

Zielssubstantie; omgaan met eisen

*1 februari 1963
lezing 111*

“Gegroet, lieve vrienden. Wees welkom, ieder van jullie! Zegen voor ieder van jullie!

Vanavond wil ik allereerst het verschil tussen de gezonde en de ongezonde ziel vanuit een nieuw aspect, gezien vanuit een spiritueel oogpunt, bespreken. Dit kan mijn vrienden opnieuw helpen op hun weg naar een toenemend en diepgaander begrip voor hun verdere ontwikkeling en innerlijke groei.

Wanneer een nieuw kind deze aarde betreedt, is de zielsstof heel erg zacht, heel kneedbaar. Onder deze zielsstof liggen alle mogelijkheden: de talenten, kwaliteiten, neigingen, karaktertrekken en ook de onopgeloste problemen. In overeenstemming met deze mogelijkheden - de positieve zowel als de negatieve - groeit de entiteit op. Deze zachte, vormbare substantie van de ziel is, door zijn aard, zeer beïnvloedbaar. Wanneer het kind tijdens zijn eerste jaren indrukken opdoet, zal de inwerking daarvan in overeenstemming zijn met de onderliggende mogelijkheden. Waar de ziel potentieel gezond en sterk is, zullen zelfs negatieve indrukken geen diepe deuken in de ziel maken. De ervaring wordt geregistreerd en verwerkt door die op te nemen in overeenstemming met de reële betekenis ervan, zodat de persoonlijkheid ervan leert en erdoor groeit, ongeacht of het nu een gelukkige of een ongelukkige ervaring was. Waar de onderliggende mogelijkheden positief zijn, zal de corresponderende zielsstof zo veerkrachtig zijn dat een schijnbaar zeer schadelijke gebeurtenis er, bij wijze van spreken, op afketst. Die zal geen ander merkteken achterlaten dan het profijt van een toegenomen begrip.

Maar in de gebieden waar de onderliggende mogelijkheden uit onopgeloste problemen bestaan, is de zielsstof zo weinig elastisch, dat de

indrukken diepe butsen vormen en in de zielssubstantie gegrift blijven. Als je mijn uiteenzettingen over de vorming van beelden nog eens voor de geest haalt zal het, wanneer je visualiseert wat ik hier nu vertel, gemakkelijker te begrijpen zijn. Wanneer je bij jezelf naar binnen kijkt, kunnen dergelijke visualisaties enorm behulpzaam zijn. Als je ten gevolge van een niet veerkrachtige zielsstof een indruk in je ziel hebt vastgehouden, functioneert je hele systeem overeenkomstig deze indruk, zelfs veel sterker dan in overeenstemming is met de werkelijkheidswaarde ervan. Zoals je weet, wordt de eenmalige gebeurtenis gegeneraliseerd en daarbij verkeerd voorgesteld. Zo wordt een destructief patroon in beweging gezet, wat door het verstand niet kan worden voorkomen zolang de indruk in de zielsstof gegrift blijft en de indeuking niet wordt opgeheven. Dit laatste gebeurt door de helende activiteit van het soort zelfonderzoek waar jullie mee bezig zijn.

We hebben het over flexibiliteit tegenover rigiditeit. Flexibiliteit is het gevolg van een veerkrachtige, elastische, gezonde zielssubstantie. Waar het gaat om rigiditeit zijn er twee verschillende soorten. Tot nu toe hebben we dit feit genegeerd, maar nu zal het jullie helpen het verschil tussen beiden vast te stellen. De ene soort is gebaseerd op de volgende omstandigheden. Wanneer de ziel voortdurend wordt blootgesteld aan deze diepe indrukken die niet verwerkt kunnen worden en die daarom butsen vormen, zodat de indrukken in de zielsstof gegrift blijven, heeft dat een ernstig effect op de persoonlijkheid. Ongunstige omstandigheden creëren een veel ernstiger lijden dan in overeenstemming is met de werkelijkheid. Daardoor lijdt de ziel meer dan nodig is.

Ook gunstige indrukken hebben een uitputtend effect. Jullie hebben mogelijk allemaal wel eens ervaren dat je, wanneer je al te opgewonden bent over een goede gebeurtenis, daardoor van je stuk gebracht wordt. Je bent dan niet in staat de ervaring in je op te nemen, ze blijft je steeds bij en maakt je rusteloos. Het verwerken en verteren ervan is zo'n langzaam proces dat het de inzet van alle vermogens van de persoonlijkheid vraagt om hiermee om te gaan. Op die manier wordt de groei en het functioneren van andere aspecten van de psyche tegengehouden. Met andere woorden, voor het verwerken van een ervaring, wat normaal gesproken slechts een bepaalde hoeveelheid kracht, vermogen, aandacht en inzet zou vragen en zo een deel van die krachten vrijlaat om met andere aspecten van het leven en het zijn om te gaan, zijn nu alle innerlijke krachten vereist om een betrekkelijk onbelangrijk gebeuren te dienen. Het feit dat je blij bent met en

