

14 november 1969

Goedenavond, vrienden.

Aan het begin van onze bijeenkomst wil ik u eraan herinneren, dat wij niet onfeilbaar zijn. Misschien een voor u bekende leuze. Maar het is nooit verkeerd iemand erop te wijzen, dat hij zelf na moet denken. Ons onderwerp van heden is:

ANGST

Angst is een eigenaardig verschijnsel. Wij kennen natuurlijk de lichamelijke angst. Dit is een verwarring, onder meer gepaard gaande met verhoogde adrenaline-afscheiding, gebrekkige oriëntatie en verschillende instinctieve reacties. Deze komt zowel bij mensen als dieren voor. Voor de mens wordt de angst echter veel meer bepaald door zijn voorstellingsvermogen: de mens is niet in de eerste plaats bang van bijvoorbeeld een feitelijk onbekend iets. Hij is bang van een voorstelling, die hij zich maakt. En aangezien er nogal wat angsten in de mensenwereld rond schijnen te dolen, lijkt het mij wel juist aan dit tweede aspect van de angst allereerst de aandacht te wijden.

Wanneer ik iets aanvaard heb, bestaat er ondanks deze aanvaarding nog een bepaalde vrees. Voorbeeld: U gaat naar de tandarts toe. U aanvaardt volledig wat die tandarts moet gaan doen, maar toch hebt u een wat onplezierig gevoel. Dit is een normaal verschijnsel. Het blijkt echter dat men in dit geval zijn reacties kan beheersen. Het voorstellingsvermogen weet dat bepaalde onaangenaamheden niet te voorkomen zijn maar realiseert zich ook dat zij overwonnen kunnen worden, dat zij in wezen niet erg belangrijk zijn. Op het ogenblik dat u niet weet wat die tandarts gaat doen kunt u niet werkelijk bang zijn tot de eerste pijn, om dan waanzinnig bang te worden. U maakt zich allerhande voorstellingen omtrent hetgeen de man zal gaan doen met zijn mooie verzameling tangen en andere martelwerktuigen. Het resultaat is dat u niet verder komt dan de deur. De tandarts krijgt u niet te zien voor het te laat is en hij aan u een volledig kunstgebit kan verdienen. Deze reactie waarbij de verwachtingen een grotere rol spelen dan de feite, is kenmerkend voor de angstpatronen van de mens. In de wereld hebben wij met deze soort angst het meeste te maken omdat je als mens steeds weer met grote reeksen voorstellingen en denkbeelden wordt geconfronteerd.

Er zijn mensen die bijvoorbeeld bang zijn voor de atoombom. Daarvoor is natuurlijk wel reden. Maar ik meen dat men door de angst voor de atoombom of op alles wat hiermede te maken kan hebben instinctief en daardoor mede irrationeel gaat reageren. Het weten dat een gevaar bestaat betekent nog niet, dat men moet handelen, alsof een dergelijk gevaar reeds nu werkelijk zou zijn, zeker niet, wanneer men daardoor zijn beheersing en redelijke vermogens voor een deel zou verliezen. Om in een dergelijk geval de angst toch te kunnen onderdrukken - daar men geen andere mogelijkheid ziet om het gevaar te keren - begint men een reeks van acties. Die acties kan je dan weer onderscheiden in het zogezegd vergeten, waarbij men doet of die atoombom eigenlijk alleen maar een woord is - een houding die veel voorkomt bij degenen die niet alleen de bom vrezen maar in het bestaan daarvan ook nog voordelen zien - en aan de andere kant de overdrijving, waarbij men ageert of die atoombom nu meteen het feitelijke einde van de wereld zou betekenen - waarbij je door je voorspellingen, je overdragen van eigen angsten aan anderen, tracht zover te komen, dat je op de duur je eigen angsten in anderen ziet herleven. Men heeft dan het gevoel dat men de angsten van de ander beheerst en lijdt hierdoor niet onder eigen angsten. Het klinkt misschien wel ingewikkeld maar u moet daar toch eens over nadenken.

Een andere reeks voor deze tijd typerende angsten zien wij in het vervangen van de ene onbekende door het andere. Een mens voelt aan dat hij zijn wereld niet aan kan. Hij wil dus bang zijn voor die wereld. Hij voelt echter wel dat hij zich een degelijke angst niet in deze wereld kan permitteren. Dan stelt hij willekeurige regels. Deze regels schrijft hij toe aan een grotere macht toe dan hijzelf is en houdt zich voor dat deze regels belangrijker zijn dan wat

dan ook. Hij stelt dat er wanneer hij zich niet aan die regels zal houden, voor hem ergere dingen zullen gebeuren dan alles wat hij in de wereld vreest. Men ziet dan dat iemand dank zij dergelijke voorstellingen, werkelijk in staat is buitengewone prestaties te leveren en zijn wereldangsten geheel te onderdrukken. Denk aan gezondenen, martelaren en dergelijke. Maar ook mensen in het zakenleven blijken vaak zozeer door dergelijke voorstellingen beïnvloed te worden, zodat zij niet meer doen wat voor een zakenman normaal is: tegenover eenieder rechtvaardig zijn die je niet op de een of andere manier voor enkele procenten extra kunt pakken. Zij scheppen zich een god, stellen dat die god wetten geeft en vrezen de wraak van die god - die in feite voor hen irreëel blijft omdat zij er niet werkelijk en geheel in geloven, schijnbaar meer dan hun eigen wereld en komen zo tot een rationalisatie van hun gedrag. Kortom, zij verdringen vaak de ene angst met de andere.

Wanneer men u vertelt dat het communisme slecht is, zo kan deze stelling vanuit het bij u geldende systeem wel degelijk verklaard worden. Maar vele mensen geloven alleen dat het communisme slecht is om niet te hoeven beseffen hoezeer zij het slechte in hun eigen systeem vrezen. Omgekeerd hoort men bij de communisten om de zelfde redenen dat de kapitalisten zo slecht en verdorven zijn, dat er, wanneer zij de macht zouden krijgen er allerhande verschrikkelijke dingen zouden gebeuren. Misschien gelooft men ook daarin niet werkelijk, maar het is een reden om het slechte van het eigen systeem en de angsten die men daarvoor koestert dan maar te aanvaarden. Men compenseert dus reëel bestaande angsten door het scheppen van niet op de werkelijkheid gebaseerde angsten. Ik geloof dat ook dit facet van de angsten op de wereld zeer interessant is. Misschien dat bij dit alles bij de in de wereld overheersende angsten naast dergelijke oorzaken ook de voorstelling van het eigen ik een grote rol speelt.

De mens is bang voor de dood? Het klinkt wat vreemd, want uit zijn gedrag blijkt steeds weer dat hij voor de dood zelf eigenlijk niet zo erg bang is. Wel blijkt hij bang te zijn voor de veranderingen die die dood tot stand zou brengen. Hij vreest niet de dood zelf maar de pijn, het lijden die daaraan eventueel vooraf zullen gaan en het onvermogen dat daaruit voort zou kunnen komen. Geloof de mens nu te zeer aan zijn belangrijkheid in dit menselijk, stoffelijke leven, dan kan hij niet anders doen dan de angsten compenseren door tegenover de dood een begeerlijk leven in het hiernamaals te stellen. Hij weigert hierbij vaak een leven na de dood te aanvaarden dat een soort voortzetting van het eigen leven op aarde betekenen zou. Begrijpelijk: hierdoor blijven zijn problemen verder bestaan en wordt zijn angst niet opgelost. Men zou dan nog steeds moeten voortleven en eigen onvolkomenheden en de beperkingen van eigen zijn, die men in wezen reeds nu niet kan aanvaarden ook verder moeten verdragen. Daarom scheidt men zich dan veelal een wereld waarin alles in één keer wordt opgelost. Je komt in een wereld waarin je zelf niets meer kunt bepalen. Desnoods word je naar een hemel gebracht of tot een hel gedoemd. Het belangrijkste in dergelijke voorstellingen is wel dat men zelf geen verdere mogelijkheid of verantwoordelijkheid heeft. Alle zeggingschap en noodzaak tot zelf beslissen ontbreekt, een hogere kracht neemt de beslissingen en lost alles op.

Natuurlijk is de vreugde van een hemel begeerlijk en vormt zij voor velen een vervanging van de ongekende mogelijkheid tot vreugde in dit bestaan. Maar zelfs wanneer je tot de hel gedoemd wordt zul je, ondanks je angst eeuwig pijn te lijden, dit toch in wezen prefereren boven het denkbeeld dat je altijd weer tekort zult moeten schieten. Ook dit zal menigeen onder u wat vreemd in de oren klinken. Maar de feiten die wij waarnemen, bevestigen dit toch wel.

