

# *Vragen en antwoorden*

- 1) De overgang*
- 2) Energiecentra in de mens*
- 3) Gevolgen van overdracht*
- 4) Doel van een brochure*
- 5) Starre onbuigzaamheid*
- 6) Innerlijke splitsing*
- 7) Beeld van armoede*
- 8) Zichzelf klein houden*
- 9) Werk vinden*
- 10) Een beeld*
- 11) Samenwerking, zakendoen en negativiteit*
- 12) Vreugde leren uitdrukken*
- 13) Gedachten concreet maken*
- 14) Problemen met aanpassing aan nieuw energieniveau*
- 15) Gevoelens volledig omarmen*

*24 maart 1976  
lezing 238A*

"Mijn zeer geliefde vrienden, hier aanwezig. Zegeningen, groeten, liefde. Het woord liefde betekent heel veel meer dan jullie vooralsnog mogelijkwijze kunnen vatten. Liefde is er in oneindig veel schakeringen, er zijn oneindig veel soorten liefde en de diepten van het ervaren van het liefhebben kunnen niet met woorden worden overgebracht. Als je in een staat van liefde verkeert, smaakt het leven anders. Het smaakt dan zoet, opwindend, interessant, en als van goud. Om de staat van liefdevolheid te bereiken, dien je door de staat van liefdeloosheid en vervreemding heen te gaan. Maar jullie krijgen deze ervaring steeds meer, mijn dierbaren, eerst alleen in een bepaalde mate, en beetje bij beetje ontdekken jullie de rijkdom, de wenselijkheid, niet van geliefd zijn - dat is een plezierig en onvermijdelijk bijproduct - maar van liefhebben.

Ik zal nu jullie vragen op dit punt beantwoorden en wellicht de antwoorden richten naar dit einddoel en kijken waar en op welke manier jullie vragen inhouden dat jullie onbewust, onwetend, in dwaling en verward zijn en daardoor niet in een liefdevolle staat. Goed, mijn dierbare vrienden."

## **De overgang**

*VRAAG 1) Ik heb een vraag. Het gaat over het lichaam, in het bijzonder het vrouwelijk lichaam en de veranderingen die het op latere leeftijd doormaakt. Ik verkeer daar nu al enige jaren in en om de symptomen ervan te verlichten, ben ik afhankelijk van pillen. Nu wil ik daar vanaf en het vanuit een ander niveau, zowel vanuit het innerlijk als uiterlijk niveau, aanpakken. Ik zou uw hulp of raadgevingen op prijs stellen.*

"De enige manier waarop je deze symptomen zinnig kunt aanpakken is als je je realiseert dat ze iets belangrijks over jou aan het licht brengen. Elk symptoom is op een bepaalde manier een boodschap. Een mens, op elke leeftijd, beide seksen, gaat gedurende zijn leven door verschillende stadia en elk heeft verschillende fases. Deze fases of stadia hebben als doel dat wat niet bewust is, naar boven te brengen. Met andere woorden, als bepaalde condities in het lichaam, in het uiterlijke klimaat of de uiterlijke omstandigheden moeilijk voor je zijn, dan hebben deze moeilijkheden tot doel om iets in jou wat je moet weten, naar buiten te brengen. In deze specifieke periode van je leven is dat niet anders dan in andere periodes of met gebeurtenissen of uiterlijke omstandigheden. Dus maak jezelf bewust van wat je lichaam jou vertelt.

Je lichaam kan je verschillende boodschappen geven, waarvan sommige in conflict met elkaar kunnen zijn. Enerzijds kan je lichaam een staat van levendigheid verlangen die je het onthouden hebt. Dit kan zich voordoen als een periode van hyperlevendigheid. Als je deze levendigheid afwijst, zal die zich meer opdringen. Als je deze levendigheid, al kan het in het moment onplezierig zijn, door je heen laat gaan en er niet bang voor bent en deze niet afwijst, zul je in contact komen met gevoelens die je eerder hebt afgewezen. Als deze afwijzing van je gevoelens niet had plaatsgevonden, dan hoefde je deze verschijnselen ook niet tegen te komen. De veranderingen die normaal zijn, die betekenisvol zijn, die op hun beurt een doel hebben, zouden geen verstoringen in je systeem veroorzaken. Met andere woorden, de verstoring van een verandering in je lichaamsgesteldheid is alleen te verwachten omdat je aanvankelijk de stroom van je eigen gevoelens hebt verstoord. Je kunt deze stroom herstellen, misschien zelfs gemakkelijker, als je deze uitingen tegenkomt en ze als een medicijn gebruikt, alsof ze een boodschap zijn, wat ze inderdaad zijn.

Nu, als we dit probleem, dat je deze vraag deed stellen, relateren aan het thema liefhebben, dan zou het erg gemakkelijk voor je zijn om te begrijpen hoe je de wet van liefde ontkent, in de eerste plaats door niet van je eigen lichaam, je eigen seksualiteit te houden en er bang voor te zijn en het te haten. Door er bang voor te zijn en er een hekel aan te hebben, heb je omstandigheden geschapen waardoor je lichaam in opstand moet komen. Soms blijft dit verzet onopgemerkt, onontdekt. Het

is een innerlijk verzet, maar in bepaalde fasen en perioden in je leven wordt dit verzet opgemerkt. En tegelijk met het niet houden van je eigen lichaam, je eigen gevoelens, je seksuele wezen, maak je het daardoor onmogelijk om werkelijk van de andere sekse te houden. Als je nu manifestaties meemaakt die klaarblijkelijk verstoring voor je zijn, leg dan het verband met hoe je lichaam zich verzet tegen het niet houden van, jouw niet liefhebben ervan en van de man niet liefhebben. Gebruik deze manifestatie en deze boodschap om je gewillig en doelbewust meer te openen voor deze liefde, deze tweezijdige liefde, of je het nu wel of niet direct in de praktijk tot uitdrukking kunt brengen, en feitelijk kunt ervaren.