dankbaar voor de gebeurtenis als zodanig verandert niets aan het gegeven dat een onnodige hoeveelheid kracht wordt verspild. Dit schept een onrust met het daaruit voortvloeiende diepgaande effect dat de ziel blokkeert. De psychische krachten volharden in het blijven in de ervaring. Onnodig te zeggen dat dit niet bewust hoeft te gebeuren, maar als je aandacht besteedt aan je innerlijke reacties, zul je zeker ontdekken dat zo'n overdreven preoccupatie bestaat. Het kan zich uitdrukken in intens malende gedachten over een betrekkelijk onbelangrijke gebeurtenis en in het onvermogen zo'n gebeurtenis met emoties en al los te laten, zoals niet kunnen vergeven en vergeten; maar vooral - wat veel subtieler in zijn werk gaat - in 'automatische' reacties die niet passen bij de uiterlijke gebeurtenissen omdat een eenmalige ervaring ten onrechte wordt gekoppeld aan een gebeurtenis van een heel andere aard. Kortom, iets wat je eenmaal beangstigd heeft, is er de oorzaak van dat je opnieuw bang wordt bij een uiterlijke gebeurtenis, die echt niet lijkt op die eerste, maar waarvan bepaalde factoren je doen geloven dat die gelijkenis er is. Zulke automatische reacties, die je bij jezelf bent gaan onderkennen en begrijpen, vinden hun basis in de al te kneedbare zielsstof die niet op een gezonde manier veerkrachtige elasticiteit ontwikkelde.

Daar dit alles - bewust of onbewust - pijnlijk is en de gevolgen beslist verscheurend zijn, zoekt de psyche een remedie. Zulke onbewust gezochte remedies zijn vaak destructiever dan het oorspronkelijke kwaad (zoals bijvoorbeeld in het geval van schijnoplossingen). De verkeerde remedie is in dit geval het creëren van een kunstmatige, beschermende muur om die voortdurende zware druk, die pijnlijke deuken in de zielssubstantie (ervaren als 'overgevoeligheid') te voorkomen. Zo'n muur is hard en broos. Hij staat voelen en ervaren in de weg en veroorzaakt de eerste soort rigiditeit.

De andere soort rigiditeit wordt veroorzaakt door het feit dat de ziel niet in staat is om de ervaring in zich op te nemen, maar er wel aan vasthoudt. Wanneer de inkerving van de ziel zo diep is dat je de ervaring niet kunt loslaten, is het gevolg daarvan dat jouw gepreoccupeerdheid met die ervaring belangrijke factoren van de werkelijkheid buitensluit. Je ziet en taxeert alleen datgene wat je zorgen baart of ontregelt, maar je ziet andere factoren, die van belang zijn om een gebeurtenis in haar volle klaarheid te begrijpen, over het hoofd. Zo'n beperkte visie of subjectieve waardering is onvermijdelijk als de ziel meer lijdt dan nodig is. En zulk lijden maakt een ruimere en

meer waarheidsgetrouwe visie zo goed als onmogelijk. Deze eenzijdigheid en het onvermogen om op een andere manier waar te nemen, vormt de tweede soort rigiditeit. De persoonlijkheid kan alleen omgaan met wat zij onmiddellijk ziet en waarneemt, overeenkomstig het zeer overgevoelige gebied van de al te kwetsbare zielssubstantie. Ieder ander aspect van de situatie of van de andere persoon die erbij betrokken is, wordt erdoor overschaduwd. Als de gebeurtenis voluit in het licht kwam, zou deze heel anders begrepen worden. Maar dit is niet mogelijk omdat je te veel in beslag genomen bent door het pijnlijke effect van de deuk die je zielsstof heeft opgelopen. Als je fysieke pijn lijdt in een bepaald deel van je lichaam, richt je vanzelf al je aandacht op dat gebied, terwijl je andere gebieden veronachtzaamt. Het is hetzelfde proces. Wat dit nog ingewikkelder maakt, is het feit dat we hier te maken hebben met heel subtiele, onbewuste reacties, die slechts op hun waarde getoetst kunnen worden als je voldoende raakt afgestemd op je innerlijke proces als resultaat van een flinke vooruitgang in zelfkennis.

Om kort het verschil tussen de twee soorten rigiditeit samen te vatten: de eerste verdooft het voelen en ervaren; de laatste kleurt visies en ervaring dermate dat de waarneming van de realiteit in hoge mate beperkt wordt. Het komt vaak voor dat de waarneming van de realiteit sterk beperkt is. Het komt ook vaak voor dat mensen beide soorten rigiditeit hebben, afwisselend of gelijktijdig, waarbij de een de ander overlapt, de een door de ander wordt veroorzaakt. Maar vaak is een van beide overheersend. Wanneer dat het geval is, is dat betrekkelijk gemakkelijk te herkennen. Als het tweede type, dat ik hier heb uitgelegd overheerst, komt dat dikwijls tot uiting in het voortdurend ingaan op details en door het alleen maar zien van bepaalde facetten van andere mensen en situaties, die op zichzelf juist zijn, maar een onvolledig beeld geven omdat andere factoren over het hoofd worden gezien. Dit kan eveneens slaan op je houding tegenover mensen en situaties waarbij je slechts zijdelings betrokken bent. Maar vanwege het gebrek aan veerkracht van je zielssubstantie, ben je zo door deze manier van reageren geconditioneerd dat je niet anders kunt, ook in situaties waarbij je niet persoonlijk betrokken bent. Zo'n overmatig vormbare zielsstof maakt het je onmogelijk je aan te passen aan de steeds veranderende toestanden en omstandigheden. Die kun je niet zien en op hun juiste waarde schatten, want je bent er helemaal op ingesteld alleen te reageren vanuit de directe indruk die op je zielssubstantie is gemaakt. Dit weerhoudt je ervan in de voortdurende