De opbouw van angsten aan de hand van de persoonlijkheid moeten wij nog iets nader bezien, daar ook zij een verklaring vormen voor vele verschijnselen in deze wereld: Je leeft. In dit leven leer je bepaalde dingen. Wat je leert op zichzelf hoeft men nog niet geheel te aanvaarden, maar wat je leert, conditioneert je en bepaalt dus wel je gedrag en de vorm van je contact met de wereld buiten je. Wanneer er een andere gedragsnorm, waar of hoe dan ook wordt gehanteerd, is hierdoor niet alleen jouw opvatting bedreigd maar wordt je gehele wezen, de zin van je leven en de regels waaraan je je houdt, ermede bedreigd. Wat je bent en wat je deed dreigt zinloos te worden. En er is schijnbaar voor een mens weinig erger dan deze zinloosheid. Het resultaat is dan ook, dat de mens zicht tegen elke afwijking van het eigen

grondpatroon gaat verzetten - zelfs wanneer hij daarin niet werkelijk gelooft, om zo te voorkomen dat hij het geloof in eigen belangrijkheid en het respect voor eigen bestaan zal verliezen. Want volgens mij vreest de mens niets zozeer als eigen onbetekendheid.

Ook dit is, hoe, waar het ook moge zijn, niet aangenaam om te horen. Er zullen mensen zijn die zich nu afvragen, of zij dan alleen hierheen gekomen zijn om te horen dat zij slechts uit angst voor eigen onbetekendheid zich bezig houden met lege idealen, sociale problemen en de rest. Toch is dit vaak waar. Je wilt nu eenmaal iets betekenen. Gelijktijdig vrees je een maatschappij die je bewijzen kan dat je in feite niets, of veel minder dan je denkt, betekent. Een student wil een reform in zijn onderwijs. Nu zou ik zeggen dat dit als consument van onderwijs zijn goed recht is zolang hij zich ook verder als consument gedraagt en dus een redelijke prijs betaalt voor hetgeen hij verkrijgt. Maar wat is de essentie van deze eisen tot hervorming voor velen? Niet alleen maar het opheffen van een paar mistoestanden, maar het veranderen van de verhoudingen. Want wanneer ik als jonge mens studeer in een wereld waarin leeftijdsgenoten reeds een eigen inkomen hebben en groot kunnen doen terwijl ik nog steeds in grote mate van anderen afhankelijk ben en tegenover onderwijzers sta, zo betekent dit dat ik in wezen nog niet veel meer ben dan een kind. Ik ben dus niet belangrijk. En die belangrijkheid moet ik ten koste van alles hebben. Men vreest niet zo zeer te falen in de studie, als men vreest nu reeds als onmondig of een mens van voorlopig nog mindere kwaliteit te worden beschouwd.

Hier ziet u iets, wat kentekenend is voor deze tijd en iets duidelijk maakt omtrent de angsten die zo vaak regeren. Al heeft de angst altijd wat te maken met eigen wezen of eigen bezit, blijkt hieruit wel, dat dit 'bezit' ook een voorstelling kan zijn. Er is eens gezegd dat alle angst berust op de vrees voor pijn of verlies. Bij pijn betekent de angst in wezen de vrees, de beheersing over eigen wezen in mindere of meerdere mate te verliezen, terwijl verlies betekent dat men zich vereenzelvt met 'bezit'.

Het bezit kan inhouden alles, waaraan wij gewend zijn. De meeste mensen denken dat bezit alleen bestaat uit hetgeen je werkelijk en door anderen erkend hebt. Dit is niet waar. Er zijn bezittingen die jou beheersen of bezitten, daar je daaraan onderdanig bent. Het verlies daarvan zal je in feite niet veel storen. Het leed om het verlies is eerder een psychische kwestie, voortkomende uit voorstellingen die met de werkelijkheid weinig of niet te maken hebben. Er zijn in het leven vele dingen die je als mens voor jezelf onontbeerlijk acht. Wanneer je dreigt die te verliezen voel je dit als een aantasting van eigen levensmogelijkheid. Voorbeeld van die betrekkelijkheid: een millionair die opeens alleen van de AOW moet gaan leven, zal geneigd zijn zelfmoord te plegen of andere gewelddadige maatregelen te nemen, omdat hij het gevoel heeft dat je van een dergelijk inkomen nauwelijks je zakdoeken kunt betalen. Wat meer is: gezien zijn levensgewoonten en vanuit zijn standpunt heeft hij gelijk. Deze angst is gebaseerd op de voorstelling waarin wij leven, plus de angst voor veranderingen in die voorstelling die wij als aantasting van de eigen persoonlijkheid aan waarde ondergaan.

Ik hoop dat u het mij niet euvel duidt wanneer ik op dit punt enkele meer actuele zaken in mijn betoog betrek. Er bestaat op de wereld een grote angst voor vernieuwingen. Het is opvallend dat een land als rood-China, dat is opgebouwd op een voortdurende revolutie, een voortdurende verandering van waarden, een grote angst koestert voor het tot standkomen van een onaantastbaar wordend establishment. De revolutie zelf is de uitdrukking van de machtsvorm waarmee de meesten zich vereenzelvigen en daarmee de basis van hun bestaan. Zodra het gevoel van revolutie en de praktische mogelijkheid aan de verbondenheid daarmee uiting te geven weg zou vallen, zou de volgzzaamheid van de kleinen zowel als het gezag van de leiders daaronder lijden! Dit kan men niet aanvaarden, zodat men steeds weer, wanneer een establishment dreigt te ontstaan op de een of andere wijze een hernieuwing van de revolutie tot stand zal trachten te brengen.

In het Westen, bijvoorbeeld in Nederland, zien wij deze angst in omgekeerde vorm zich uiten. Hier is men bang voor de aantasting van een bestaand establishment. Ook dit is begrijpelijk: het establishment bepaalt de waarde van iedereen. Wanneer een minister tegen de kamer heel rustig, maar diplomatiek zegt: "jullie kunnen mij nog meer vertellen, ik doe, wat ik goed acht",

terwijl de kamer het gevoel heeft dat eigen zetels, stemmenaantal en dergelijke bij een val van het kabinet in het geding kunnen komen, zal men zich niet afvragen of het kabinet misschien verkeerd handelt. Men laat het zitten en neemt liever de vreemdste ontwikkelingen op de koop toe. Dit is, evenals bij de laatste rodewachtersrevolte in China, een uiting van de angst iets te verliezen. In Nederland heeft men de voorstelling, dat men belangrijk is, dat men een groot deel van het volk kan vertegenwoordigen en vermijdt dus alles wat er toe zou kunnen voeren dat men zo dadelijk deze begeerde positie zou kunnen verliezen. Daarbij komt dat velen die zich op het ogenblik, - ofschoon niet altijd terecht - een meerderheid voelen, in feite wel weten dat hun pretenties niet geheel waar zijn en vrezen zo dadelijk tot minderheid te kunnen worden. Dit is ook de reden dat er bij in feite nuttige en begeerde politieke fusies moeilijkheden ontstaan. Het is geen kwestie van ideologische verschillen. Men is het heus wel met elkaar eens. Maar men heeft het gevoel: wanneer ik met deze anderen samen ga werken zullen dezen zo dadelijk misschien belangrijker zijn dan ik. Ik verlies daarbij dus aanzien en positie en dit kan ik mij niet permitteren.

Dus kunnen wij het allen met elkander wel eens zijn dat in 9 van de 10 gevallen aanzien en politiek in dit verband illusie zijn. Maar voor de betrokkenen is het dan toch in ieder geval een graag gekoesterde illusie die men als een reëel bezit beschouwt, iets wat men alleen in de waagschaal zal stellen, wanneer men meent een betere positie of grotere erkenning af te kunnen dwingen. Ga je na wat er zich overal in de wereld af speelt, dan word je steeds weer met deze aard van angst geconfronteerd. Nederland doet bijvoorbeeld heel wat dingen die het eigenlijk beter niet zou kunnen doen omdat het vreest een zekere reputatie te verliezen. Wat in wezen krankzinnig is: wanneer je bang bent een reputatie te verliezen heb je ze innerlijk eigenlijk al verloren.