Op die manier zal de verandering geen verslechtering worden, maar eenvoudig het ervaren van het leven op een nieuwe manier. Elke opeenvolgende fase zal een verbetering ten opzichte van de vorige zijn, als je je daarop richt. Als dit bewustzijn in je wordt ontwikkeld, zul je in een betere in plaats van slechtere situatie komen. Dat is mijn antwoord." *Dank u heel erg. U hebt veel nieuwe gedachten en ideeën toegankelijk voor me gemaakt. Dank u.*

### **Energiecentra in de mens**

*VRAAG 2) Ik heb deze zelfde vraag eerder gesteld tijdens de lezing in Arosa<sup>1</sup> en ik wil hem zo gedetailleerd mogelijk herhalen. Ik wil u vragen om meer te vertellen over de energiecentra van de mens, hun relatie met de energielichamen en de relatie die ze hebben met wat u voor ons beschreef en ons gaf –het concept van de psychische kernpunten.*

"Natuurlijk, je moet je realiseren dat het antwoord op deze vraag hier slechts onvolledig kan zijn, omdat ik alleen op een algemene manier enkele aspecten van de antwoorden kan aanstippen. Maar als hier meer specifieke vragen voortkomen, dan zal ik die ook specifiekere kunnen beantwoorden. In de eerste plaats is het voor de hand liggend dat deze energieën zich in het energielichaam bevinden. Ze treden ook als afspiegelingen in het fysieke lichaam op, maar de feitelijke organen van deze energiecentra bevinden zich in de energielichamen, in alle energielichamen. De fysieke verschijningen van deze energiecentra zijn, in sommige gevallen, de klieren; in andere gevallen is er geen fysiek orgaan dat met de centra overeenkomt. Maar op het fysieke niveau zal het zich simpelweg voordoen als een sterk energetisch brandpunt.

Het volgende wat ik je wil zeggen is dat elke gedachte, elke houding, elk gevoel, elke karaktertrek, zoals ik eerder gezegd heb, een energetische uitdrukking en een energetisch verschijnsel is. Er zijn oneindig veel schakeringen van energetische uitdrukkingen. Om je een heel eenvoudig voorbeeld te geven: de uitdrukking van de wilsfunctie zal een totaal andere energetische uitstraling, kleur, geur, toon, indruk hebben dan andere zintuigen die niet in het fysieke spectrum bestaan, zoals het hartcentrum, het gevoel van liefde of het ontvangende centrum. Dus, met andere woorden, elk centrum heeft op energieniveau zijn eigen realiteit.

---

<sup>1</sup> Lezing 229B 'Arosa lezing' maart 1975

Elk van deze centra wordt heel sterk beïnvloed door het functioneren van de andere centra. Met andere woorden, het is niet mogelijk dat een energiecentrum helemaal onafhankelijk van alle andere centra functioneert. Aangezien elke uitdrukking van de mens altijd een essentieel deel uitmaakt van de totale persoonlijkheid, zal bijvoorbeeld de wil sterk beïnvloed worden door de ontvankelijkheid van de persoon, door de seksualiteit van de persoon, door het vermogen om lief te hebben en te voelen, om na te denken, om onderscheid te maken, door de openheid van geest en de innerlijke geestelijke opmerkzaamheid. En ieder centrum wordt op dezelfde manier beïnvloed door de andere centra, zodat geen twee centra hetzelfde zullen zijn. Als je, laten we zeggen, de wilscentra van twee personen vergelijkt, kunnen zij, zelfs als deze beide wilscentra open en stromend zijn, niet hetzelfde zijn. Zelfs in een perfecte toestand zullen ze niet hetzelfde zijn, omdat er altijd een relatie is tussen alle andere aspecten van een persoonlijkheid.

De complexiteit en de verscheidenheid van mogelijkheden zijn daardoor eindeloos. Je zult hierover nog veel meer ontdekken. Het volstaat nu te zeggen dat de ingeboren 'grond van zijn' van elke persoon zich meestal rondom bepaalde aspecten concentreert, die dan verhoudingsgewijs de andere aspecten beïnvloeden. We denken hierbij nog niet eens aan de vervormingen.

De vervormingen kunnen verschillen, niet alleen qua soort, maar ook qua intensiteit. Zodat ook dat het totale systeem doordringt en beïnvloedt, en dus ook elk centrum. Het kan als het ware niet onmiddellijk duidelijk zijn of elk centrum in orde is. Maar het is desondanks zo dat zelfs als een van de centra, waar die ook voor staat, in de best mogelijke staat verkeert, de verstoring van een ander centrum ook alle andere centra zal beïnvloeden. Dat zal niet altijd merkbaar voor je zijn omdat je een veel fijnere observatie nodig hebt dan waartoe de menselijke waarneming in staat is. Maar nu je dit weet zal het je helpen de verschillen, variaties en wellicht ogenschijnlijke tegenstrijdigheden die je nog niet thuis kunt brengen, te begrijpen.

Wat de psychische kernpunten betreft, ieder centrum op zich is een psychisch kernpunt, op een grovere manier. Maar ook dit bestaat uit vele onderverdelingen en kleinere psychische kernpunten. Beantwoordt dit je vraag?"

### **Gevolgen van Overdracht**

*VRAAG 3) De afgelopen weken heb ik samen met een vrouw aan de Padwerk brochure gewerkt. Vanochtend zijn alle vergrotingen en afdrukken uit mijn auto gestolen. Het was het enige wat uit mijn auto gestolen is, ondanks het feit dat mijn hele auto bijna totaal overhoop is gehaald. Ik voel pijn en frustratie en heb een gevoel van knagende schuld en verantwoordelijkheid. Op de een of andere manier kan ik geen specifieke verbanden leggen. Ik zou het erg waarderen als u me een richting kunt aangeven, opdat ik die in verband met elkaar kan brengen.*

"Ten eerste wil ik je zeggen dat dat gevoel van knagende schuld, wat er ook gebeurt of wat je ook doet, altijd al in je bestaat. En het is natuurlijk een van de belangrijkste hindernissen in je leven. Het is buitengewoon belangrijk (en ik zeg dit voordat ik de vraag over de dynamiek van deze gebeurtenis beantwoord, wat ik zo zal doen) maar ik wil eerst tegen je zeggen dat het tijd wordt dat je je schuld als het probleem gaat zien. En actief gaat bidden om die kwijt te raken.