stroom van het leven, in waarheid en in de werkelijkheid te zijn. Om dit mogelijk te maken moet je zielsstof de gezonde elasticiteit hebben om gebeurtenissen snel te kunnen opnemen, overeenkomstig hun werkelijke betekenis.

Ik hoef niet te zeggen dat de zielssubstantie niet gezond gemaakt kan worden door een wilsgedaan. Alleen het vinden en veranderen van misvattingen, van schijnoplossingen en vervormingen kan dit teweeg brengen. Om dit proces te vergemakkelijken is het heel belangrijk dat je innerlijk de gezonde en ongezonde reacties van je zielssubstantie in dit licht waarneemt. En eveneens dat je de twee soorten rigiditeit herkent. Als je het verschil tussen die twee in jezelf voelt, zal je dat erg helpen. Zij voelen verschillend aan, hebben als het ware een verschillende smaak. Zoals eerder aangegeven, kunnen beide bestaan. De ene kan een tegenactie zijn van de andere. Vandaar dat je in dit werk misschien als eerst de broze muur van je rigiditeit aantreft. Verwacht dan niet dat je de gezonde flexibiliteit daaronder vindt. Wees erop voorbereid vaak de andere soort rigiditeit te ontdekken, die op het eerste gezicht het tegendeel van rigiditeit kan lijken omdat zij zo ontzettend zacht van substantie is. Maar bij nadere beschouwing kan juist deze zachtheid waaraan de gezonde weerstand ontbreekt, ontvangen impressies niet loslaten. Ze maakt er telkens opnieuw over, wordt voortdurend beïnvloed en beheerst door dingen die eigenlijk alweer verouderd zijn en wordt op die manier rigide. Overdrijving van de waarheid brengt onwaarheid, in beide richtingen. Dit gaat voor alles op en het is al vaak bij veel andere gelegenheden besproken. Ook hier heeft te veel weerstand (de breekbare, 'beschermende' muur) dezelfde gevolgen als te weinig weerstand (overmatige kneedbaarheid van de zielsstof).

Hoe kun je met je leven omgaan als je niet in de werkelijkheid bent? Hoe kun je in de werkelijkheid zijn als een van deze twee soorten rigiditeit bestaat? Hoe kun jij je aanpassen aan de steeds veranderende stroom van het leven, hoe kun je iets objectief beoordelen, in waarheid waarnemen? Dit alles is onmogelijk als jouw zielssubstantie zo gemakkelijk wordt ingedrukt, dat een impressie die voor jou van voorbijgaand belang, van weinig betekenis is, vast blijft zitten en jou je reacties op toekomstige gebeurtenissen voorschrijft en dus het verband tussen de gebeurtenis en jouw reacties vervormt.

Met het voorgaande heb ik jullie een nieuw aspect laten zien van feiten

die al bekend waren. Maar zo'n verruimde visie vanuit een ander gezichtspunt is vaak een zeer behulpzaam element bij het nodige stimuleren van en impuls geven aan het werk op het pad.

Laat ik dit onderwerp beëindigen door kort te beschrijven hoe vanuit ons gezichtspunt een gezonde ziel eruit ziet in vergelijking met een ongezonde. *In de gezonde ziel* is de vorm afgerond, soepel en gelijkmatig. De substantie is flexibel en elastisch - een mengeling van veerkrachtige, gezonde, weerbare zachtheid. Deze combinatie brengt de ideale condities voort om door het leven te gaan met het vermogen tot intens ervaren en het tegelijkertijd in staat zijn een dergelijk ervaren zo snel in je op te nemen dat nieuwe indrukken en nieuwe ervaringen steeds mogelijk zijn.

In tegenstelling daarmee is *in de ongezonde ziel* de vorm bultig, ongelijkmatig, met verharde korsten zoals bij schurft. Zonder die korsten is de substantie, zoals ik al zei, zo kneedbaar, dat het wel een plakkerig deeg lijkt dat alle indrukken vasthoudt en niet in staat is ze af te werpen.

Velen van jullie hebben in de loop van dit werk, ook al is het maar vaag, er wel enigszins zicht op gekregen dat alle ongezonde reacties kunstmatig zijn. Ze zijn veel moeilijker te handhaven en vol te houden dan de natuurlijke reacties. Als je tot dat inzicht komt, al is het aanvankelijk nog maar heel zelden, is dat een beslissende stap naar groei en zelfverwerkelijking. Want op dat moment begrijp je hoe inspannend je schijnbare beschermingen en oplossingen zijn. Hoe veel gemakkelijker, betrouwbaarder en veiliger leidt je natuurlijke wezen je door het leven!

