheid functioneert maar niet in een eenzijdige fantasie. In zo'n eenzijdige fantasie kun je zelfs bereid zijn te geven, maar dat is alleen maar zo omdat je daarin de regie hebt en dus bepaalt hoe, wanneer en op welke manier iets moet gebeuren. In werkelijkheid kun je dat niet bepalen. En het vraagt van je om flexibel te kunnen zijn wanneer dat nodig is. Daar je dat onbewust allemaal wel weet, blokkeer je de vervulling en wacht je op het onmogelijke.

Wanneer je je bewust wordt van de voortdurende Nee-stroom, ook voordat je zijn aanwezigheid volledig begrijpt, krijgt je hopeloosheid enige verlichting en komt de uitweg in zicht. Je begrijpt waarom je leven niet veranderd is, ondanks uitvoerige herkenning van beelden en kindertrauma's. Je ontdekt nu de destructieve gevoelens ten dienste van de Nee-stroom: angst, schuld, boosheid, frustratie, vijandigheid, enzovoort. Deze gevoelens blijven smeulen, maar kunnen kunstig gecamoufleerd en weggepraat worden door schijnbare provocaties van buitenaf en dan 'met succes' op anderen geprojecteerd worden. Het ontdekken van deze mechanismen is hetzelfde als het leren van de taal van het onbewuste.

Hoeveel je ook ontdekt, er zal in je leven pas werkelijk iets veranderen wanneer je de Nee-stroom dagelijks, steeds weer opnieuw in actie ziet, je de boodschappen vertaalt en de codes ontcijfert.

Voor je de Nee-stroom achter een sterke, onvervulde wens kunt ontdekken, kun je vaak in verwarring zijn omdat de Ja-stroom zo enorm dwingend is. In plaats van te veronderstellen dat dit een bewijs is voor de afwezigheid van een Nee-stroom, mag je aannemen dat dit een bewijs is voor de aanwezigheid ervan. De paniekerige angst dat deze wanhopige drang niet bevredigd zal worden, geeft altijd aan dat er ondergronds een 'Nee' tegen de vervulling bestaat. Kenmerkend voor de afwezigheid van zo'n 'Nee' is een rustige, ontspannen Ja-stroom, zonder een greintje wanhoop. Deze wil vervuld worden, zit er in feite op te wachten met alles wat het impliceert, maar je bent ook volledig in staat om zonder dat een constructief leven te leiden, hoe welkom de vervulling ook moge zijn. Als dat door allerlei uiterlijke omstandigheden niet mogelijk is, als je het bestaan van de Nee-stroom te laat ontdekte zodat je deze speciale vervulling niet krijgt, weet de persoonlijkheid dat er andere wegen openstaan om een productief leven te leiden.

Ik wil nu iets specifiekier zijn over het ontdekken van de Nee-stroom. Samenvattend: hij bestaat zeker als er frustraties in je leven blijven, ook al heb je de juiste beelden gevonden, destructieve houdingen en gedragspatronen in principe en theoretisch begrepen en misschien af en toe gevoeld. Je kunt er ook zeker van zijn dat hij bestaat als je je wanhopig voelt in je Ja-stroom; als je bang bent dat de vervulling nooit zal komen, als je gelooft dat je leven zonder die vervulling mislukt is. Als je dus vastgesteld hebt dat hij moet bestaan, gaat het er nu om hem te ervaren - niet één keer, maar telkens wanneer hij actief bezig is.

Om je het bestaan van de Nee-stroom nog scherper bewust te worden kan het dagelijks terugkijken zoals jullie dat geleerd hebben, enorm helpen.¹ Het waarnemen en onderzoeken van je emotionele reacties moet steeds breder en dieper worden en niet afnemen. Als je in de juiste richting voortgaat, zonder blokkades, zul je juist meer zien in plaats van minder. De veronderstelling dat er door je vooruitgang minder Nee-stroom te zien is, klopt niet. Nauwkeurig onderzoek van je emoties blijft een eerste vereiste.