Ik zal in de nabije toekomst, misschien wel de volgende keer, een lezing geven over het belang van jezelf liefhebben en over de ingewikkeldheid om het lagere zelf onder ogen te zien en toch van jezelf te blijven houden, hoe lastig dat voor jullie mensen lijkt te zijn. Je raakt hier verward doordat, wanneer je je lager zelf onder ogen ziet, dit je zelfhaat uitlokt en deze lijkt te rechtvaardigen; als er dus een beroep op je gedaan wordt om jezelf lief te hebben en te eren en eerbied voor jezelf te hebben, dan moet je het bestaan van de problemen en vervormingen en negativiteit wel ontkennen.

Dit is een serieuze hindernis waarmee jullie allemaal worstelen, waarbij jullie allemaal moeizaam een evenwicht vinden. Gaandeweg verwerven jullie deze nieuwe bodem waar je jezelf in waarheid kunt zien – het slechtste in je. Naarmate je dit aangaat zul je merken dat hier meer zelfwaardering uit voortkomt. En je hebt ook een zekere mate van zelfwaardering nodig om van jezelf te houden

Wat betekent dit schuldgevoel? Het betekent in werkelijkheid dat je niet accepteert dat je een feilbaar onvolkomen mens bent. Je bent hier gekomen met de taak om alles wat onvolkomen in je is te zuiveren. Dan is het wel zo gemakkelijk als je je gebreken kunt zien zonder je evenwicht en zonder je bestaansgrond en je wezenlijke goddelijkheid te verliezen.

Nu zal ik de eigenlijke vraag beantwoorden en trachten wat licht te werpen op de dynamiek waarmee we hier te maken hebben. Wat ik zal zeggen zal waarschijnlijk niet geheel en al nieuw zijn. Jullie zullen waarschijnlijk allemaal, tot op zeker hoogte, een zeker bewustzijn hebben over de vele tegengestelde gevoelens die bij alle betrokkenen een rol spelen. Om enkele van deze gevoelens te noemen: er wordt bijvoorbeeld betwijfeld of dit eigenlijk wel zou moeten gebeuren. Sommige twijfels hebben te maken met het niet willen uitnodigen van meer mensen op dit Pad. Het maakt je bang, onbehaaglijk en ongemakkelijk.

Er is nog een element in deze twijfel aan het uitbrengen van deze brochure. Omdat er natuurlijk nog een behoorlijke hoeveelheid ego en trots aanwezig is in wat je naar buiten wilt brengen, voel je je beschaamd over deze trots en tegelijk met deze schaamte verlies je je visie. En je gelooft dan dat dit iets zelfzuchtigs moet zijn om trots op te zijn. Nu zullen deze gedachten wellicht niet zo helder zijn, maar er is op de een of andere manier in de eerste plaats een vaag gevoel van tegenzin, verlegenheid, aarzeling of zelfs schuld omdat je dit doet. Je doet alsof het Centrum schuld zou hebben aan deze trots, eenvoudigweg door dit te doen. Je vergeet dat, ook al maken negatieve beweegredenen er deel van uit, iets niet slecht hoeft te zijn.

Een ander aspect van negatieve gevoelens hierbij zijn de sterke, nog bestaande, gevoelens van overdracht die vele tegengestelde emoties veroorzaken: zo wil je aan de gezagdragers bewijzen hoe goed en gevorderd je bent, dat jij iets weet wat zij nu nog niet weten. Je wilt bewijzen dat je de meerdere bent. Samengaand hiermee zijn er gevoelens van onderlinge wedijver. Samengaand met dit gevoel van de behoefte om indruk op gezagdragers te willen maken, omdat zij zo belangrijk voor je zijn, heb je natuurlijk (en dat is niks nieuws) haatgevoelens jegens hen. Je wilt het hen niet geven. Je wilt het van hen weg houden. Waar je het idee hebt dat je de macht hebt hen iets te kunnen geven wil je hen straffen door het hen niet te geven. En je geeft hen die macht omdat je wilt dat zij jou iets geven.

Ik heb het tegen jullie allemaal die hierbij betrokken zijn. Het belang dat jij aan hen toekent, maakt je eveneens heel erg kritisch jegens hen. Vanuit je kritisch-zijn moet je er bang voor zijn dat zij jou eveneens zullen bekritisieren in wat je laat zien. Je kunt dus aan deze korte schets van conflicterende gevoelens zien hoe gecompliceerd en krachtig de onderliggende gevoelsstromen zijn, die je bijna zouden doen wensen en ze doen dat ook, tenminste in zekere mate, dat het helemaal niet doorgaat zodat je al de dingen waar je bang voor bent niet hoeft mee te maken. Zaken zoals dat je niet goed genoeg zou zijn, dat de ander misschien beter is, dat je wordt bekritiseerd, dat ze je trots vinden, dat als het goed gaat het teveel mensen zal aantrekken en als het slecht gaat je de kritiek daarover niet kunt verdragen. Je haalt jezelf onderuit. Je schept een tegenstroom die de stroming stillegt. Dit is niet alles wat hier speelt. Natuurlijk is er een erg creatieve en positieve inbreng en dat is zichtbaar. Maar vertragingen, frustraties en barrières die je tegenkomt zijn geheel en al het gevolg van de wens om niet over de brug te hoeven komen. Wellicht is het niet zo moeilijk voor je om contact met enkele van deze gedachten te maken en er bewust van te worden. Misschien formuleer ik ze niet precies zoals je ze denkt, maar het komt daar min of meer op neer. Is dat helder?"