Dat moet je niet verwarren met de weg van de minste weerstand en het toegeven aan je destructieve neigingen. Voordat je bepaalde niveaus van innerlijk weten bereikt hebt, kan zo'n uitspraak gemakkelijk op die manier misverstaan worden. Maar wanneer je deze niveaus eenmaal bereikt hebt door het gestadig voortgaan en de organische groei die dit werk je uiteindelijk wel moet brengen als je volhoudt, begrijp je en ervaar je steeds meer de zekerheid van de waarheid, dat schijnoplossingen inspannend en energieverblindend zijn, terwijl het ervaren van je werkelijke zelf veilig en gemakkelijk is. Ik zeg dit nog eens, omdat ik de neiging zie het belang van zulke vage glimpjes over het hoofd te zien. Denk er alsjeblieft over na als je zulke glimpjes opvangt. Kijk naar het eerste sporadische voorkomen van dergelijke ervaringen, om

de volledige waarde en de diepe betekenis die zij herbergen, te beseffen. Zulke glimpjes van gezondheid zijn vergeleken met de vervormde, kunstmatige, geforceerde innerlijke levenswijzen de beste middelen om je zielssubstantie te helen. Nogmaals, het blijkt weer eens dat het je bewust zijn van ongezondheid leidt tot gezondheid, terwijl het je niet bewust zijn ervan en het verborgen houden verder van gezondheid weg voert.

Nu wil ik graag een ander onderwerp bespreken, hoewel het natuurlijk verband houdt met het voorgaande, zoals alles in de menselijke ziel met elkaar in verband staat. In de loop van dit werk hebben wij dikwijls jullie eisen gevonden en besproken. Ik heb het nu voornamelijk over de verborgen eisen, die in jullie bestaan zonder dat je daar weet van hebt. Na voldoende vooruitgang hebben jullie het bestaan daarvan ontdekt en jullie stonden vaak verbaasd als je erachter kwam hoe dwingend deze eisen aan anderen, aan jezelf, aan het leven eigenlijk zijn. De ontdekking van hun bestaan kostte vaak aanzienlijk veel tijd en inspanning van jullie kant en het was dikwijls schokkend te zien hoe onverenigbaar ze waren met je bewuste denkbeelden over jezelf. Wie zich nog niet ten volle bewust is van deze eisen, doet er goed aan mijn raad op te volgen en wat hij tot nu toe gevonden heeft in dit speciale licht te onderzoeken. In deze specifieke fase zullen jullie ontdekken dat je innerlijk niet in evenwicht bent.

Aan de ene kant stel je buitensporig hoge eisen in de zin van dat je meer van anderen verwacht dan je bereid bent te geven, hoe je dit gegeven misschien ook bedekt houdt door vervangende maatregelen. Aan de andere kant zul je ook ontdekken dat je te bescheiden bent in je verwachtingen. Dit is een logisch gevolg, dat automatisch in je optreedt. Het is gebaseerd op het evenwicht zoeken van de innerlijke wet.

Maar laten we nu een ander aspect van dit thema beschouwen, namelijk de eisen die aan jou gesteld worden. Hoe reageer je als er eisen aan jou gesteld worden? Hoe ga je daarmee om? Laten we er duidelijk over zijn dat jij je misschien net zo min bewust bent van de eisen die aan jou gesteld worden als van de eisen die jij aan anderen stelt. Het feit dat jij je niet bewust bent van eisen die aan jou gesteld worden, wist het effect dat ze op jou en op de specifieke manier waarop jij er innerlijk mee omgaat hebben, niet uit. Het is wel zeker dat je sterk op zulke eisen reageert, hoewel je dat misschien nooit bewust

weet. Daarvoor heb je het grotere bewustzijn nodig dat je aankweekt op een pad als dit, wat je uiteindelijk in staat stelt je bewust te zijn van de eisen die anderen aan jou stellen, en vervolgens van jouw werkelijke reacties op deze eisen.

Mijn advies aan mijn vrienden die intensief studie maken van dit werk, is om enige aandacht aan dit onderwerp te wijden; om speciaal vanuit dit gezichtspunt te kijken naar hun contacten en relaties. Als je vaststelt dat dit zo is - dat je hier of daar voelt dat er een eis aan je gesteld wordt en jij er deze of gene reactie op hebt - dan kun je een stap verder gaan. Ik zal jullie de richting wijzen, hoewel deze achtereenvolgende stappen natuurlijk niet gezet kunnen worden voordat je je duidelijk bewust geworden bent van de eisen die jij aan anderen stelt en van de eisen die anderen aan jou stellen, en hoe je werkelijk op die eisen reageert.