Even belangrijk is het om het verstarde deel van het onbewuste op te rakelen. Als ze aan zichzelf worden overgelaten, onaangeraakt en onuitgedaagd blijven, komen de weerstanden, de Nee-stroom niet naar buiten. Ze blijven rustig sluimeren. Alleen als ze opgerakeld worden, reageren ze op een duidelijk zichtbare manier. Daar zorgen de frustraties en moeilijkheden wel voor, die inherent zijn aan het leven,. Dat gebeurt ook door voortdurend zelfonderzoek, door te proberen door de uiterlijke, rationele laag heen te kijken in een geest van doordringend innerlijk zoeken.

Opgerakelde emoties onthullen de Nee-stroom als deze emoties kritisch onderzocht, bevraagd en begrepen worden. Zoals gezegd gebeurt dit oprakelen voor een deel als gevolg van de onvermijdelijke levensomstandigheden en voor een deel door doelbewuste processen in het padwerk. Om productief waar te nemen wat het onbewuste uitdrukt, is het van belang het gezonde deel van jezelf van het ongezonde, verwarde, partijdige deel te onderscheiden. Deze onbevangen waarneming van wat duister en vreemd is, is de meest helende werkwijze op het pad van bevrijding. Wanneer je Ja-stroom de Nee-stroom waarneemt zonder extreme zelfbeschuldigingen, zal het mogelijk worden om deze kernachtig in menselijke taal om te zetten. Deze precieze formulering van voordien vage gevoelens is een uiterst belangrijk en waardevol aspect. Ik heb dit in de beginfase van dit pad al dikwijls benadrukt.

¹ Zie lez. 28: 'In gesprek met God'

Men is er vaak ten onrechte van overtuigd dat het begrijpen van het onbewuste alleen maar het vinden van tot dan toe onbekende facetten inhoudt. Men verwacht totaal onbekende feiten. Dit is slechts zelden zo. Je hoeft niet noodzakelijkerwijs door draaikolken en verdraaiingen heen. Er wordt niet iets onhaalbaars geëist om te ontdekken wat ontdekt moet worden om een zinvol leven te leiden. Je hoeft niet te wachten op iets dat ver weg is en totaal verborgen. Kijk eerst naar die lagen die gemakkelijk toegankelijk zijn, al is het alleen maar om er je aandacht op te richten. Dat zijn de *halfbewuste* gedachten, de vage en diffuse houdingen en uitdrukkingen die bijna een tweede natuur zijn geworden en dus gemakkelijk over het hoofd worden gezien, omdat ze een deel van je zijn geworden. Maar geen van deze halfbewuste gevoelens, reacties en begrippen zijn duidelijk en beknopt geformuleerd. Als je deze halfbewuste gedachten in verband brengt met een probleemgebied in je leven, zul je alles wat je over jezelf moet weten, te weten komen. Dit is een essentieel onderdeel van het leren van de taal van je onbewuste. Ik zal nu niet over droomuitleg praten, dat gaat over de vertaling van materiaal uit diepere lagen. Daarvoor is nog meer hulp nodig dan voor het waarnemen van halfbewust materiaal en de vertaling daarvan in je eigen taal. Dit halfbewuste materiaal omvat je directe emotionele reacties en je fantasieën. Als je die twee met elkaar vergelijkt, zul je de discrepanties en tegenstrijdigheden in jezelf en de onvolwassen verwachtingen gaan ontdekken.

Hoe duidelijker je ziet op welke manier je de vervulling, waar je naar snakt, wegduwt of ervoor terugschrikt - kijk telkens weer naar hoe je dat doet - hoe dichter je bij het opruimen van de Nee-stroom komt. Alleen al door hem gade te slaan, verzwak je hem.