*Dank u zeer, ja.*

"Ik kan hier wellicht aan toevoegen dat je goed kunt helpen, niet alleen het project maar wat je problemen ook zijn, in het algemeen in het leven - door deze verbindingen te leggen, door je bewust te worden van deze gevoelens en gedachten en verlangens, en het dan te laten gaan, het allemaal los te laten. Dat is vrij gemakkelijk te doen door meditatie, een verbintenis of gebed waarin je je compleet overgeeft aan de wil van God, aan dat wat goed is, om de ego-betrokkenheid met al zijn verschillende en tegensprekende doelen en motivaties en wensen op te geven en gewoon toe te staan dat de goddelijkheid in je het overneemt en je alle ego-aanspraken vergeet. Hoe meer je dit doet, hoe soepeler alles zal verlopen. Geef je persoonlijke trots – bewijzen, kritiek, verwachtingen, wedijver, al dat soort dingen, hoezeer je ze ook rationaliseert – op. Geef je over aan de goddelijke wil en laat het vanuit de innerlijke bron komen. Dat is mijn advies. Ik kan je ook zeggen dat de zegen voor deze onderneming er voor je is en je zult de zegen bespeuren in de mate waarin je besluit om deze hindernissen terzijde te schuiven. En hoe minder je persoonlijke ego erbij betrokken is, des te gelukkiger en gezegender je werkzaamheid, je deelhebben hieraan, zal zijn. Dat is mijn antwoord."

## Doel van een brochure

VRAAG 4) *Ik heb een vraag naar aanleiding van wat zojuist gezegd is. Kunt u me vertellen wat het doel van zo 'n brochure is? Kunt u dat verhelderen? "Is dat niet al duidelijk?" Nee.*

"Ik denk dat het niet weten van het antwoord, duidt op een enorme muur in je omdat het antwoord werkelijk heel erg duidelijk is. Als mensen die geïnteresseerd zijn willen weten wat het is, dan moeten ze heel duidelijke en heel eenvoudige informatie krijgen. Het hoeft niet geheimgehouden te worden en tegelijkertijd moet het ook niet geadverteerd of opgedrongen worden, maar degenen die op natuurlijke wijze met dit Pad in aanraking komen, die er naartoe geleid worden, die ernaar verlangen, hen moet heldere informatie worden geboden. Het niet weten of begrijpen van iets wat zo voor de hand ligt wijst op vele blokkades in je die vooral in de geest aanwezig zijn maar ook duiden op een vervorming in je. Het zou beter zijn als je vragen over je eigen vervormingen zou kunnen stellen of ze zien en er blijk van geven zodat je hulp kunt krijgen.

Ik kan nu wellicht de kracht geven."

## Starre onbuigzaamheid

VRAAG 5) *Ik ben star, onbuigzaam, niet-gevend. Ik rechtvaardig deze houding door de wereld als een harde, wrede en hebbelijke plaats te zien. Ik herken een stem binnenin me die zegt, dat ik erg onbuigzaam, heel erg vasthoudend moet zijn ten aanzien van de belangrijke dingen in mijn leven omdat dit zo 'n wrede plek is. Ik ken deze stem nu al twee jaar, en die zegt: 'Ik heb gelijk, en ik blijf waar ik ben.' Ik ben niet in staat geweest de moed bijeen te rapen om deze stem serieus uit te dagen. Ik zou graag uw hulp krijgen om op een veel diepere laag waar te kunnen nemen en erop te vertrouwen dat de wereld goed en mooi is. Ik zou graag in staat zijn om vanuit mijn ziel te geven en te stromen.*

"Terwijl de kracht zelf zijn weg vindt tot in je hart, je goddelijke kern om het sterker te maken, de donkere lagen van angst, wantrouwen en verkeerd begrip doordringt, terwijl de kracht in je stroomt om je eigen innerlijke stroom naar buiten te doen komen, wil ik tegen je zeggen: onderschat de kracht van liefde nooit. Het is de grootste kracht, die hoger staat en effectiever is dan alle andere krachten of machten in de wereld. Als je liefhebt, kun je de negativiteit van anderen herkennen zonder te gaan haten en jezelf beschermen zonder afweer of starheid. Wanneer je liefhebt kun je Nee zeggen zonder een schuldgevoel. Je misvatting is dat wanneer je in een staat van liefde bent, wanneer je liefhebt en open en stromend bent, je niet het recht hebt om Nee te zeggen of dat je verblind wordt. Dat is een specifieke misvatting waar je in het bijzonder vraagtekens bij moet zetten. Die misvatting komt voort uit je eigen eis die je aan de wereld stelt en die zegt: 'Als je me liefhebt, dan zeg je nooit Nee tegen me.'

Je hebt nu de kracht en de veerkracht om een Nee te accepteren en daarom kun je vrijelijk liefhebben zonder angst voor onderwerping. Dit bewustzijn kun je nu vormgeven en daarvoor geef ik je de kracht en met die verwerkelijking wordt openzijn en liefhebben en vertrouwen helemaal veilig. Ik zie je in deze nieuwe staat. Deze zal, in de mate waarin je hem toelaat, naar boven komen. Je hebt de kracht ontvangen, je bent gezegend."

### **Innerlijke splitsing**

*VRAAG 6): De laatste twee maanden ben ik me bewust geworden van een diepe splitsing in mij. Op een conceptueel niveau kan ik zien waar ik wil dat mijn leven heen gaat en hoe ik wil leven. Ik wil mijn hart openen en leren hoe ik kan liefhebben. Ik wil een instrument worden van licht en geven. Ik wil de Goddelijke wil van God accepteren en in overeenstemming daarmee leven. Maar ik begin ook in te zien dat er op een heel diep verborgen laag een deel van mij is dat mij dit plezier op een boosaardige manier ontzegt, een deel dat gelooft dat het een droom, onbereikbaar, onecht, niet werkelijk is en dat ik het niet verdien. Als ik een glimp van de vreugde en schoonheid ervaar waarvan ik zeg dat ik die wil, maak ik het weer hartstochtelijk ongedaan. Wanneer ik het delen en de gevoelens van liefde in mijn relatie met ..... (de naam van een vrouw wordt door hem genoemd) ervaar, versteent ik en mijn hart bevriest. Ik kan dit innerlijke Nee niet in beweging brengen. Ik bid om het inzicht en de nederigheid en de moed om met dit innerlijk Nee om te gaan. Ik bid om hulp om de werkelijke redenen voor dit Nee in mij omhoog te brengen zodat ik ze tegen het licht van de waarheid kan houden.*