Om je reacties te begrijpen is het van belang ze ook te beschouwen vanuit het gezichtspunt van het eerste deel van deze lezing. Als je zielssubstantie te beïnvloedbaar is, als je meer indrukken vasthoudt dan nodig is - in dit geval, de sporen van andermans eisen aan jou – en als je die niet gezond kunt opnemen en op waarde schatten, en als je niet in het reine kunt komen met het effect dat anderen op jou hebben, dan hebben hun eisen een buitenporig effect op jou. Dan zul je ofwel iets interpreteren als een eis terwijl het dat helemaal niet is en er innerlijk een verdediging tegen in stelling brengen. Of je hebt de neiging je gedwongen te voelen toe te geven aan de meest kinderachtige, ongerechtvaardigde eisen van anderen, omdat je je anders schuldig voelt of bang bent voor onaangename gevolgen. In beide gevallen is het resultaat onvermijdelijk dat je je boos, getart en vijandig voelt. Misschien is niets daarvan op zo'n moment bewust, of verbind je het bestaan van dergelijke emoties niet met het feit dat je reageert op eisen die op die manier aan je gesteld worden. Vaak ben je onbewust zo bang voor eisen of voor jouw dwangmatig toegeven daar aan, zo bang voor wat er zou kunnen gebeuren als je niet toegeeft, dat je er een verdediging tegen opzet. Het is vaak alsof er innerlijk een alarmklok luidt, steeds wanneer er werkelijk of in jouw verbeelding een eis aan je gesteld wordt. Je schuld en angst staan je niet toe je bewust te worden van dit proces en het daarbij met je gezonde verstand te onderzoeken. Zo volgt er van jouw kant blindelings een afwijzing. Deze afwijzing is niet zozeer tegen die eisen zelf gericht, maar tegen de verleiding en de dwang er aan te moeten toegeven, tegen je eigen onvermogen om onderscheid te maken. Door dit verborgen te houden wordt het nog

minder mogelijk onderscheid te maken. Maar ook je gebrek aan zekerheid in jezelf zorgt ervoor dat je niet in staat bent te beslissen en onderscheid te maken. Dergelijke onzekerheid kan op haar beurt alleen maar ontstaan als je integriteit op de een of andere manier beschadigd is.

Om nu weer terug te komen op ons onderwerp van de niet elastische zielssubstantie: een al te grote beïnvloedbaarheid scheidt zo'n afkeer tegen het omgaan met invloeden die van buitenaf komen, dat die uiterlijke invloeden worden afgekapt. Zo kunnen er geen gezonde onderlinge contacten bestaan. Je reacties op de eisen van anderen kunnen je zo bang maken, dat jij je min of meer gaat terugtrekken uit zinnvolle relaties. Wanneer we steeds weer de angst om je ergens toe te verbinden bespreken, wordt het nu heel belangrijk je te realiseren dat die angst niet alleen bestaat als gevolg van je angst voor pijn en teleurstelling, maar ook als gevolg van je angst om met de eisen van anderen te moeten omgaan.

Welnu vrienden, het is belangrijk je bewust te worden van het feit dat overall om je heen eisen worden gesteld. Hoe meer je je ergens in begeeft, des te meer eisen zijn er. Als je, nadat je je er bewust van bent geworden, die eisen rustig beschouwt, zul je zien dat in sommige gevallen andermans eisen buitensporig en kinderlijk zijn. In andere gevallen horen ze bij het menselijk contact en bij de relaties en zijn je angst en weigering ongerechtvaardigd. Dat wijst op een buitensporige eis van jouw kant: je wilt de voordelen van intieme contacten, zonder in de ware zin van het woord te geven, hoewel je misschien op een ander niveau in plaats daarvan veel te veel geeft en op die manier de hele relatie uit zijn evenwicht brengt. Omdat de ander krijgt waar hij (innerlijk) eigenlijk niet om vraagt, worden zijn eisen nog dringender terwijl jij steeds schuldiger en bozer wordt.

Als deze inzichten niet voldoende zijn om ervoor te zorgen dat je in vrijheid kunt omgaan met de eisen die aan je gesteld worden, ligt de sleutel altijd in het feit dat je niet hebt ingezien waar je een buitensporig hoge eis stelt - misschien op een gebied waar je geen zicht op hebt of dat je ontkend en gerationaliseerd hebt. Steeds wanneer je niet kunt omgaan met de eisen van anderen, is het niet voldoende dat feit vast te stellen, hoe belangrijk dat ook is. Het is dan net zo belangrijk er achter te komen waar de verborgen eisen in jezelf zitten. Als je dat uitvindt en verandering aanbrengt in de onredelijke hebberigheid van de kinderlijke eisen, dan zul je er vaardig in worden

heel bevredigend om te gaan met de eisen die andere mensen aan je stellen en kun je op die manier goede, diepgaande relaties in stand houden.

En nu, vrienden, jullie vragen.”

VRAAG: Ik wil graag een heldere definitie hebben van wat de ziel is. Ik denk wel dat het al eens gezegd is, maar als ik een korte omschrijving had, zou dat deze lezing verduidelijken, denk ik.