Wanneer er op het verstarde deel van het onbewuste voldoende druk uitgeoefend wordt, voor een deel als gevolg van de verstarring zelf, namelijk frustratie en pijn, en voor een deel door het padwerk, wordt het verharde deel zacht genoeg om iets van zijn vastheid los te laten. Dit wordt zichtbaar door de Nee-stroom duidelijk aan de oppervlakte te laten komen, steeds minder verhuld, zodat het steeds moeilijker wordt om die voor jezelf aannemelijk te maken. Dit kan een keerpunt zijn, als de oude aandrang van de Nee-stroom tenminste niet opnieuw versterkt wordt door een ego dat niet waakzaam genoeg is, niet genoeg oog heeft voor de manipulaties van het in het nauw gebrachte deel van het tegenwerkende onbewuste. Als dat niet wordt voorkomen, kan de Nee-stroom weer de sterkste worden. Vaak is dit maar tijdelijk, maar het gebeurt regelmatig dat de Nee-stroom het weer heeft overgenomen, buiten medeweten van het bewuste zelf. Wees alsjeblieft kritisch voor wat betreft deze mogelijkheid, in elk geval op een paar levensgebieden. Ga alsjeblieft na of dit bij jezelf, of op zijn minst op een

paar gebieden van je leven, het geval kan zijn.

Het is van essentieel belang om meer aandacht te besteden aan de precieze vorm van de Nee-stroom. Een bepaald soort meditatie, waarvan ik de eerste stappen al een aantal jaren geleden genoemd heb,¹ kan je verder helpen. Ik raadde jullie aan je te ontspannen en te beginnen je gedachten te observeren en anders je aanvankelijk onvermogen als je dat niet lukt. Dit leidt tenslotte tot het vermogen om gedachten even buiten te sluiten en jezelf helemaal leeg te maken. In die leegte kan materiaal dat tot dan toe onder controle gehouden en verdrongen is aan de oppervlakte komen, als je het verlangen daartoe maar sterk genoeg voelt en niet voor de inspanning terugschrikt dit doel te realiseren. In het begin is dit moeilijk, maar na een poosje ontstaat er contact met dat deel van je waar je daarvoor geen contact mee kon krijgen. Eerst zie je de destructieve elementen naar boven komen en dan kun je de constructieve elementen, die diep binnenin verborgen liggen, aanboren. Het proces verloopt vaak niet precies in die volgorde. Je kunt een aantal destructieve elementen blootgelegd hebben en lang voordat je ze allemaal kent en je het hele probleemgebied bewust bent geworden, zullen een aantal constructieve elementen aan de oppervlakte komen. Met andere woorden: het 'goede' komt niet pas nadat al het 'kwade' naar buiten is gekomen; het varieert. Het kan een extra beproeving voor een mens betekenen, omdat het hem tot wensdenken kan verleiden, een overschatting van zichzelf en waar hij staat. Iemand die voorheen onzichtbaar, creatief ziele materiaal heeft ervaren hoeft niet verder gevorderd te zijn dan iemand die dit goddelijke kanaal nog niet heeft aangeboord. Ze hebben alleen een ander ritme en een andere ontwikkelingsgang.

In esoterische literatuur wordt de uitdrukking 'het derde oog' vaak gebruikt. Door contact te maken met verborgen onbewuste gebieden en de taal van je onbewuste blokkades te begrijpen, ontwikkel je je 'derde' zintuig, nieuwe communicatiemogelijkheden. Dat betekent niet alleen ogen die helderder kunnen zien, maar ook oren, spraak en andere zintuigen om mee waar te nemen.

Praktijken van metafysici hebben in dit opzicht goede trainingsmogelijkheden ontwikkeld, maar die worden slechts zelden op de juiste manier gebruikt. De mens staat altijd bloot aan de verleiding te denken dat hij de ideale toestand al heeft bereikt, zodat pas verworven vaardigheden als vlucht gebruikt worden in plaats van voor zelfonderzoek en het verwerven van inzicht in de zin en betekenis van destructieve elementen.