Een meisje dat ernstig aan haar reputatie begint te denken, beseft innerlijk dus dat zij aan de roep die zij begeert niet meer geheel tegemoet komt. Denk daarover maar eens na, dames, dit is zeer interessant en een verklaring voor vele gedragingen. In de USA zien wij hoe velen verliefd zijn op de fictie dat zij leven in en behoren tot de belangrijkste staat in de wereld. Hun bedoelingen zijn misschien goed maar in feite worden vele gedragingen van de Amerikanen als persoon zowel als in hun geheel verklaarbaar, wanneer men zich realiseert dat men de roep, die men gewonnen heeft in de tweede wereldoorlog niet meer prijs wil geven. Dit heeft niets te maken met het al of niet isolationist zijn: men meent een belangrijkheid verworven te hebben en wil deze erkend zien. Daarom ook zegt men dat Amerikanen niet alleen erkend, maar zelfs bemind willen worden. Maar door bepaalde erkenningen als hun recht op te eisen zullen zij vooral in dit laatste steeds minder slagen - tenzij misschien op persoonlijke en financiële basis. Die angst, een aanzien te verliezen, een illusie te moeten missen, is niet alleen de oorzaak van het gedrag van enkelingen maar zelfs de verklaring voor het optreden van staten en volkeren. Overal op de wereld zijn mensen bang. Maar mensen, die bang zijn, handelen niet meer rationeel.

Hun angst is niet gebaseerd op de erkenning van feiten, maar op een in conflict komen met denkbeelden en subjectieve waarderings. Daarin ligt het grote gevaar voor deze wereld. Wanneer iemand in een theaterzaal 'brand' roept, is het heel goed mogelijk dat er vele mensen zeggen: het zal wel niet veel betekenen, wij wachten wel even om te zien wat het wordt. Dan gebeurt er niets. Maar het kan ook gebeuren dat er één man het hem op de zenuwen krijgt. Deze loopt gillende naar een nooduitgang. Wat is dan vaak het resultaat? Mensen, die anders zo goed zijn, zelfs voor honden en katten, mensen, die zelfs een vlo buiten de deur zetten, omdat zij het zielig vinden een diertje dood te moeten maken, slaan opeens rustig hun medemensen neer, trappen anderen dood om zo snel mogelijk de deur uit te komen. Zij doen dit onder omstandigheden zelfs, wanneer er geen vlammetje te zien is. Men spreekt dan van een panische reactie - het woord is afkomstig van Pan, de natuurgod. De zogenaamde natuurlijke instincten, de onredelijkheid en onbeheerstheid gaat dan domineren. Een panische reactie betekent dat men reageert volgens een bepaald beeld, onverschillig of dit met de werkelijkheid overeenkomt of niet, terwijl men niet meer in staat schijnt te zijn eigen reacties in de hand te houden. De zelfbeheersing die kentekenend, is voor de menselijke factoren in het gedragspatroon, is geheel uitgeschakeld. Dit is het meest gevaarlijk wat er bestaan kan. Internationaal gezien kan men misschien begrijpen, dat men in een dergelijke panische reactie

een wereldoorlog begint - waarvoor men in feite het meest bevreesd zou moeten zijn, maar waarvan men zich het werkelijke gevaar op het ogenblik kennelijk niet voor kan stellen. De oorzaak van de paniek kan echter een op zich onbelangrijk en nietig iets zijn.

Een soortgelijke reactie zien wij ook bij mensen. Een mens heeft bijvoorbeeld angstdromen. Wat zou daarvan de reden kunnen zijn? Het is natuurlijk mogelijk dat hij te veel mosselen gegeten heeft of zo iets. Maar dan is de droom slechts het alarm van een organisme dat overbelast is. Heel vaak zien wij echter dat de angstdromen voorkomen wanneer bepaalde spanningen op mentaal vlak ontstonden. Je droomt: in die droom verandert alles steeds weer, je bent hulpeloos en stuurloos. Wat betekent dit? In feite zeg je zo tegen jezelf dat je het gevoel hebt niet tegen je wereld op te kunnen, - ofschoon je je normaal beheerst gedraagt en uiterlijk probeert deze gevoelens te onderdrukken, of weg te praten. De angstdroom is de uiting van een tijdelijk in het waakbewustzijn bedwongen begin van paniek, van onbeheertheid en oncontroleerbare gevoelens van onmacht. Op dezelfde wijze zijn er mensen die zich vervolgd gevoelen door het boze, het kwade, achtervolgd door boze geesten bijvoorbeeld. In 9 van de 10 gevallen is ook dit niets anders dan een angstreactie. Deze mensen zijn in feite bang voor iets in zichzelf. Maar een vrees voor het eigen Ik is niet aanvaardbaar, dus wordt het buiten het eigen Ik geprojecteerd.

Het projecteren van het gevreesde in jezelf naar buiten toe, kan voeren tot bijvoorbeeld paranoia, zoals het eveneens kan voeren tot een splijting in de persoonlijkheid, schizoïde verschijnselen, waarbij verschillende delen van het Ik, waarvan een of meer gevreesd worden, afzonderlijk en tijdelijk zonder tegenhang of beperking, op kunnen treden. Er zijn ziekteverschijnselen te over. Op het ogenblik is bijna 90% der beschaafde wereld neurotisch. Een neurose betekent in feite een zenuwaandoening die direct of indirect stoelt op een door angst of onbehagen tot stand gebrachte onevenwichtigheid. Waarom zijn de mensen van deze tijd zo neurotisch, zo bang? Hun angst komt voort uit de wereld waarin zij leven. Uw wereld stelt eisen aan u waar u in feite niet aan tegemoet kunt komen. Een ouder iemand niet gewend aan de verkeersstromen van vandaag, wordt bijvoorbeeld voortdurend gekweld door de noodzaak zich daarin te bewegen. Men beseft dit niet geheel en zal het zichzelf niet toe willen geven, maar men voelt zich daar krachteloos en zal zich daarom vaak voortdurend bedreigd gevoelen. Deze bedreiging wordt omgezet, want je kunt het verkeer niet wegpraten en er niet aan ontvluchten, door op een ander terrein de angst te projecteren, zij het als werkelijke angst of als onlustgevoel. Het gevolg is dat men in het verkeer wel redelijk rationeel reageert, maar niet rationeel reageert op andere verschijnselen.

Op soortgelijke wijze bemerken wij bij de mens van vandaag een toenemend gevoel van machteloosheid tegenover wat men de hogere krachten kan noemen - zowel in materiële als niet materiële zin. Er kan een god zijn, maar die god doet niets voor mij. Ik ben er alleen maar aan onderworpen. Er is een staat die mijn leven reguleert en zegt wat ik moet doen, maar ik kan er niet op vertrouwen dat ik van die staat ook mijn recht krijg. Nu is dit laatste gevoel niet geheel ten onrechte, omdat je in elke staat en bij elke instantie de neiging kunt zien, ten koste van alles eigen gezag en aanzien te handhaven. Men vreest namelijk dat wanneer men dit niet doet, men niet in staat zal zijn alles wat men meent te moeten volbrengen, ook tot uitvoer te brengen. Hierdoor scheidt men haast automatisch beelden als: je kunt je maar beter niet te veel tegen de belastingen verzetten, ja moet de politie maar gehoorzamen, of zij nu gelijk heeft of niet, tegen het gezag, het hogere geweld, kun je als eenling toch niet op. Deze gevoelens worden door degenen, die gezag uitoefenen kunstmatig aangekweekt, vaak zelfs zonder dat zij dit bewust doen.

Maar mensen die zo, terecht of ten onrechte, het gevoel van machteloosheid in zich bergen en innerlijk daartegen in verzet komen, moeten dat gevoel van machteloosheid weer op de een of andere wijze afreageren. Zij doen dit door bang te worden over sommige dingen van minder belang, zich daarover nijdig te maken, machteloosheid voor te wenden, zich te beroepen op eigen hulpeloosheid en dergelijke. Maar bijna altijd zijn zij ook boos, verontwaardigd. Boosheid is namelijk een reactie die voor een groot deel voortkomt uit angstgevoelens. Mogelijk krijg ik ook hierop commentaar, maar ik meen toch dat ik dit terecht mag stellen. Nu moet u zich eens afvragen waarom zoveel mensen in deze tijd nijdig zijn over bijvoorbeeld de mishandeling van

honden en katten, moord op zeehondenbaby's en dergelijke , terwijl zij zich gelijktijdig terugtrekken van het onrecht dat bestaat in de menselijke maatschappij. Vraag u eens af of hun emotie, hun boosheid op het terrein van de dieren niet gelijktijdig het bewijs is van een sterk gevoel van onmacht tegenover onrecht in de eigen maatschappij? Volgens mij speelt een angst voor de eigen menselijke maatschappij bij dergelijke reacties wel degelijk een vaak zeer grote rol.