“Zoals jullie weten bestaan er veel interpretaties van het begrip ‘ziel’ en ze kunnen allemaal heel accuraat zijn. Als ze tegenstrijdig lijken, komt dat omdat woorden te beperkt zijn om een innerlijk proces te beschrijven dat zich in een andere dimensie afspeelt dan de menselijke taal. Daardoor raak je heel gemakkelijk in de war met woorden en verbale verklaringen. Om die reden kunnen hogere dimensies nooit toegankelijk worden gemaakt door mondelinge overdracht maar alleen door innerlijke ervaring, hetgeen op zijn beurt mogelijk wordt wanneer innerlijke dwaling en vervorming worden opgelost. Laat ik het begrip ‘ziel’ uitleggen zoals we het hier gebruiken. De ziel is de som van de totale innerlijke persoonlijkheid: het denken, het voelen, de begrippen, de mogelijkheden, de houdingen, de patronen, de eigenschappen, het temperament, de emoties, de eigenaardigheden - alles wat achter het fysieke wezen ligt. Onopgeloste problemen horen er natuurlijk ook bij. Maar het verbergen van de onopgeloste problemen, de schijnoplossingen en de valse verdedigingen horen er niet bij. Die vormen niet de ziel zelf. Maar de specifieke keuze voor een bepaalde schijnoplossing is een uitdrukking, een manifestatie of een indicatie van de ziel daarachter.”

VRAAG: Is karma dan de herinnering van de ziel aan tevoren niet opgeloste problemen?

“Ik zou niet willen zeggen de herinnering. Karma is het gevolg van alle vorige incarnaties, het is het resultaat dat de ziel heeft voortgebracht.”

VRAAG: Wordt gevoeligheid mede overgedragen?

“Natuurlijk. De gevoeligheid, de waarneming, het vermogen tot ervaren. Al deze vermogens heb je in gradaties. De gevoeligheid van de een kan heel laag zijn, die van een ander heel hoog en dat laatste

kan dan gezond of helemaal niet gezond zijn. Karma is, zoals jullie weten, het resultaat van alles tot aan het huidige moment.”

VRAAG: U kende de ziel eigenschappen van fysieke, materiële aard toe. U schrijft haar rondheid en kneedbaarheid als van een soort fysieke substantie toe. Is de ziel ook te lokaliseren, zoals andere organen in het lichaam?

“Nee, in die zin is de ziel niet te lokaliseren. Het is wel een lichaam, bestaande uit stof die heel veel weg heeft van jullie aardse stof, hoewel niet waarneembaar met je fysieke zintuigen. Zoals jullie weten en vaak gehoord hebben, is het een ‘subtiel lichaam’. Toen ik het over rondheid had, bedoelde ik niet dat de ziel rond van vorm is, als een bal. Het subtiel lichaam, de oppervlakte ervan, kan alle eigenschappen hebben die ik besproken heb. Je kunt dit het best vergelijken met de samenhang van huid en vlees. Alleen kent de oppervlakte van het subtiel zielslichaam veel meer variaties dan de verscheidenheid qua huid en vlees van het fysieke lichaam. De woorden zijn zo beperkt, ik beseft dat ze vaak absurd kunnen lijken, maar dit is de beste manier om het over te brengen. Want ik wil jullie een idee geven van hoe het zielslichaam er ongeveer uit kan zien.”

VRAAG: Mag ik u vragen naar de relatie tussen het onderbewuste en de ziel?

“De ziel *is* de onbewuste geest. Niet alléén de onbewuste geest, maar zeker een deel daarvan. Veel van wat 'van de ziel is', is heel bewust, als je in aanmerking neemt wat ik er over gezegd heb. Maar de onbewuste motieven, de houdingen, drijvende krachten, neigingen, enzovoort, horen ook bij de ziel. Dan zijn er ook nog diepere regionen van het onbewuste zelf, die zich uitstrekken tot het ware spirituele wezen.”

VRAAG: Wij stellen dat onze houdingen de gebeurtenissen in ons leven bepalen. Hoe komt het dat mensen met slechte motieven zo dikwijls alle geluk en succes in het leven verkrijgen? Ik ken zulke gevallen.

“Ik heb deze vraag in een vorige sessies beantwoord, maar ik kan het nog een keer kort opnieuw doen. In de eerste plaats is de visie van de mens zeer beperkt en zijn manier van oordelen steunt op zijn vermogen oorzaak en gevolg onmiddellijk bij elkaar te zien. Wanneer het gevolg

niet onmiddellijk volgt op een oorzaak verliest hij zicht op het verband en is daardoor niet in staat hun onderlinge relatie te zien. Als hij dan niettemin tracht te oordelen, moet zijn oordeel wel onjuist zijn. Het is heel dikwijls het geval dat oorzaak en gevolg in de tijd ver van elkaar verwijderd liggen. Met andere woorden, een mens kan het gevolg ervaren van een oorzaak uit een ver verleden, terwijl de nieuwe oorzaken die hij in werking stelt nu nog geen gevolg hebben, maar pas later. Met de toenemende spirituele ontwikkeling en innerlijke gezondheid en heelheid, komen oorzaak en gevolg dicht bij elkaar. Als zij in de tijd gescheiden zijn, moet er een innerlijke kloof, een verdeeldheid in de ziel bestaan. De algemene ontwikkeling van de ziel, haar vermogen tot groei in deze periode en voor wat betreft speciale ontwikkelingsgebieden, is nog beperkt wanneer oorzaak en gevolg van elkaar verwijderd zijn. Slechts wanneer het groeipotentieel groter is dan de ontwikkeling, liggen oorzaak en gevolg dicht bij elkaar.