¹ Zie lezing 68, deel 2: 'De taal van het onbewuste'

Dit alles vraagt een zekere discipline en een onwankelbare wilskracht. De moeilijkheid is dat juist het ontbreken van wilskracht of doorzettingsvermogen in het padwerk hetzelfde is als de Nee-stroom die ten grondslag ligt aan de moeilijkheden die je zo graag wilt oplossen. Met andere woorden, de rem die je onwillekeurig op de vervulling van je bewuste verlangen zet, vanwege de een of andere onbekende angst voor en afwijzing van deze vervulling, wordt op allerlei manieren zichtbaar in het werken op je pad. Bijvoorbeeld geen energie hebben, lusteloosheid, luiheid, geblokkeerd zijn, niet begrijpen, woede projecteren op je helpers, actuele problemen zo dramatiseren en overdrijven dat padwerk niet langer mogelijk is of alleen zo dat de echte problemen onaangeraakt blijven. Van belang daarbij is ook de hardnekkigheid waarmee je je concentreert op problemen die niet vanzelf in de vorm van moeilijke levensomstandigheden aan de orde komen. Dergelijke andere verschijnselen zijn een teken van diezelfde Nee-stroom. Dit inzien en er alert op zijn is een essentieel onderdeel van een noodzakelijke grondhouding voor het werken aan de verwezenlijking van jezelf. Hoewel een belangrijk deel van jou zich beijvert om te ontdekken, te zoeken en boven problemen uit te groeien of te veranderen, wat wijst op een actieve Ja-stroom, is er ook een diepe angst in je om dit probleem te veranderen, vandaar het bestaan van een Nee-stroom. De mate waarin hij bestaat correspondeert met het probleem en het werk. Deze Nee-stroom kan niet opgeruimd worden, tenzij de diepe angst die hem heeft opgeroepen en de daarmee gepaard gaande misvattingen, bewust worden, zodat je gezonde verstand de geldigheid ervan kan toetsen. Daarom is het raadzaam de Nee-stroom niet te negeren en te doen alsof hij niet bestaat; er moet acht op worden geslagen, want hij bevat de sleutel tot het probleem.

De belangrijke Nee-stroom wordt ook weerstand genoemd. Dit woord heeft echter zijn betekenis voor jullie verloren en het noemen alleen al kan dat slechts versterken. Maar als je beseft dat de Nee-stroom een universele factor is die op allerlei manieren in jullie wereld aanwezig is, maakt dat het je misschien gemakkelijker om te proberen hem in jezelf te ontdekken.

Ieder van jullie is voortdurend verwickeld in een Nee-stroom. Het gaat er niet om welke sterker en welke zwakker is, maar of hij al of niet opgespoord en geobserveerd wordt in al zijn manipulaties. Als je een sterke Nee-stroom hebt, ben je er meer van bewust en daardoor wordt hij minder sterk. Dat maakt hem minder schadelijk dan een schijnbaar zwakke Nee-stroom. Deze is traag en koppig, heeft de persoonlijkheid onopgemerkt in zijn greep en is daardoor des te schadelijker. Zo'n zwakke Nee-stroom is het moeilijkst op te sporen vooral als de Ja-stroom sterk is. Ga daarom alsjeblieft aan de slag, vrienden, om je Nee-stroom op te sporen. Hoe ziet hij eruit en welke misvattingen liggen er aan ten grondslag?

Je onbewuste spreekt voortdurend. Het spreekt zonder dat je het hoort, zodat je er niet mee in gesprek bent en daarom ontgaat je een belangrijk facet van je werk. Je zoekt zo vaak naar intellectueel begrip van oude misvattingen en ziet daarbij de gestage Nee-stroom over het hoofd en daarmee alles wat deze teweegbrengt. Bij je zelfonderzoek moet dit de grootste nadruk krijgen. Als je dagelijks wat tijd aan deze uiterst belangrijke zaak besteedt, zullen de resultaten geweldig zijn.

- 1) Vraag jezelf af: Wat wil ik nu? Waar ben ik ontevreden over? Wat zou ik graag anders willen?
- 2) Hoe graag wil ik dat?
- 3) In welke mate is er iets in me dat het niet wil? Ben ik er bang voor? Om welke reden zeg ik er nee tegen?
- 4) Als deze Nee-stroom bestaat ten aanzien van juist datgene waar ik naar verlang, moet deze ook in mijn werk op het pad bestaan. Hoe uit hij zich daar?
- 5) Hoe kan ik de verschillende verschijningsvormen van de Nee-stroom in mijn dagelijks leven ontdekken?