Wij zien dat vele mensen zich druk maken over alles wat er in het buitenland gebeurt. Ook hier is volgens mij sprake van een soortgelijk verschijnsel: men kan over alles wat zich ver van eigen huis afspeelt, gemakkelijk opwinden zonder gelijktijdig in conflict te komen met eigen maatschappij en leven. Hier wordt immers geen verandering in eigen verplichtingen gebracht, er wordt geen bestaand gezag aangetast, je bent alleen maar nijdig over het onrecht dat elders gebeurt. Het is de moeite waard je eens af te vragen of de reden voor een dergelijke reactie niet gelegen is in de angst voor eigen onmacht, waardoor men voelt niet in te kunnen gaan tegen het onrecht in eigen omgeving of het onrecht dat in eigen gedrag mede wordt geuit.

Zo is volgens mij ook het kleurlingenprobleem in de USA grotendeels op een dergelijk gevoel van onmacht, een angst voor eigen waarden en status gebaseerd. Bij de blanken speelt de angst dat de neger verstandiger en bekwaamer zou kunnen zijn een rol: hij zou beter kunnen doen dan men hem geneigd is toe te meten. Daarom legt men de nadruk op de negatieve verschijnselen in de kleurlingengemeenschap en windt zich daarover steeds weer op. Daarom beleeft de blanke elke poging van de neger gelijkwaardigheid aan te tonen meteen als een onrecht, een aanval op de eigen positie. Wat op zich al krankzinnig is. Ook het protest van de neger komt, zo vreemd het moge klinken, ook niet in de eerste plaats voort uit een gevoel van sociaal onrecht. De neger heeft het gevoel in de blanke maatschappij te kort te schieten. Hij wil aan de ene kant niet bewust de mindere zijn, aan de andere kant voelt hij zich machteloos tegenover de blanken. Maar dit gevoel van machteloosheid kan men niet afreageren door aanmerkingen te maken op eigen gedrag, werkwijze enzovoort , daar men dan toe zou moeten geven in vele gevallen zelf mede schuldig te zijn, zelf eveneens dwaas te handelen. Dit is niet aanvaardbaar, dus is men boos op de witmens.

Dit zijn slechts enkel voorbeelden van de angsten en de reactie op die angsten, zoals zij overal op de wereld bestaan. Wij zullen ons nu af moeten vragen: Zijn wijzelf misschien ook bang? Bent u bang? Eigenlijk niet? Denk na. Toch wel misschien? U bent niet bang, natuurlijk niet wérkelijk bang. Maar u kunt het niet hebben dat deze zus en gene zo doet. Waarom windt u zich daarover op, waarom bent u daarover zo vaak boos? Het is geen aantasting van uw eigen waarde, u hebt geen reden om zó boos te zijn op die anderen. U bent bang voor die anderen, bang misschien voor iets van uzelf wat u in die anderen meent te erkennen.

U meent, dat anderen zich moeten houden aan de regels die u aanvaardt of hebt gesteld? Waarom? Misschien omdat u bang bent anders een groot deel van uw leven verprutst te hebben? Het is zeker niet onmogelijk. Het zou daarom goed zijn daarover eens na te denken. Iedere mens kent zijn eigen angsten en sublimeert die angsten. Ik ken mensen, die het gevoel hebben dat zij niet in staat zijn zich maatschappelijk te handhaven. Zij zijn niet tevreden met wat zij kunnen zijn en aan de andere kant voelen zij wel dat zij in de maatschappij niet veel meer kunnen worden. Integendeel, zij voelen vaak, dat zij al te veel doen, dat de maatschappij al te veel van hen eist. Het zijn vaak dergelijke mensen, die zich veranderen in 'geestelijk' abstracte mensen. Zij verkondigen allerhande bijvoorbeeld ingewikkelde esoterische stellingen, maar zijn niet in staat met hun materiële problemen af te rekenen. Hun angst voor de erkenning van eigen falen of minderwaardigheid in sommige opzichten wordt door hen gecompenseerd door een gestelde meerwaardigheid op een ander terrein. Zij zijn geestelijk veel meer waard dan de anderen en mogen daarom falen. Zij zijn alleen boos wanneer hun geestelijke pretentie als vraagwaardig wordt beschouwd. Dit is van de veel voorkomende compensatieverschijnselen. Het zijn juist deze mensen die het meest fanatiek en agressief zijn wanneer het gaat om hun geestelijke beginselen.

Wanneer u hoort dat bepaalde groepen mensen binnenkort het einde van de wereld verwachten, of de komst van een 1000-jarig rijk waarin zijzelf een bijzondere plaats zullen hebben, nabij achten, kunt u er wel zeker van zijn, dat de groep deze denkbeelden alleen met succes kan verkondigen omdat zij zo een beroep doet op de velen, die gevoelen minderwaardig te zijn in de maatschappij. De algehele verandering, die gesteld wordt - ook al komt die eerst later - kan hen helpen hun gevoelens van onvolkomenheid en hun angsten voor de wereld en hun verantwoordelijkheden af te reageren. Wat zijn goede kanten heeft omdat zij hierdoor een verkeerde oriëntatie op allerhande andere gebieden voor zich en anderen soms voorkomen.

Dit is dus in feite ook een neurotisch verschijnsel. Het einde van de wereld, waaraan men zich vastklampt, de uitverkorenheid, waarin men gelooft zelf deel te hebben, zijn in feite symptomen van een neurose veroorzaakt door gevoelens van onvermogen ten aanzien van bereikingen in de praktijk. Dat klinkt niet zo leuk, nietwaar? Vooral omdat je, wanneer je verder gaat, kunt zeggen, dat een groot deel van het zogenaamde beleden geloof van deze mensen eveneens een neurotisch verschijnsel is, een compensatie voor eigen gevoelens van onmacht en onvermogen en zo een middel om eigen angsten en gevoelens van onvolwaardigheid te onderdrukken. Voor velen zal dit een aantasting van de belangrijkste menselijke waarden schijnen. Ik geef dan ook graag toe dat het inderdaad niet verheffend of leuk klinkt. Maar daarom is het nog niet minder waar.

Op grond van het voorgaande zijn een paar grondstellingen wel te geven. Ik zal u overigens niet al te lang meer bezig houden met deze voor u onaangename en onaantoonbare feiten. U zou zich gaan vervelen en ik zou bepaalde stellingen meerdere keren moeten herhalen. En wij zijn hier nog niet in de Tweede Kamer, waar men veelvuldige herhalingen beschouwd als een toonbeeld van politiek meesterschap. En dan nog niet volgens het principe van: frappez, frappez toujours.... Dat is meer voor de Amsterdamse politie. Ik denk dat in de Tweede Kamer men eerder denkt: wanneer je maar lang genoeg doorzanikt over hetzelfde lijkt het, of je heel wat te zeggen hebt. Maar goed. Ik zal proberen het kort te doen.

1. Angst valt uiteen in lichamelijke angst en uit het denken voortkomende angsten. De uit het denken voortkomende angsten zijn voor het gedrag van de mensen in veel grotere mate bepalend dan de lichamelijke angsten die hij meestal nog wel zal kunnen beheersen.

2. Waar angsten ontstaan op grond van denkbeelden, is het zoeken naar een compensatie onvermijdelijk. Men doet dit over het algemeen door een niet op feiten gebaseerde gedragsnorm aan te nemen en van daaruit tegenover de samenleving te ageren.

3. Angsten in een meer persoonlijk vlak komen veelal voort uit de angst te verliezen. Verliezen betekent hier: vermindering van eigen mogelijkheden. Dit geldt dus ook voor de angsten van een moeder voor haar kind. Deze angsten zijn niet onzelfzuchtig, maar in wezen zelfzuchtig: 'ik zou een deel van, mijn leven verliezen'. Angsten kunnen volgens mij dan ook merendeels gezien worden als een uitvloeisel van een persoonsuitbreiding, die bedreigd wordt volgens eigen voorstellingsvermogen en identificeert zich met bezit en dergelijke en ziet in het bezit ook zichzelf bedreigd.

4. Elk willekeurig denkbeeld kan de basis vormen voor een oriëntatie ten aanzien van maatschappij en wereld. Alles in de werkelijkheid dat mijn denkbeelden bedreigt, zal ik beschouwen als mij bedreigend, zodat ik dit zal vrezen en zo mogelijk zal aanvallen.

5. Geweld is steeds het product van angst en begeren. Angst omdat men nimmer iets aan zal vallen, tenzij men iets anders meer vreest. Begeren, omdat het nemen van risico's voor een mens zinloos schijnt tenzij er iets bij komt wat hem in eigen ogen of werkelijkheid meer maakt dan hij meent te zijn of te hebben. Noot: Het nutteloze geweld van bijvoorbeeld jongelui, die oude mensen mishandelen, kan gerubriceerd worden onder begeerte omdat men deze dingen doet uit de behoefte zichzelf een betere status in eigen ogen te verschaffen. De angst minderwaardig te zijn in eigen ogen of de ogen van anderen, wordt vaak de aanleiding tot schijnbaar zinloos geweld tegenover anderen.