Bovendien is er nog een andere overweging in verband met deze vraag. Als de motieven gespleten zijn, wordt het gevolg daardoor beïnvloed. Als iemand bijvoorbeeld, zoals ik in een recente lezing schetste, spiritueel nog zo primitief is dat hij geen geweten heeft, zullen de slechte motieven niet in conflict komen met dat niet-bestaand geweten en blijven zij in eenheid. Zo hebben de slechte motieven een ogenschijnlijk gunstig gevolg. Pas later, als het geweten zich heeft ontwikkeld, zal het schuldgevoel als het ware met terugwerkende kracht een effect hebben en zich manifesteren alsof er van buitenaf een straf werd opgelegd. Als de motieven reeds gespleten zijn - in de zin van een toename van ontwikkeling vergeleken met iemand die destructieve motieven heeft zonder innerlijk conflict - zijn er geen gevolgen. Een kant van de persoonlijkheid heeft [in dat geval] veel hogere normen bereikt dan een ander deel. En ik bedoel niet van buitenaf opgelegde normen, maar ware innerlijke normen. Als dat het geval is, hebben de destructieve motieven niet het verlangde gevolg, zelfs al zijn ze misschien heel bewust. Aan de andere kant zullen constructieve en goede motieven, ongeacht hoe bewust zij zijn, ook geen goede gevolgen opleveren als ze ondermijnd worden door onbewuste destructieve motieven.

Vandaar dat een heel meedogenloos persoon mogelijk geen resultaat bereikt met zijn meedogenloze doelen, omdat een innerlijke stem - waar hij zich volkomen onbewust van kan zijn - de invloed van zijn wil belemmert. Zijn eigen innerlijke ontwikkeling, nog verborgen en

sterk in tegenspraak met bepaalde kanten van zijn wezen, belemmert een onverdeelde wil. Als dat het geval is, heeft een bewuste beslissing om meedogenloos te zijn, geen resultaat. De ziel heeft dan al een nieuw potentieel bereikt. Op diezelfde manier kan iemand die heel erg zijn best doet om goed te zijn, maar niet in staat is met zijn verborgen egocentrische houding en wreedheid (ten gevolge van onderdrukking) om te gaan, de verlangde positieve resultaten niet bereiken. Het zijn altijd de gespleten motieven, het onbewuste deel van de gespleten motieven, die de wil en vervolgens het resultaat belemmeren.”

VRAAG: Hoe verklaart u de functie van drama, mythe en sprookjes in de persoonlijke ontwikkeling van de mens?

“Ik geloof dat de voorgaande lezing deze vraag eigenlijk al beantwoordt. Ik veronderstel dat de vragensteller bedoelt het effect dat mythen, drama's en sprookjes op de mens hebben. Ieder effect van buitenaf hangt af van het vermogen tot opname, van de beïnvloedbaarheid van de ziel. Dat sprookjes, mythen, enzovoort, een goede invloed op een kind, of ook op een volwassene hebben, kun je niet in het algemeen stellen. Het hangt van het materiaal en ook van de interpretatie af. We kunnen alleen een jong kind beschouwen, want als iemand volwassen is, is het zijn eigen zaak een indruk te benutten en in zich op te nemen. Hij is niet meer afhankelijk van interpretatie door anderen. Maar een kind is afhankelijk van de uitleg die de omringende volwassenen hem geven. Die interpretatie vindt niet eens zozeer door de verwoording plaats, maar door de sfeer die van hen uitgaat. Gevoelens van volwassenen hebben een veel grotere invloed dan hun woorden. Wat zij er werkelijk van begrijpen, zal op het kind overgebracht worden. Als een schijnbaar wreed sprookje of een wrede mythe letterlijk wordt genomen, zal een deel van de ziel dat toch al gekwetst is natuurlijk negatieve indrukken en invloeden ondergaan. Gezonde zielssubstantie zal niet op dezelfde manier negatief reageren bij verkeerde interpretaties. Ook valse mythen hebben er geen negatief effect op. Want niet alle mythen zijn waar. Onware literatuur of andere invloeden, evenals verkeerd begrepen en verkeerd geïnterpreteerde ware invloeden, hebben alleen effect waar de ziel reeds gekwetst is. Wanneer de ziel gekwetst is en dan ware verklaringen ontvangt of ware invloeden ondergaat, wordt die ziel een kans gegeven om dergelijke helpende invloeden in zich op te nemen. Of ze dat wel of niet doet, hangt van de persoon af.”

VRAAG: Ik zou graag van u vernemen wat volgens u het onderscheid tussen gevoelens en emoties is.