Als je deze vijf vragen duidelijk formuleert en naar waarheid probeert te beantwoorden, zal je werk op het pad heel dynamisch zijn en zal je vooruitgang je verbazen en verheugen. Maar ook hier kan het ware antwoord op deze vragen niet in één keer gegeven worden. Gestage waarneming, woorden geven aan vage gevoelens en meditatieoefeningen blijven nodig. Geloof niet dat wat je nu vindt voldoende is en geen verdere aandacht behoeft. Het moet continu bekeken worden. Alleen dan zal het langzaam aan kracht inboeten. Elke waarneming kan een dieper en ruimer inzicht met zich mee brengen.

Zoals je weet, is het van wezenlijk belang om heel rustig en ontspannen te zijn in deze momenten van zelfconfrontatie. Als je daar moeite mee hebt en je te gespannen, te afgemat en ongeduldig voelt, met een gevoel dat je iets mist dat belangrijk is zonder te kunnen zeggen wat, kun je er zeker van zijn dat dit een typische uiting van de Nee-stroom is. Deze laatste zorgt ervoor dat je niet rustig wordt en dat je niet naar jezelf luistert. Als je dit kunt erkennen en rustig tegen jezelf zegt: “Ik ben te zenuwachtig en gejaagd om me te ontspannen en dit onderdeel van het werk te doen, dit is kennelijk de Nee-stroom, die me afhoudt van wat ik eigenlijk wil”, zal je rusteloosheid afnemen omdat je in de waarheid van het *nu* bent. De volgende stap zal gemakkelijker zijn. Dan kun je de Nee-stroom in werking zien: hoe hij reageert en jou laat reageren als je aan je probleem probeert te werken. Als je dit blijft waarnemen en op een ander moment ziet hoe de Nee-stroom zich misschien op een heel andere manier manifesteert, maar rustig blijft kijken,

met alle intense, gerichte aandacht die je op kunt brengen, zullen je inspanningen zeker met succes bekroond worden, zodat je tenslotte het meest destructieve in jou en in jouw leven kunt opruimen. In plaats daarvan haast je je in je vluchtige fantasieën dikwijls voorwaarts naar een ververwijderde perfectie, terwijl je daaronder hiervoor juist bang bent en dus over het hoofd ziet wat je in de weg staat.

De Ja-stroom moet de Nee-stroom waarnemen. Laat dit je motto zijn! In de mate waarin je dit lukt en je met je eigen onbewuste communiceert en de taal ervan begrijpt, in die mate leg je een verbinding met een dieper, wijzer deel van je onbewuste. Dit zal tenslotte de leiding nemen en je door alle fasen van je leven heen leiden, ook daar waar je tot nu toe geen succes gehad hebt. Dit deel moet je voortdurend voorzien van nieuwe kracht, creatieve energie, vindingrijkheid, harmonie. Maar dit kan alleen als je geleerd hebt je bewust te worden, waar te nemen en te ontcijferen waar het onbewuste verward en destructief is. Als je dit kalm en objectief leert doen, zul je niet alleen leren hoe je bewust met het constructieve deel van jouw onbewuste kunt communiceren, maar je zult ook *bewust* met het onbewuste van andere mensen omgaan. Dit betekent heel wat, vrienden.