6. Politieke partijen, godsdiensten, ideologieën plegen zich te baseren op de angsten van een mens die zij enerzijds trachten te versterken, terwijl zij anderzijds een,- meestal imaginaire - weg scheppen om aan die angsten te ontkomen.

7. De mens, die bereid is vandaag te leven volgens zijn huidige mogelijkheden zonder zich druk te maken over eigen belangrijkheid of onbelangrijkheid, zal weinig angsten kennen, zal zich voortdurend in zijn wereld redelijk juist kunnen oriënteren en zal hierdoor vele van de ziekelijke facetten van angst, zoals die algemeen voorkomen, voor zich kunnen ontlopen of tot een minimum kunnen reduceren.

Dit was dan het eerste deel. U dacht, dat het nu al afgelopen was? Neen, dat genoeg kan ik u niet doen.

Angst blijkt namelijk besmettelijk te zijn. Wij spraken reeds over panische reacties. Wat blijkt nu? De mens is geneigd om een intense voorstelling van anderen voor zich als werkelijkheid aan te nemen. Hij doet dit zelfs wanneer de suggestie van anderen niet ondersteund wordt door eigen waarneming, of redelijk gezien met de feiten kan stroken. Dit betekent dat ik, wanneer ik de angst van een paar personen maar tot het uiterste weet op te jagen, zij die angst zullen overdragen en daardoor het gedrag van allen die met hen in contact komen, zullen wijzigen. Daarom moet je altijd erg voorzichtig zijn tegenover intense beïnvloedingen van buitenaf. Wanneer iemand u zegt dat dit of dat gevaarlijk is, dan moet u nagaan hoe dit volgens uw eigen besef is, wat dat gevaar schijnt te zijn. U moet de meest objectieve bronnen raadplegen. U moet echter nooit nagaan wat anderen zonder reëel bewijs verkondigen alleen. Neem bij verklaringen, die u angst in kunnen boezemen, of u gevoelens van onbehagen bezorgen, nimmer genoeg met een eenzijdige verklaring. Onderzoek en beschouw. Wanneer je de werkelijk te vrezen feiten in meer reële vorm onder ogen kunt zien, zal blijken, dat je angst, mede door de erkenning van het werkelijke gevaar, grotendeels verdwijnt. Wie zich mee laat slepen in een emotionele angst, die hem door anderen wordt overgedragen, zal niet meer in staat zijn, de werkelijkheid te benaderen.

Het is daarom van belang dat u niet in de eerste plaats nagaat hoe een ander iets voelt of verwerkt wanneer u zelf meent dat een werkelijk gevaar bestaat. De gevoelsintensiteit van de ander zou zodanig op uw eigen wezen kunnen worden afgedrukt dat u niet meer redelijk en reëel kunt reageren. Stel dus altijd weer: wat is de essentie? Vraag desnoods een omschrijving van de angst van de ander en blijf daarop hameren tot u een zo feitelijk mogelijke omschrijving hebt gekregen. Trek u dan zo mogelijk terug om zelf verder te overwegen. U zult ontdekken hoe weinig werkelijke angst men als mens in deze wereld hoeft te koesteren. Laat ons eerlijk zijn: de dood haat u allen. Het doodgaan valt eerlijk wel mee. Ik heb dit uit eigen ervaring, dus mag ik dit hier wel zeggen. Sterven is niet zo erg als u denkt. Wat u gelooft over het leven na de dood is ook eigenlijk niet zo erg belangrijk. Maar onthoudt één ding: de dood kun je niet ontlopen. Het onafwendbare vrezen heeft weinig zin. Men moet zich hiermede maar verzoenen meen ik. Dan zullen eventuele waarden na de dood als vanzelf kunnen worden aanvaard.

Velen vrezen pijn. Bedenk: wanneer ik mij in gedachten niet voortdurend met de pijnen bezig houd, zullen zij niet erger worden dan ik werkelijk verdragen kan. Waar de grens bereikt wordt en pijn werkelijk voor mij niet te dragen is, schakelt mijn lichaam zelf het bewustzijn uit. Bang zijn voor de feitelijke pijn is dus onredelijk, daar elke pijn die men ondergaat te dragen is, zolang men zich er niet al te veel mee bezig houdt en, wanneer de pijn lichamelijk ondragelijk wordt, het bewustzijn wordt uitgeschakeld er men geen pijn meer gevoelt. Probeer zover te komen dat u deze dingen als vanzelfsprekend beschouwt. U zult dan niet meer innerlijk bang zijn voor dood of pijn en uw lichamelijke reacties worden daardoor voor u minder belangrijk.

Maar misschien bent u nog meer bevreesd voor gevangenschap. Onthoud dan: zolang u zelf nog kunt denken zijn er zoveel werelden te verkennen, dat u nooit werkelijk alleen hoeft te zijn. Uw waardigheid kan alleen aangetast worden, wanneer u die aantasting toestaat. Wie zich van, eigen waardigheid bewust is en deze niet verbindt aan uiterlijkheden zal altijd waardig

blijven. Daarom hoeft u zelfs niet bang te zijn voor gevangenschap. Er is geen reden om voor dergelijke dingen werkelijk bang te zijn. Wees ook niet bang dat de wereld uw waardigheid aan kan tasten. Wanneer u eerlijk bent tegenover uzelf, zult u toe moeten geven dat $\frac{3}{4}$ van uw waardigheid eigenlijk maar komedie is, terwijl de rest een grondeigenschap van uw wezen is en daarom door niemand werkelijk kan worden aangetast. Wees niet bang dat je komedie zal worden onthuld. Wanneer je al met alle geweld een vrees wilt koesteren, wees dan bang dat je zover komt dat je je komedie meer lief hebt dan jezelf en je eigen werkelijkheid van bestaan. En dit juist is een angst die de meeste mensen, zo zij haar al kennen, snel verliezen.

Er is weinig reden om bang te zijn. Zeker, het is niet goed wanneer uw milieu vergiftigd wordt. Maar sterven moet u toch. Of u nu persoonlijk omkomt door een milieuverontreiniging, wordt dood gereden door een auto, een stuk welvaart in blik, of sterft aan een atoombom, een ziekte of andere maakt niet zo heel veel verschil uit. U moet deze dingen niet bestrijden omdat u ze vreest, maar alleen omdat zij niet bij u, uw werkelijkheid, uw wezen passen. U komt dan tot een persoonlijke afwijzing gebaseerd op eigen daad. En dat is heel iets andere dan een uit angst voortkomende agressie.

Ik geloof dat je ook geestelijk veel minder angsten zult kennen wanneer je je niet al te veel laat beïnvloeden door hetgeen anderen je voor hebben gehouden door hetgeen je geleerd hebt. Wanneer men u vertelt dat er een engelbewaarder of duivel naast u staat, kijk eens links, eens rechts, en constateer dit zie ik niet. Ik zal dus wel ontdekken aan de hand van de feiten of er werkelijk een goede of kwade geest naast mij staat. Ik hoef mij er niet mee bezig te houden tenzij het zich geheel duidelijk en kenbaar aan mij opdringt. Vraag u niet af of u misschien tekort schiet tegenover god. Niemand kent god goed genoeg om precies te vertellen wat hij wel of niet wil van u. Maar als god alles heeft geschapen zoals men u vertelt, zal hij ook alle mogelijkheden in het leven hebben voortgebracht en is hij mede verantwoordelijk. Hij zal het dan alleen aan zichzelf te wijten hebben, wanneer u er een onjuist gebruik van maakt. Want de mogelijkheid en neiging daartoe heeft uzelf dan bij u ingeschapen.

Laat u niet bang maken met de vergelding van god of de listen van de duivel. Laat u niet bang maken met denkbeelden als verwerpelijke dictatuur zus of zo in uw eigen wereld, met de leuzen over verkeerde denkbeelden of moreel verval; zolang u uzelf kunt zijn, hoeft u immers deze dingen niet te vrezen. Als je dat begrijpt zeg je: ik heb niets werkelijk, ik kan dus ook niets werkelijk verliezen. Ik ben alleen, ik besta alleen. Waarom zou ik dan bang zijn. Er is niets van belang, wat ik niet werkelijk aan kan. Een dergelijke levenshouding zou de oplossing zijn. De oplossing voor de angst die de gehele wereld geselt omdat zij niet van haar werkelijke mogelijkheden, behoeften en persoonlijke waarden van heden uitgaat, maar steeds weer zich baseert op de mogelijkheden van morgen. Misschien dat men nu, uit angst voor de oorlog van morgen, wapens koopt en daarmee de oorlog morgen onvermijdelijk maakt. Zeker is wel dat de wapens die men vandaag koopt, de oorlog van morgen in geen geval kunnen voorkomen. Zeker is, dat alle wapens en voorzorgen van heden de mens van morgen niet kunnen beschermen tegen zijn door eigen angsten veroorzaakt lot. Ook in Nederland.