"Terwijl de kracht naar je uitstroomt, zal ik een meditatie verwoorden en ik raad je aan die in de komende tijd elke dag te gebruiken. Je zou deze meditatie vooral werkzaam dienen te maken wanneer je je bewust bent van dit Nee. Met andere woorden, je moet je van dit Nee bewust worden. Nadat je naar het Nee geluisterd hebt, komt dan de volgende meditatie: 'Ik zeg Ja tegen het leven, tegen mezelf, tegen het beste verdienen, tegen het beste geven, tegen het in een staat van vreugde en overvloed, en stromend zijn; ja tegen het geven en ontvangen van liefde, tegen het voelen van de vreugde ervan. Ik wijd mijn leven aan de wil van God, aan de taak waarvoor ik ben gekomen, wat die ook moge zijn, aan het geven van het beste van mezelf; en daardoor verdien ik het beste van mezelf. Ik ben een uitdrukking van God. Ik ben Gods schoonheid, Gods wijsheid en Gods vreugde. Ik kan mezelf toestaan dit te ervaren en ik zal mezelf toestaan dit te ervaren. Hiertoe verbind ik me'.

Het welbewust uitspreken van deze woorden zal een krachtige nieuwe energie voortbrengen waarvan de effecten misschien niet altijd direct waarneembaar zijn. Soms zullen ze dat zijn, maar soms moet je geduldig wachten en erop vertrouwen dat deze woorden hun nieuwe energie zullen verspreiden en nieuw leven in je zullen scheppen. Met deze raad komt de kracht. Heel eenvoudig, op een heel



ontspannen manier zouden deze woorden gemeend en uitgesproken dienen te worden.

De energie zou aan het Ja en niet aan het Nee gegeven dienen te worden. Het Nee moet niet worden ontkend maar het dient te worden gevolgd door het Ja. Daarmee zegen ik je en zeg ik je dat het zo zal zijn. Het moet zo zijn. Het kan niet anders. Je bent op weg ernaartoe. Je hebt de kracht ontvangen."

### **Beeld van armoede**

*VRAAG 7) Opnieuw wil ik u bedanken. U hebt me altijd waarheid verteld en dat waardeer ik. Op dit moment voel ik me gezegend met de overvloed die er in mijn leven bestaat. Toch is er een beeld in mijn zielssubstantie waar ik nog steeds een armoedige wees ben, waar ik me wanhopig en beschaamd voel en niet wil geven en ontvangen, waar ik me gespannen voel alsof ik mijn leven en dat van anderen bedrieg. Ik wil de moed hebben om dit beeld los te laten omdat ik door dit beeld, speciaal in relatie tot de man, neig uitverkoop te houden als ik voel dat hij dichterbij komt: ik denk dan een deel van mijn verstand te moeten opgeven, en een prefrontale lobotomie te moeten ondergaan, zoals mijn moeder. Of ik moet geld geven of een deel van mijn ziel verkopen. Op deze plek is het moeilijk voor me om vertrouwen te hebben in mijn eigen schoonheid en vermogen om lief te hebben. Ik bid om me over te kunnen geven aan mijn vermogen om lief te hebben. Ik wil in staat zijn om de man, de mensen met wie ik werk, mijn kinderen en anderen, lief te hebben. Ik wil mijn kwesties loslaten.*

"Je bent je gaan realiseren hoe weinig je van jezelf houdt en je jezelf waardeert - dat was heel diep in je verborgen en geheim. Dit is hier werkelijk de kern. Naarmate je eerlijker en meer liefhebbend wordt, kun je meer van jezelf gaan houden. Naarmate je meer van jezelf houdt, kun je anderen ook meer lief te hebben en eerlijker zijn. Het werkt naar twee kanten. En zover ben je nu gekomen. Begin op een nieuw niveau in je ontwikkeling. Veel van de obstakels heb je overwonnen, daar ben je als het ware doorheen gegaan. Je hebt dit donkere geheim, waar je zo verschrikkelijk bang voor was, ontdekt.

Dus nu kun je op een nieuw niveau, op een nieuwe manier, op een veel rechtstreekse wijze en meer direct je vermogen om jezelf en anderen lief te hebben, activeren, en je ervaring van vervulling en wederzijdse liefde visualiseren. Als je er oprecht in gelooft, niet doet alsof maar eerlijk bent, dan zul je het op het diepste niveau creëren. Zo zul je je staat van innerlijke gecentreerdheid en innerlijke werkelijkheid creëren. Daarvoor komt [nu] de liefde door. De kracht stroomt te voorschijn. Je hebt ontvangen zoals je hebt gegeven en je hebt verbonden. Je bent gezegend."

### **Zichzelf klein houden**

*VRAAG 8) Ik heb een nieuwe baan geaccepteerd waarin ik veel verantwoordelijkheid heb en op een creatieve manier moet geven. Het is precies waar*

*ik lange tijd naar heb uitgekeken. Ik heb het gevisualiseerd en nu gebeurt het. Deels voel ik me opgetogen en gelukkig maar een ander deel is in een staat van opperste paniek. Als ik op deze manier in paniek raak, bevries ik helemaal. Dan heb ik het gevoel niets meer te kunnen. Mijn lagere zelf wil me werkelijk klein houden. Ik wil nooit bekritiseerd worden. Ik wil helemaal nooit fouten maken en ik wil er niet voor vechten, knokken. Toch voel ik dat ik op het punt sta van een verandering in mijn leven. Ik zou graag de kracht ontvangen om te leren mezelf te vertrouwen. Ik wil in staat zijn mijn gevoelens, intuïtie en creativiteit te vertrouwen. Ik wil in staat zijn om mijzelf open en eerlijk uit te drukken.*

"Terwijl de kracht nu wordt gegeven, stel ik voor dat je je verbindt tot de volgende eenvoudige verklaring en deze in beknopte woorden elke dag uitspreekt: 'Ik ben bereid het beste in mij te geven. Ik vraag geen speciale voorrechten waardoor ik de worsteling van groeien en geven vermijd. Ik heb de nederigheid om menselijk te zijn, om fouten te maken en ik vertrouw op mijn vermogen om daarvan te leren en het beste van me te geven aan mijn dagelijkse taak in mijn werk, mijn relatie, mijn huwelijk en tenslotte niet in het minst op mijn pad en aan de Goddelijke wereld. Ik buig me voor deze hogere wil en zal deze volgen en vertrouwen'. In de mate waarin je dit meent zal het elke dag gemakkelijker en vreugdevoller worden. Wat nu beangstigend lijkt, zal oplossen omdat de angst alleen een uitdrukking is van je negatieve intentie.