Je bent dan de waarheid gaan ontdekken van wat ik steeds weer zeg, namelijk dat alle mensen elkaar voortdurend op onbewuste niveaus beïnvloeden. Deze onbewuste communicatie bepaalt de relatie. Maar als je dat niet in de gaten hebt, niet in staat bent om te vatten wat er gaande is, blijf je in de lucht hangen. De mens begrijpt vaak niet wat er in relaties werkelijk gaande is en kan zichzelf niet verstaanbaar maken. Als je daarom het onbewuste van anderen bewust leert waarnemen en de wisselwerking tussen jou en hen begrijpt, zul je een revolutionaire bevrijding ervaren. Deze drempel is werkelijk van vitaal belang voor je ontwikkeling. Als het zover is zul je zien dat dit fenomeen met geen pen te beschrijven is. Het lijkt alsof een donker gordijn wordt opgetrokken. Misverstanden, pijn en angsten bestaan niet langer. Je ziet dat wat je afschrikt in anderen en je gespannen en afwerend maakt, rustig waargenomen kan worden, op dezelfde manier als je hebt geleerd jezelf waar te nemen. Je zult leren begrijpen wat dit gebaar, die nadruk, die uitdrukking, dat gedrag, deze manier van spreken, die gespannen spier, betekenen zonder dat de betreffende persoon het zelf weet. Je hoort, ziet en merkt wat de ander werkelijk wil, wat hij wil zeggen ondanks zijn vermomming, waar hij zich achter zijn bewuste houding en façade door laat leiden. Je weet dan wat zijn onbewuste zegt, bij alles wat hij doet. Als je zover bent, heb je niets meer te vrezen. Het is een organische ontwikkeling die niet kan plaatsvinden vóór dat je zo met jezelf omgaat. Zolang je bang bent, mis je het noodzakelijke rustige waarnemingsvermogen

om werkelijk te zien, of dat nu angst is voor wat anderen je kunnen aandoen of angst voor je eigen onbewuste.

In de vorige lezing¹ sprak ik over de angst voor je onbewuste, in verband met de angst voor overgave aan een partner en over de angst voor de dood. Het is deze angst voor je eigen onbewuste die de Nee-stroom zo sterk maakt. Je kunt deze lezing alleen werkelijk begrijpen als je de angst voor je eigen onbewuste onderzoekt. Naarmate je deze angst kwijtraakt ben je beter in staat om de taal van je onbewuste te verstaan. Op die manier lukt het je steeds beter om moeiteloos contact met andere mensen te hebben.

Zijn er nu vragen?”

VRAAG: Als je je bewust bent van je angst voor je verlangens en het verlangen verdwijnt dan omdat je je de angst ten volle realiseert, wat kun je dan doen?

“Het is niet zozeer de vraag wat je kunt doen maar wat dit betekent. Als het verlangen verdwijnt vanwege de angst betekent dat dat de angst niet begrepen is, de misvattingen en onwerkelijkheid van alles wat ermee samenhangt niet wordt gezien. Als dat wel het geval zou zijn, zou je niet bang meer zijn. Je zou de angst niet toedekken maar oplossen. Dit betekent dat nog niet het hele gebied onderzocht is. Er zijn zoveel losse einden. Dit moet nog gedaan worden, snap je?”

VRAAG: Ja, maar ik heb toch nog het gevoel... Mag ik een voorbeeld geven? Ik heb altijd actrice willen worden. Het is niet gelukt, omdat ik bang was dat ik niet zo goed zou zijn als ik wilde en de bijbehorende risico's niet wilde nemen. Nu ik ouder ben, beseft ik dat het nu sowieso niet meer zou kunnen. Het verlangen is er nog steeds, maar de angst ook en ook de wetenschap dat het te laat is.

“Je hebt hier een verzameling betrekkelijk oppervlakkige emoties, reacties en houdingen ontdekt. Dit verlangen, met alles wat eraan vastzit, is een uiting van iets veel diepers. We mogen dit gerust een verschuiving noemen. Het is een uiting van een diepere wens en een diepere angst. Het is onmogelijk om een probleem op te lossen als je je met de verschuiving ervan bezighoudt. Het moet behandeld, gevoeld en ervaren worden in zijn oorspronkelijke uitdrukkingsvorm. Om dit te kunnen, moeten veel belemmeringen, remmingen, de meeste aspecten van de Nee-stroom volledig bewust zijn.