Laat ons reëel blijven: leef met de waarden van vandaag. Probeer jezelf te zijn en tracht belangrijkheid niet uit te breiden door jezelf te beschouwen als één met, en afhankelijk van allerhande levende en goede dingen. Wees jezelf. Durf arm zijn. Dan besef je pas de rijkdom van het leven.

Kijk, dat is nu eigenlijk wat ik over de angst te zeggen heb. De angst van de mens is voornamelijk zijn denkbeeld omtrent 'het mogelijke' en maar heel zelden een direct gevolg van zijn contact met een feitelijke werkelijkheid. Daarom juist zou men alle angsten moeten kunnen overwinnen. Maar dan zal men alle voorstellingen en verwachtingen omtrent zichzelf en de wereld eerst aan moeten passen aan de feiten omtrent het Ik, die men zelf wel degelijk ergens kent. Na de pauze zal ik graag horen wat u daarop zoal op te merken hebt. Ik meen dat ik in ieder geval velen onder u stof genoeg heb gegeven tot denken. En hebt u niets belangrijks te zeggen of te vragen, durf rustig zwijgen. Daardoor wordt in ieder geval de anderen een reeks van voor hen onbelangrijke vragen bespaard. Want dit is een angst die wij op menige discussieavond zien: de vrees dat de anderen weer met al die stomme vragen te

voorschijn komen. Ik hoop, dat u ook deze angst zult kunnen overwinnen en wens u voorlopig een aangename pauze toe.

BEANTWOORDING VRAGEN

Zo, vrienden.

Nu zullen wij zien of de avond interessant wordt, want dat bepaalt u zelf door uw vragen.

Vraag: Uit uw betoog trek ik de conclusie: er bestaat een collectieve wereldangst. Men heeft het gevoel tekort te schieten zonder te kunnen zeggen waarin. Mijns inziens stelt de natuur eisen aan de mens die de mens nog niet beseft, zodat hij er niet aan kan voldoen. Dit valt terug te voeren op de onbekendheid van de mensen met hun reden van bestaan in de kosmos. Vrijmaken van angst betekent de reden van het bestaan uit te zoeken, zo levensecht dat alle dingen verklaarbaar worden. (verkort)

Antwoord: Ik wil proberen op een lange vraag een kort antwoord te geven.

Een collectieve wereldangst is het gevolg van een even collectieve hallucinatie ten aanzien van eigen belangrijkheid en belangwekkendheid. De mens kan zowel aan deze collectieve angsten als aan persoonlijke angsten ontkomen wanneer hij niet meer tracht de wereld te voegen naar zijn illusies, maar probeert zichzelf ondanks zijn illusies te erkennen voor hetgeen hij is. Zijn reden van bestaan zal ook dan nog onbewijsbaar blijven en dus een geloofspunt vormen. Maar dan een geloof dat geen onmogelijke, of met zijn wezen strijdige eisen stelt, zodat het hem tot een werkelijke bron van kracht kan worden.

Overigens, een mens die in zichzelf gelooft ziet in zijn leven zelf reeds de reden van zijn bestaan en heeft dus in wezen geen verdergaande verklaringen van node. De natuur stelt geen eisen aan de mens maar de mens stelt eisen aan de natuur en zijn medemensen waardoor hijzelf vreest te kort te schieten.

Vraag: U nivelleert het menselijk bestaan tot een onderling gemeenschappelijk verkeer zonder rekening te houden met de grote (onverstaanbaar), die het leven mogelijk maken.

Antwoord: Ik meen dat, wanneer u uzelf werkelijk kent, u uw werkelijke relatie met uw wereld als vanzelfsprekend constateert. Maar ik meen dat het verkeerd is om zonder meer een grotere en meer omvattende betekenis toe te kennen aan de wereld of aan jezelf, terwijl je daarin zelf niet feitelijk gelooft en geen bewijzen ervoor kunt vinden.

Ik heb dan ook in mijn inleiding reeds opgemerkt dat veel van hetgeen men geloof noemt in feite niets anders is dan een rationalisatie waardoor men aan de onaangename werkelijkheid ontvlucht in een reeks van stellingen die men voor zichzelf zelfs niet geheel au sérieux neemt, zelfs al stelt men er zogenaamd van in te geloven. Juist hierin ligt mijns inziens het criterium. Ik stel niet dat alle geloof op zichzelf waardeloos is. Ik stel wel dat elk geloof dat niet een essentieel deel van de zelferkenning is, zinloos is. Je kunt mijns inziens niet aan een hogere menselijke waarde geloven - want bewijzen kun je haar mijns inziens maar moeilijk - omdat het de mode is of omdat anderen dit nu eenmaal beweren, tenzij je het als deel van jezelf ervaart. Maar dan weet je ook wat die meerwaardigheid, enzovoort in dient te houden. In alle andere gevallen dient het geloof aan de niet werkelijk innerlijk beleefde stellingen van anderen als uitvlucht, waardoor men hoopt te ontkomen aan eigen mogelijke minderwaardigheid tegenover het ander leven in je wereld.

Ik meen, dat je leven moet vanuit eigen werkelijkheid. De meeste mensen echter, om het even vroom te stellen, zoeken het koninkrijk Gods overal, behalve waar Jezus hen heeft gezegd, dat het te vinden is: in jezelf.

Vraag: Er is kennelijk sprake van een verschil van inzicht dat hoofdzakelijk de belangrijkheid van de mens als levensverschijnsel betreft.

Antwoord: Ja. Vanuit mijn standpunt althans heeft de mens de neiging die belangrijkheid te overschatten. Maar ons verschil van mening is begrijpelijk. Vele mensen menen immers dat je om belangrijk te zijn, moet begrijpen waar je belangrijkheid schuilt. Ik echter meen dat het belangrijker is in harmonie deel te zijn van een geheel, ook wanneer je dit niet kunt overzien en begrijpen, dan een belangrijkheid ten koste van alles te zoeken terwijl je hierdoor je

aanvaarding van de werkelijkheid en de harmonie met de wereld en het Al, waarin je moet leven, verstoort. U hebt dus volkomen gelijk: hier is sprake van een verschil van inzicht. En daarover kunnen wij, zoals u wel begrijpt, hier moeilijk verder debatteren, vooral daar dit uiteindelijk te herleiden is tot een vorm van geloof; een opvatting die men zich zozeer aangewend heeft dat men op de duur zelfs bang is om na te gaan in hoeverre men deze zelf als juist beschouwt. Er zijn misschien wel gegevens om een ander standpunt te staven, maar zo onvolledig, dat de interpretatie uiteindelijk meer gaat betekenen dan de feiten. Wat neer komt op het inpassen van feiten in bestaande veronderstellingen. Maar indien er tijd overblijft, kunnen wij indien u dit wenst, hierop nog nader terugkomen.

Vraag: Ik neem aan, dat het intreden in uw wereld angst of onbehagen kan veroorzaken. Kunt u hierover iets vertellen? (verkort)

Antwoord: Overgaan betekent ontwaken in een wereld die door je eigen denken bepaald wordt en niet door een schijnbare objectiviteit of feitelijke objectiviteit, zoals u dit gewend bent. Is er in jou angst, dan zal na de overgang angst aanwezig zijn. Bestaat de angst niet, dan is het veelal eerder aangenaam. Hulp bestaat zolang je een zekere gelijkheid of harmonie met anderen vertoont, en je zal van die anderen hulp krijgen en ook jezelf geroepen voelen om die anderen te helpen, daar dit voor het Ik dan een zelfverwerkelijking en soms zelfs een zeker zelfbehoud representeert.

Vraag: Zijn er perioden in de geest waarbij men duistere gebieden door moet maken om tot volledig besef te komen?

Antwoord: Duistere gebieden bestaan eigenlijk niet, wel duistere mensen of duistere geesten. Wanneer je zelf Licht bent bestaan er voor jou dus geen duistere gebieden. Met andere woorden, er is geen noodzaak duistere gebieden door te gaan. Wel ligt de zaak zo, dat men om een volledig besef te krijgen van wat men de geestelijke werelden noemt, zal moeten aanvaarden dat andere bewustzijnstoestanden dan de eigene bestaan, waaronder reeksen die, bezien vanuit het ik duister zouden mogen heten.