De positieve intentie die hier wordt uitgedrukt, zal sterker worden en je (kleine) persoon volledig overnemen. Dat is mogelijk door je besluit. Bedenk hoe simpel dat is! Je kunt eenvoudigweg besluiten dat dat de manier is waarop je het wilt laten zijn. Het ontdekken van je lagere zelf geeft je de kracht om de andere weg te kiezen, niet de weg van het lagere zelf maar de andere weg: de weg van eerlijkheid, van realiteit, waarheid, rechtvaardigheid, fatsoenlijkheid en op die manier kun je niet verkeerd gaan.

In de mate waarin je jezelf met deze houding, met deze manier van leven verbindt, zal alle angst verdwijnen en de nieuwe ruimte zal steeds comfortabeler worden. Het zal je eigen bekende thuisbasis worden, vanwaar uit je, voor jezelf en voor degenen die je liefhebt, betere en plezieriger levensomstandigheden schept. De kracht komt door en verenigt zich met je goede voornemens. Je bent gezegend.

Goed, mijn vrienden, verdere vragen."

## **Werk vinden**

*VRAAG 9) Ik woon nu vijf maanden in de stad en het meest constante en onopgeloste probleem voor mij is geweest om me te verbinden met het krijgen van werk. De afgelopen tijd heb ik in mijn sessies en in mijn groep gewerkt aan mijn onvermogen om te geven, zowel aan mezelf als aan anderen. Ik zie op welke manier dit met mijn probleem om werk te vinden te maken heeft; maar ik voel me erg vastzitten op een*

*plek van waaruit ik mezelf niet toesta te geven. Ik hoop dat u me hiermee kunt helpen.*

"Je moeilijkheid om te geven is een enorme misvatting, die op zijn beurt uit een zekere houding van het lagere zelf is voortgekomen. De misvatting is dat je gelooft dat wanneer je geeft je daardoor misdeeld en arm wordt, dat er niets voor je overblijft; dat mensen misbruik van je zullen maken, je zullen misbruiken en dat je berooid achterblijft. Ben je je bewust van deze misvatting?" *Ja, heel erg.*

"Deze misvatting wordt, als het ware onwillekeurig, constant bekrachtigd zonder dat je nog weet hebt van dit verband — een erg kinderlijke houding in je die alleen maar wil krijgen en geen rekening houdt met degenen van wie je neemt. Ben je je bewust van deze houding?" *Ja.* "Ben je je bewust van het feit dat deze houding je angst om te geven creëert?" *Ik denk het wel.*

"Als je je bewust bent van dit verband, dan heb je de sleutel. Ik ben er niet geheel zeker van dat je je bewust bent van dit verband. Ik weet dat je je bewust bent van beide houdingen maar je ziet niet het oorzakelijke verband tussen de twee; want in dat oorzakelijke verband vind je de sleutel. De sleutel is: 'Omdat ik wil nemen en nemen en nemen en niets wil geven, betekent dit niet dat geven dat altijd inhoudt. In de eerste plaats kan ik besluiten te geven en diegenen te weigeren die hetzelfde doen als wat ik nu doe. Ik heb het recht om zo'n eenzijdige, oneerlijke, uitbuitende houding in anderen te weigeren. En ik geef anderen ook het recht om dat bij mij te doen'. Doordat je anderen het recht geeft om zich niet door jou te laten uitbuiten, zul je beseffen dat jij het recht hebt om je niet door anderen met dezelfde destructieve houdingen te laten uitbuiten. Zie je de logica van deze tweeledigheid?"

*Ja. Dus door deze houding in mij te transformeren, zou ik in staat zijn om meer te geven.*

"Ja. Je zult niet langer bang hoeven te zijn dat als je geeft, je zult verarmen. Waar je wekelijks bang voor bent is mensen tegen te komen die hetzelfde doen als wat jij nu doet. Omdat jij hen niet het recht geeft Nee tegen jou te zeggen, kun je je niet voorstellen dat jij het recht hebt Nee tegen wie dan ook te zeggen. Je denkt als gevend persoon dat je hoe dan ook altijd moet geven, kun je dit inzien?"

*Ja, ik denk van wel.*

"Dit is de sleutel. Je kunt aan die sleutel werken en deze gebruiken in je meditatie."

## **Een beeld**

*VRAAG 10) In verband met de laatste vraag: heeft de verbinding tussen de twee houdingen iets te maken met aantrekkingskracht, een aantrekkelijk beeld?*

"Niet noodzakelijk. Dat zou zo kunnen zijn, maar het is op zichzelf een volledig afgerond probleem of beeld of situatie, zo je wilt. Het kan al dan niet verbonden zijn met andere beelden of houdingen, maar op zichzelf is het een afgerond geheel."

## **Samenwerking, zakendoen en negativiteit**

*VRAAG 11) Mijn vraag betreft het Pad-bouwbedrijf in de stad. In onze samenwerking ervaren we vele aspecten van onze negativiteit. Ik heb gemerkt hoe ik de relatie die ik met mijn vader had, herschep en uitspeel. Hoe ik nu zijn rol als vader in ons bedrijf aanneem, streng en autoritair voor de opstandige en lastige zonen. Ik heb ook gezien hoe ik dat aanmoedig door mijn houding ten opzichte van mijn innerlijke autoriteit door het verraad van mijn gevoelens en mijn behoeften. Onze problemen aan de orde stellen, om verstandige besluiten te nemen, is niet gemakkelijk geweest. We bevinden ons regelmatig in onplezierige en pijnlijke situaties. Als groep vragen we uw hulp om te begrijpen hoe we onze problemen het best kunnen benaderen, en welke specifieke leiding u ons kunt geven om onze negatieve scheppingen in het zakendoen door te werken. We bidden om open te zijn voor dit advies; we willen erg graag groeien en samen leren, in liefdevolle samenwerking als broeders. Dank u.*