¹ Lezing 123: “Bevrijding en vrede door het overwinnen van de angst voor het onbekende”

Alleen dan kun je de frustratie en de pijn opnieuw beleven, die je als kind hebt geleden, en daarom nog dikwijls lijdt, al is het nu niet meer nodig. Het komt omdat je heel destructieve afweermechanismen tegen deze oorspronkelijke pijn en frustraties hebt gecreëerd. Eén daarvan is een buitengewoon sterke Nee-stroom. Die maakt het zo moeilijk voor je om het hele proces open te leggen en een levendige belangstelling op te brengen voor alles wat een rol speelt”.

VRAAG: Ik begrijp het heel goed. Ik weet dat de verschuiving precies hetzelfde bevat. Ik voel de Nee-stroom.

“Niet helemaal. Het is van wezenlijk belang dat je je er scherper en gedetailleerder bewust van wordt als het zich vertoont in je dagelijks leven, in je reacties, contacten, houdingen en je werk op het pad. Alleen dan zal het mogelijk zijn om door te dringen in gebieden waartoe je bewustzijn tot nu toe niet in staat toe was.”

Vraag: Ik heb een vraag voor een vriendin, die niet aanwezig is. Ze wil weten, wat de metafysische verklaring is van aderverkalking, die de geestelijke vermogens van de patiënt aantast. Waarom gebeurt het? Wat kun je doen om te helpen?

“Het ontstaat door een beschermingsmechanisme in het menselijk lichaam. Het stelt de persoonlijkheid, die zich op de grens van deze vorm van leven en een andere dimensie van leven bevindt, in staat om in de overgangperiode minder te lijden, zowel fysiek als mentaal. Mensen, die vol angst en onzekerheid zijn, hebben psychische pijn. Wanneer innerlijke problemen onopgelost blijven, is - zoals je weet - de angst voor het onbekende erg groot. Je zou het bijna kunnen vergelijken met een vorm van verdoving, die de natuur toedient als het nodig is. Dit is werkelijk een zegen.

Dit is meteen een antwoord op de tweede vraag, omdat, als dit begrepen en in dit Licht gezien wordt, een innerlijke angst zal verdwijnen, die weer door het *onbewuste* van de patiënt zou worden overgenomen. Angsten worden daardoor tot een belasting, vandaar dat de afwezigheid van angst verdere verlichting brengt. Als je je niet langer tegen dit proces verzet maar dankbaar ziet wat het werkelijk is, zul je geen druk op het onbewuste van de patiënt uitoefenen. Dat zal het voor hem gemakkelijker maken zich aan deze verlichting over te geven in plaats van er met schaamte en een slecht geweten tegen te vechten. Dit kan op zeer subtiele wijze gebeuren.

Bewaar alsjeblief de vragen, die spontaan na deze lezingen opkomen. Dat vereist een beetje discipline, maar het is zo nuttig en de moeite waard om op

de hiervoor vastgestelde tijden vragen te stellen en te bespreken. Gedachten en ideeën zijn vaak vluchtig. Tijdens het luisteren of lezen kan een vraag of overeenkomst met je eigen padwerk bij je opkomen. Schrijf even op wat er bij je opkomt. Bewijs alle andere vrienden een dienst door het met ze te delen, en jezelf door een bepaald punt verder uit te werken, wat misschien heel nuttig voor jou blijkt te zijn.

Hopelijk heeft deze lezing, ondanks in wezen veel herhalingen, jullie iets nieuws gebracht, en geeft hij jullie een nieuwe stimulans en nieuwe kracht om jezelf in een geest van vrije waarneming te benaderen. Wanneer je dat moeilijk vindt, loop dan niet over die moeilijkheid heen, maar ga er vanuit dat het je iets te zeggen heeft, dat het een uitdrukking van iets is en kijk wat het je zeggen wil.

Wees gezegend, jullie allemaal, in lichaam, ziel en geest. Wees in vrede, beste vrienden, wees in God.”

*Deze lezing werd gegeven door Eva Pierrakos in 1964
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.) onder de
titel 'The language of the unconscious'
© 2002 Stichting Gemeenschap Het Pad.*