Vraag: Zullen niet de meeste mensen een weerloos dier beschermen, evenals zij dit zullen doen bij een weerloos mens?

Antwoord: Een eerlijk antwoord hierop weet ik niet. Weerloos dier betekent hier meestal: dier dat, tegenover mij, weerloos schijnt. En zelfs dan: een huisvlieg kan onder omstandigheden een zeer weerloos dier zijn. Toch heb ik maar weinig mensen meegemaakt die de vlieg dan en daarom sparen. Met andere woorden het woord weerloos in deze context duidt op een sentimentele relatie en niet op een feitelijke. Verder heb ik ontdekt dat mensen een weerloos medemens lang niet altijd beschermen, maar in vele gevallen er zelfs behagen in scheppen die weerloosheid uit te buiten. Ik denk hierbij bijvoorbeeld aan mensen die iemand die al op de grond ligt, graag nog een trap nageven. En hiermede doel ik heus niet op internationaal voetbal of zoiets. Ik denk aan mensen die het doen lijden van een weerloos mens zelfs toejuichen. Ik dit verband denk ik bijvoorbeeld aan de marteling van politiemannen in Hongarije tijdens de opstand en het enthousiasme voor deze kwellingen van de omstanders. Er waren er, zover ik weet, maar weinigen die opmerkten dat je zo iemand dood moet maken, wanneer je van hem af moet komen, maar dat je hem niet eerst moet kwellen. Waarschijnlijk verschillen ook hier mijn inzichten van de uwe. Ik meen dat de door u bedoelde hulpeloosheid niet een feitelijk iets is. Ik stel dat de drang tot beschermen in de mens wel degelijk door een schijn van hulpeloosheid kan worden gewekt, maar dan niet op grond van feiten, maar op grond van een in de gevoels- en voorstellingswereld van de mens bestaande relaties.

Vraag: Waardoor wordt de angst gewekt om je onder de mensen te begeven?

Antwoord: Hiervoor zijn heel wat mogelijke redenen denkbaar. Ik geef er enkele als voorbeeld: Angst, dat men niet voldoende beheersing - mentaal of lichamelijk - bezit om zich op aanvaardbare wijze tussen anderen te bewegen. Of angst, dat mensen eisen aan je zullen stellen waaraan je niet tegemoet kunt komen. Of bepaalde psychologische effecten als het eens beleven van onaangenaamheden te midden van een menigte, waardoor de herinneringen de eens ondergane onlustgevoelens weer opwekken bij het verkeren in op een enkel punt overeenkomstige situatie. Of een prenataal trauma veroorzaakt door emotie van de moeder. Ik

geef slechts enkele mogelijkheden van de ruim tachtig, die ik nu er zonder meer zou kunnen noemen.

Vraag: Bestaat er een overgeërfde aanleg om niet bestemde angsten te koesteren? Hoe kunnen deze worden bestreden?

Antwoord: Neen. Overgeërfde aanleg om angsten te koesteren bestaat niet. Wel kunnen erfelijk bepaalde onevenwichtigheden van zenuwstelsel en dergelijke worden overgedragen - zeker, wanneer die in beide ouders latent of actief aanwezig waren. Storingen van het zenuwstelsel kunnen hiervan het gevolg zijn, waardoor emotionele onevenwichtigheden sneller op zullen treden. Zelfs dan zal het milieu - vooral in de eerste jeugdijaren - sterk bepalend zijn voor het ontstaan van angsten. Ter bestrijding kan je natuurlijk aanbevelen te overwegen dat de angsten in feite zinloos zijn. Maar dat helpt meestal weinig. Ik zou daarom zeggen: neem beperkte proeven met jezelf. Probeer dus niet onmiddellijk bijvoorbeeld je zonder meer in een menigte te begeven, maar beweeg je wel wanneer het iets drukker is. Dit als voorbeeld. Op de duur zul je ontdekken dat dit te verdragen is, terwijl je je goed kunt beheersen. Het zo gewonnen zelfvertrouwen stelt je dan in staat om je zelfs te midden van grote en dichte menigten te bewegen. Elke proeve betekent echter, vooral in het begin, een bewuste zelfoverwinning. Juist omdat men de onaangename reactie niet onbeperkt kan beheersen, zal men dergelijke proeven steeds weer moeten onderbreken voor men dit eigenlijk wil. Voor het voortzetten van een dergelijke zelfscholing is dus wel wilskracht nodig!

Vraag: Is de meeste angst niet terug te brengen tot de angst voor zelfvernietiging? Wanneer men weet, dat dit niet bestaat, hoeft men toch geen angst meer te hebben?

Antwoord: Indien u zou zeggen angst voor vernietiging, dan zou ik voor uw stelling nog iets kunnen gevoelen. Maar angst kan zelfs voeren tot zelfvernietiging. Een toppunt van angst kan evenzeer tot zelfmoord voeren als tot onredelijk geweld tegenover anderen. U kunt dus beter formuleren: de angst te kort te schieten kan zo sterk worden dat de dragelijkheid ophoudt, en men zelfs het gevoel niet langer onder ogen kan zien. Dit kan voeren tot agressie t.o. anderen, zelfvernietiging etcetera.

Vraag: Angst voor het onbekende is veelal erger dan voor het bekende. De kerk schiep hemel en hel, maar onkerkelijken zullen dit beeld wel niet meer erkennen. Moeten wij daaruit afleiden dat de angst in de wereld toe gaat nemen?

Antwoord: Neen. Hemel en hel zijn wel door de kerk geschapen, maar de nadruk heeft gemeenlijk op de hel gelegen. De verschrikking van het demonische - ook onbekend - wordt door gelovigen zowel in het bekende als het onbekende sterk geprojecteerd. Bij het wegvallen van dergelijke omschreven angsten meen ik, dat op de duur een gelijkmatiger oriëntatie in de wereld mogelijk zal zijn, evenals een grotere objectiviteit ten aanzien van dit leven. Vergeet hierbij niet dat kerkelijke opvattingen geleid hebben tot een geheel verkeerde interpretatie van de werkelijkheid en zo tot een desoriëntatie bij zeer vele mensen. Dit in ogenschouw nemende, moeten wij dus niet verwachten dat bij een verder ontkerkelijking, of het verdwijnen van een daadwerkelijke geloof aan hemel en hel, de angsten groter zullen worden. Wel mogen wij verwachten dat de eerste generaties deze nu nog deels bestaande angsten op andere onderwerpen en voorstellingen zullen projecteren. Daar deze echter reëler zullen zijn voor de mens en zo gemakkelijker te toetsen, zal het totaal van de hierdoor veroorzaakte angst na enkele generaties aanmerkelijk verminderd zijn.

En daarmee zijn wij aan het einde van de schriftelijke vragen. Is er nog iemand, die een vraag wenst te stellen, of een mening naar voren wenst te brengen? Niet? Dan kunnen wij nu een slotwoord gaan bouwen.

Wij hebben ons bezig gehouden met de angst, de meer persoonlijke angst, de projectie van angsten en mogelijke collectieve angsten. Omwille van de eenvoud hebben wij het geestelijke bestaan van de mensheid daarbij grotendeels buiten beschouwing gelaten en ons gehouden aan de waarden van het ogenblikkelijk menselijk bestaan. Nu weten wij allen wel dat de mens niet alleen uit materie bestaat. Zelfs als je wetenschappelijk bent aangelegd, zal je toe moeten geven, dat er ergens in de mens een kern is die je niet verder benaderen of omschrijven kunt, terwijl zij toch kennelijk in het denken en leven van de mens zelf een grote rol speelt. Laat ons

dit laatste dan maar geest of ziel noemen. Deze bestaat anders. Wij weten niet precies hoe, maar anders. Dit andere bestaan betekent wel degelijk: andere regels. Wij kunnen ons dus wel voorstellen dat er reële geestelijke angsten en noden kunnen bestaan, waarvoor stoffelijk geen termen aanwezig zijn en geen verklaringen kunnen worden gevonden. Wat meer is, zowel het bestaan van deze angsten als de mogelijke oorzaken, onttrekken zich aan elke benadering met stoffelijk rationele middelen.