"Het bewustzijn dat je hier van je lagere zelf, en van het lagere zelf van alle betrokkenen uitdrukt, maakt het voor jullie mogelijk om je heel snel met iets anders te verbinden en daar uitdrukking aan te geven. Het gebeurt vaak dat je nadat je deze negatieve houdingen hebt gevonden, er onnodig in blijft hangen in plaats van ze meteen op te geven en te bidden om het vermogen ze op te geven. Bijvoorbeeld, als je jezelf de autoritaire vaderrol ziet aannemen, kun je onmiddellijk, zelf en met de groep, mediteren en hem opgeven, terwijl je de woorden uitspreekt: 'Ik wil dit loslaten. Ik heb deze rol niet nodig om me sterk te voelen, om een man te zijn. Mijn mannelijkheid, mijn sterkte, mijn positieve kracht kunnen voortkomen uit echte en goddelijke houdingen, uit mijn bereidheid om me aan de wil van God over te geven, om wat we doen in waarheid, liefde en schoonheid te doen, in de geest van oprechtheid, om het werk ten behoeve van het werk te doen opdat de beloningen zonder schuld ontvangen kunnen worden'.

Door dit uit te spreken, schep je onmiddellijk een ander energiesysteem en op dezelfde wijze kunnen je vrienden dit ook doen, door geen vader van je te maken, niet door te gaan met het spel te spelen en deze woorden te zeggen. Jullie zijn allemaal volwassen mannen, mannen in dienst van een hoger doel, mannen die mooie taken vervullen, niet alleen door het werk dat jullie met je handen doen - ook dat is een goddelijke activiteit of kan het worden, als je het met God bezielt - maar ook door de taken waarin je betrokken bent in deze gemeenschap en in wat er nog op jullie wacht. Schuif de onnodige houdingen die jullie echt ontgroeid zijn terzijde door steeds weer te mediteren – samen en ieder voor zichzelf – en de verbintenis serieus te nemen en om leiding te vragen en de leiding te vertrouwen. De leiding die je een nieuwe houding zal geven waarin je standvastig kunt zijn en toch niet die vaderfiguur; waarin je zult weten wanneer standvastigheid en wanneer toegeeflijkheid op zijn plaats is. De innerlijke inspiratie daarvoor zal komen. Jullie

initiatief, jullie onderneming zal steeds meer gezegend zijn. Je zult de zegeningen die er al zijn gaan opmerken, steeds duidelijker. Dat is mijn antwoord."

### **Vreugde leren uitdrukken**

*VRAAG 12: Mijn leven ontvouwt zich. Ik leer om te geven en lief te hebben en ik heb heel veel dingen in mijn leven waar ik erg gelukkig mee ben. Toch staat iets in mij mij niet toe om het volle plezier van wat ik gecreëerd heb en de volle stroom van mijn gevoelens te voelen. Ik wil uw opmerkingen graag horen en uw hulp vragen hoe ik kan beginnen om de vreugde waarvan ik bespeur dat die in me is zich werkelijk uit te laten drukken.*

"Het komt steeds dichterbij, maar er is nog die betrekkelijk dunne mist, een muur van mist, alsof deze vreugdevolheid, laten we zeggen, door een muur van watten wordt geïsoleerd. Dat komt omdat je er nog steeds aan twijfelt of je het recht hebt dit te verdienen; en tegelijkertijd twijfel je aan je goede wil om je er werkelijk steeds meer toe te verbinden om lief te hebben en Gods wil te allen tijde te volgen. En het ene wordt veroorzaakt door het andere. Naarmate je steviger in die verbintenis staat, zul je ook steviger in de eerbied voor jezelf staan en in je vermogen om plezier en vreugde te aanvaarden – en de muur van watten zal verdwijnen."

### **Gedachten concreet maken**

*VRAAG 13) Ik wil u een vraag stellen over 'Theater in een Koffer'. De afgelopen paar maanden hebben we gewerkt aan het scheppen van een stuk over hoe gedachten zich vertalen in actie. Het is een worsteling geweest op veel niveaus. Het stuk is nog niet af; we zijn er nog steeds mee bezig hoewel we het al wel opvoeren. Ik zou graag weten wat de betekenis van de worsteling voor mij persoonlijk is en voor ons als een groep, in het bijzonder omdat het de eerste keer is dat we aan een stuk werken sinds de kernleden van de groep actief zijn op het Pad. Kunt u ons ook enige leiding geven?*

"De betekenis in jouw persoonlijk geval is heel simpel: Je hebt een vergelijkbaar probleem in de zin van dat je al zekere waarheden kent en er toch verlegen mee bent, onwillig om ze werkelijkheid te laten zijn in je eigen voelende zelf. Het is alsof je terugdeinst voor het je volledig verbinden met je wens om je voelende zelf geheel en al vrij te laten zijn; en dat is de verwerkelijking: de gedachte tot werkelijkheid maken. Je gedachte is er, maar de verwerkelijking niet. Kun je dit zien?" *Ja, dat kan ik.*

"Dat is de betekenis en die weerspiegelt zich, voor zover het jou betreft, in de strijd buiten jezelf. Het is waarlijk dezelfde strijd als binnenin je. Wat je nodig hebt, is de moed om te geloven dat, als je je er volledig toe verbindt om het te willen, het resultaat oplevert. Je deinst terug voor het aangaan van deze verbinding omdat je op de een of andere manier niet gelooft dat je verlangen, je ertoe verbinden om dat te willen, je gebeden hiervoor, resultaat zullen opleveren. Dus wacht je tot er iets

anders gebeurt, wat nooit zal gebeuren, totdat je je tot het volgende verbindt: 'Ik wil met heel mijn hart me vrij en onbelemmerd voelen. Ik wil mijn gevoelens delen, en ik vertrouw erop dat het goddelijke beginsel in mij dit teweeg kan brengen'.