“Er is een verschil tussen die twee. Een manier om dat verschil te beschrijven zou kunnen zijn dat een gevoel dieper geworteld en blijvender is. Maar dat impliceert niet dat gevoelens niet veranderen. Ik bedoel niet dat een gevoel permanent in tijd is, maar in hoedanigheid, in duurzaamheid, in karakter, in wezen. Een gevoel kan eigenlijk sneller in tijd veranderen dan een emotie en is toch in wezen blijvender. Dit is erg moeilijk uit te leggen en om het te begrijpen moeten jullie dit eigenlijk met je innerlijke vermogens waarnemen. Een emotie is veel oppervlakkiger, hoewel ze door omstandigheden langer vastgehouden kan worden, zoals in deze lezing besproken is. Toch heeft een emotie een minder blijvend karakter, ook al kan ze in tijd langer duren. Een emotie komt uit oppervlakkige omstandigheden in de ziel voort. Reacties en responsen gebaseerd op opgelegde wijzen van omgaan met het leven, niet voortkomend uit de echte mens, zijn emoties. Het ware zelf zendt gevoelens uit. Daarom heeft een gevoel veel meer substantie. Dit is niet te bepalen aan de hand van de kennelijke waarde van het gevoel of de emotie.

Je kunt een onplezierig gevoel hebben dat toch gebaseerd is op waarheid, op werkelijkheid. Een emotie is gebaseerd op een subjectieve innerlijke toestand.

Laat ik jullie een voorbeeld geven: stel je voor, je voelt een schadelijke, negatieve kwaliteit in iemand anders of in jezelf. Als die kwaliteit werkelijk een feit is, heb je met een gevoel te maken, ook al is dat misschien een hoogst onplezierig gevoel. Je kunt echter ook dezelfde gewaarwording hebben, maar dit feit niet voelen omdat je niet louter waarneemt wat er is, maar bang, achterdochtig, schuldig of wrevelig bent, omdat er een beeld of een schijnoplossing in je aan het werk is. Dezelfde juiste waarneming brengt in dit geval een emotie teweeg. Als je het gevoel niet opzij drukt, ga je zien dat je een sterke intuïtie hebt, hetzij omtrent jezelf, hetzij omtrent iemand anders. Als je een emotie niet opzij drukt - en dat moet je ook niet doen, noch met emoties, noch met gevoelens of met wat dan ook - dan ga je de factoren in jezelf herkennen die je subjectief maken, die je vervormen en die je uit de werkelijkheid halen. Kortom, je zult alle blokkades zien die gevoelens en intuïtie in de weg staan. Een gevoel reageert altijd op een werkelijkheid, hoe tijdelijk de betreffende werkelijkheid, zoals die nu

bestaat, ook maar mag zijn.

Laten we nu een gunstige of plezierige emotie onderzoeken. Bevredigde ijdelheid, hebzucht of trots kan een prettige emotie voortbrengen. Of, om een stap verder te gaan, zelfs een gegeven dat correct wordt waargenomen maar op een persoonlijke manier gebruikt wordt, brengt een emotie voort, niet een gevoel. Gevoelens zijn gebaseerd op objectiviteit, emoties op subjectiviteit. In beide gevallen kunnen ze plezierig of onplezierig zijn. In het taalgebruik worden ze dikwijls door elkaar gehaald. Men spreekt van ‘emotionele rijpheid’ of ‘emotionele betrokkenheid’, of over ‘het uiten van emoties’ terwijl er net zo goed gevoelens bedoeld worden. Maar de woorden doen er niet zoveel toe, zolang je het wezen ervan maar begrijpt.”

VRAAG: Begrijp ik het goed dat alles hetzij een gevoel, hetzij een emotie kan zijn? Angst bijvoorbeeld?

“Ja, dat klopt. Maar, vrienden, mijn advies is: probeer er geen etiketten op te plakken. Dat is altijd een gevaarlijke werkwijze. Als je iets onmiddellijk een naam geeft ter onderscheiding van iets anders, sluit je eigenlijk een deur naar verder begrip. Probeer er liever mee om te gaan als het opkomt. Probeer het te begrijpen, te zien of het wel of niet gebaseerd is op objectieve of op persoonlijk gekleurde, subjectieve factoren.

Mogen deze woorden jullie weer helpen naar dieper en ruimer begrip. Mijn liefde en mijn hulp gaan naar ieder van jullie. Zegeningen en hulp worden verleend aan ieder van jullie die de moed en waardigheid, de *menselijke* waardigheid heeft, te willen ontwikkelen, te groeien, te veranderen, die zichzelf uiterst oprecht onder ogen wil zien om deze groei mogelijk te maken. De waardigheid ligt in het feit dat deze poging wordt volgehouden, wat het je ook kost om negatieve aspecten onder ogen te zien of je gekoesterde ideaalbeeld van jezelf aan stukken te zien gaan. Als je dit doet, zul je de vruchten er van plukken. Als je deze prachtige tuin nu onderhoudt door wat er niet in hoort er uit te wieden, zal er onderweg altijd spirituele hulp voor je zijn.

Wees in vrede, lieve vrienden, wees in God.”

*Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1963
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)
onder de titel: 'Soul-Substance; Coping with Demands'.
Laatste herziening van de Nederlandse vertaling in 2018 .
© Stichting Padwerk Nederland, uitgave 2018.*