Het is als het lopen op een evenwichtsbalk: deze verbintenis te riskeren als het ware vanuit jouw gezichtspunt het risico te lopen dat het niets oplevert. Dat is het risico om naar buiten te treden en deze verbinding te maken. In werkelijkheid zal het dan, als je vertrouwen hebt en niet ophoudt erin te geloven, natuurlijk gebeuren. Dat is mijn antwoord."

### **Problemen met aanpassing aan nieuw energieniveau**

*VRAAG 14) De laatste tijd is mijn energie erg vreemd. Ik voel me vaak erg ziek. Ik heb het gevoel dat er een kracht in me is die voortdurend probeert te voorkomen dat ik het beste van mezelf geef. Ik heb veel te geven, maar mijn lagere zelf slaagt erin mijn innerlijke autoriteit en wat ik niet kan geven, te ontkennen. Ik verzeil voortdurend in deze toestand waarin mijn vermogens van hun helderheid en creativiteit worden beroofd. Vanavond had ik momenten van verrukking en nu voel ik me weer verkrampt. Ik kom in deze staat waarin ik ernstige twijfels heb, bijvoorbeeld, over mijn pianolessen – wanneer ik pianoles geef. Ik voel me soms een bedrieger. Ik weet niet genoeg. Andere momenten voel ik dat ik werkelijk geef. Ik wil u om hulp vragen omdat het mijn vermogen om te geven echt belemmert.*

"Waar je nu doorheen gaat, is onmiskenbaar een overgang. En overgangen scheppen op de een of andere manier altijd een crisis. In dit specifieke geval zou ik willen zeggen, gaat het niet eens zozeer om het Ja. Op een bepaalde manier is het waar dat het het lagere zelf is, maar dat moet je niet op een zelfbestraffende wijze opvatten. Het is een proces van aanpassing en bekend raken met een nieuw energieniveau. Je hele systeem is hier niet aan gewend en het schept soms een tijdelijke toestand van contractie of lichamelijke verschijnselen. Het is normaal. Duw het niet weg, maar aanvaard het liever met dit begrip en vertrouw erop dat het een fase is waar je doorheen gaat.

Realiseer je dat het op een innerlijk niveau een verandering van energieniveaus is en probeer er verbinding mee te maken. Het gaat om het gewend raken aan een nieuwe innerlijke sfeer, innerlijke staat, innerlijke pulserende werkelijkheid. Laat dit zijn loop hebben. Door jezelf te berispen, ertegen in opstand te komen, maak je het erger. Ga erin mee en vertrouw het. En versterk tegelijkertijd je verbintenis met je hogere zelf. Dat is mijn antwoord. Maak je er geen zorgen over. Het is een natuurlijke fase waar je doorheen gaat."

*Ik veronderstel dat dat ook opgaat voor mijn seksuele moeilijkheden.*

"Ja, het is een nieuw niveau van functioneren dat zal komen, het zal vanuit een ander grondslag gebeuren. Je seksualiteit is tot nu toe bepaald door het duwen en de negatieve kracht van het lagere zelf, die met sadistische en vijandige gevoelens

vermengd was. Ik denk dat je je hier wel degelijk bewust van bent. Je komt nu in een fase waarin je seksualiteit meer in verbinding met je gevoelens van liefde en tederheid zal komen. Het heeft deze staat nog niet helemaal bereikt. Er is angst in je dat je niet kunt functioneren op een nieuwe basis. Het is natuurlijk zo dat de angst zelf een blokkade veroorzaakt. Gedeeltelijk is het ook een aanpassing aan een andere manier van functioneren. Begrijp je dit?" *Jazeker.*

### **Gevoelens volledig omarmen**

*VRAAG 15) Sinds ik de afgelopen maanden openhartiger mijn gevoelens naar de man toe heb geuit, heb ik zo nu en dan een knagend gevoel, ik denk in mijn maag of plexus solaris. Het wordt soms heel sterk. Ik probeer ernaar te luisteren en naar wat het zegt. Ik heb het gevoel dat het op de een of andere manier verbonden is met een frustratie, een eis en een graaien-naar, dat zegt: 'Ik zal het nooit krijgen; ik moet het nu hebben.' Toch merk ik dat ik er niet mee om kan gaan als het gebeurt. Het lijkt het heft in handen te nemen en er komt dan een krampachtigheid over me. Ik wil graag wat hulp bij het omgaan hiermee.*

"Mijn voorstel voor het omgaan hiermee is allereerst dit gevoel *volledig* te accepteren. Je moeilijkheid ontstaat doordat je het gevoel weg wilt duwen, dat is precies de tegenovergestelde weg die je moet bewandelen. Het is nodig dat je het gevoel volledig omarmt, erin afdaalt en het met een open houding onderzoekt; laat het er zijn, in een geest van belangstelling en nieuwsgierigheid, en heb vertrouwen. Vertrouwen dat het eveneens een tunnel is die je alleen maar verder in het licht kan brengen. Hoe meer je tegen het gevoel vecht, des te heftiger zal het gevoel zich in je vasthaken. Hoe meer je erin meegaat en er niet bang voor bent, des te meer het zal overgaan in een ander gevoel dat te dragen is. Dat is mijn advies.

Mijn vrienden, ik heb jullie voldoende gegeven, de kracht wordt nu minder; hij is aan het afnemen. Ik zal eindigen met een specifieke zegening van liefde, van mooie draden van tederheid die jullie bereiken. Want als je met de nieuwe ogen die van binnen ontwaken, met de nieuwe fijngevoelige organen die zich in je openbaren, naar het universum, naar de schepping om je heen kijkt, dan kun je het niet missen, de onmetelijke tederheid die om je heen is, die Gods schepping is, op te merken. Alles wat is geschapen is een uitdrukking van Gods tedere liefde. Word je er bewust van en je zult doordrongen worden van de uitbundigheid van dit gevoel. Wees gezegend, ieder van jullie, geliefde vrienden."

*Deze lezing werd gegeven via Eva Pierrakos in 1976.  
Oorspronkelijk uitgegeven door Center for the Living Force, Phoenicia (N.Y.)  
onder de titel: 'Questions and Answers 238'.  
Laatste herziening van de Nederlandse vertaling in 2017 .  
© Stichting Padwerk Nederland, uitgave 2018.*