Aan de andere kant moeten wij, naar ik meen, toch uitgaan van het standpunt, dat de enige mogelijkheid die de mens heeft om zichzelf te kennen, ligt in hetgeen hij materieel als mens is. Wanneer je jezelf leert aanvaarden zoals je bent, hoef je daarom nog niet tevreden met jezelf te zijn. Degenen die tevreden met zichzelf zijn zijn gemeenlijk juist de mensen die zichzelf zelfs niet volledig durven leren kennen. Wanneer je echter jezelf kent, zelfs in stoffelijke termen alleen, komt er een ogenblik dat je jezelf kunt aanvaarden en daarmee bevrijd bent van angst voor de eigen en zelfs van de eigen geestelijke wereld, want wanneer ik weet wat ik ben, worden ook de in mij bestaande feiten - zelfs de geestelijke of goddelijke - een realiteit. Daar ik mijn eigen waarde heb geconstateerd, gaat het mij er niet meer om in de eerste plaats te constateren wat God is of wat de geest is. Het gaat er om voor mijzelf te constateren - en die mogelijkheid heb ik dan - te constateren, wat de zaken die ik met deze woorden omschrijf, voor mij persoonlijk betekenen. Ik kan zowel de behoeften van mijn persoonlijkheid als de invloeden op mijn persoonlijkheid van deze waarden constateren. En dan valt ook de geestelijke angst grotendeels weg. Dan ben ik niet bang meer, omdat alles wat er met mij gebeurt, voor mij kenbaar wordt en door mij verwerkt wordt als deel van de eigen persoonlijkheid.

De grote moeilijkheid van geestelijke werkingen en angsten is veelal voornamelijk dat de mens tracht te leven in een wereld van materiële waarden aan de ene kant en, los daarvan, geestelijk waarden aan de andere kant wil beleven. Dus zoiets als god aanbidden op de daarvoor gestelde uren en de burenen de kop afslaan de rest van de tijd. Dit is een poging tot splitsen van het eigen leven, die gevoelsmatig en reëel niet werkelijk houdbaar is. Ik vrees dat vele mensen die religieus denken, in hun wereld niet kunnen of durven leven volgens de principes die zij innerlijk erkennen als de essentie van hun religie en de basis van hun leven op aarde. Het resultaat is dat zij hun materieel leven steeds verder scheiden van hun geestelijk bestaan en hierdoor met zichzelf in strijd komen. Misschien is het u wel eens opgevallen dat mensen die zeer vroom zijn in hun denken, ongelofelijk hard, wreed, vaak gemeen zijn, zodra het hun menselijk handelen betreft? Hier heeft u de verklaring voor dit fenomeen. Juist door deze splitsing van hun persoonlijkheid leven deze mensen in een voortdurende spanning, iets wat wij zelfs wel een angst kunnen noemen en door deze angst worden zij juist gedreven tot het misachten van de menselijke of feitelijke werkelijkheid rond zich.

Wij willen liever niet bang zijn, neem ik aan. En als wij niet bang willen zijn zullen wij in de eerste plaats onszelf moeten zijn en ons geloven en handelen met elkander in overeenstemming moeten brengen. Je kunt hier dus niet volstaan met een plechtstatig uitroepen: 'Ken Uzelve'. Je moet veel plechtiger en gemeender nog uitroepen: 'Wees Uzelve'. Dus niet: leef zoals je meent dat anderen het leuk zullen vinden dat je zou moeten leven. Niet: doe wat je in een opwelling voor een ogenblik misschien amusant vindt, maar datgene wat je innerlijk gevoelt, dat voor jou belangrijk is - zelfs wanneer je geen menselijke logische redenen daarvoor kunt geven. Dit is het grote geestelijke wapen tegen alle, ook de geestelijke, invloeden en angsten. Vooral de geestelijke angsten die, omdat zij niet gedefinieerd en minder goed erkend kunnen worden, voor de mens nog het meest fataal kunnen zijn. Laat ons dan desnoods de mentale onstoffelijke angsten nog terzijde laten. Wie de geestelijke angsten en invloeden weet te overwinnen, zal als vanzelf ook meer beheersing verkrijgen en zijn stoffelijke en mentale angsten in een meer aanvaardbaar vlak weten te brengen.

U zult wel begrijpen dat een groot deel van de mentale en stoffelijke angsten, kortom alle angsten die niet duidelijk behoren tot de zuiver instinctieve reacties van het lichaam, voor een groot deel te herleiden zijn tot een gespletenheid van de persoon en geestelijke waarden. Wees jezelf. Maar dat betekent ook dat je de wereld in jezelf moet vinden. Voor veel mensen is dit ondenkbaar. Maar u hebt een voorstellingsvermogen. U kunt dromen en fantaseren. U kunt

een wereld in uzelf scheppen. Herschep dan de wereld die je buiten je leert kennen in jezelf, niet anders, mooier of beter, want dat betekent over het algemeen alleen maar, dat jezelf wat meer op de voorgrond treedt en meer in het middelpunt staat. Herschep innerlijk gewoon de dingen die je kent. Leer de dingen denken, reconstrueren. In het begin lijkt het meer op een geheugenspel, maar op de duur blijkt het een middel te zijn om je relatie met de werkelijkheid te constateren, zelfs wanneer een deel van die werkelijkheid voor jou op dat moment niet onmiddellijk bereikbaar is.

Je moet leven in een werkelijkheid. Daaraan ontkom je niet, maar wat je werkelijkheid noemt, is in feite je contact met anderen. Het andere eventueel ook. Contact is dus in feite voor mij de bevestiging van mijzelf, de uiting van mijzelf en zelfs de zin van mijn bestaan - binnen de beperking van aardse termen althans. Ik ben. Ik heb contact met een wereld of werkelijkheid. Door deze werkelijkheid definieer ik mijzelf. Door wat ik van mijzelf erken, definieer ik opnieuw mijn werkelijkheid. Dit is een voortdurende wisselwerking. Zodra ik aan de werkelijkheid of aan mijzelf toevoeg wat niet behoort tot mijn reële erkenning, vervals ik het totale beeld. Hierdoor ontstaan disharmonieën, discrepanties. Hierdoor ontstaan angsten en komt er ruimte voor het geheime, het onbekende dat niet zozeer onbekend is, maar dat in de meeste gevallen slechts een verdrongen voorstelling van het onbekende in mijzelf zal zijn. Deze dingen vind ik toch eigenlijk ook wel van belang. Ik zou het daarom als volgt nog eens willen zeggen:

Angst is het niets
wanneer ik niet beseft,
dat zolang ik zelve ben,
het Niet _ mij niet bestaat.

Angst is haat,
voor al wat ik niet beseffen wil,
of niet beseffen kan,
omdat ik vrees mij zelve te verliezen,
zodra ik het beseft.

Het is verwerping van de andere.
Ik verhef mij niet
door te verwerpen,
doch slechts door te erkennen.

In de totale levensgang
de akte van het zijn,
waarin de laatste emotie gedooft schijnt,
kan ik leven,
zolang ik slechts mijzelf erken.
En zou geen schepping meer bestaan
en ik nog leven
uit mij zelf zou herontstaan
totaliteit van sterren, werelden,
en al, wat is.

Want wat er in mij bestaat
wat in mij leeft, kan niet vergaan,
zolang ik zelf nog leef.

Brahman ademt
en de wereld met haar volle glans
verdwijnt weer,
in het ongekende niet.

Dan kan ik,
zo ik mij zelve ken,
ondanks die kracht
ook voort bestaan.
Dan ben ik vonk,
waaraan het Al
opnieuw ontsteekt zijn Licht.

Maar vrees ik:
waarlijk voor de wereld dooft,
heb ik mijzelf, beroofd
van Licht en zijn,
val ik teneer in duisternis,
vervolgd door wat ikzelve droom,
totdat in radeloze vlucht ik neerstort,
mijzelve overgeef,
verwachtende slechte ondergang en dood,
en toch beseffend, dat ik leef
om weer opnieuw een zelfde pad te gaan.

Dat is mijn beeld van angst. Maar ook van leven. Het is de angst die de mens er toe drijft veel tot stand te brengen. Het is de angst ook die de mens er toe drijft voortdurend te vernietigen! De angst die wij erkennen voor wat zij is, laat ons de mogelijkheid tot scheppen. Maar zij dwingt ons niet meer tot de vernietiging, de destructie van het al andere omdat wij weten dat wij, zelfs in dit ander, onszelf kennen en hervinden.

En dat, vrienden, is de gedachte die ik u aan het einde van de avond nog voor wilde leggen. U bent soms bang, soms haat u, soms wilt u met alle geweld overwinnen en overtuigen. Het zij zo. Maar zoek achter die dingen dan te erkennen wat u werkelijk bent, wat u werkelijk gelooft en u zult tot uw verbazing zien, dat harmonie mogelijk is met alle dingen en dat zelfs tegenstellingen die elkander schijnt te moeten vernietigen, in feite slechts de contrasten tekenen, waardoor de wereld aangenaam wordt en het leven de tijd kan overwinnen.

Goedenavond.

d.d. 7 november 1969

N.B.

Gezien de geringe belangstelling die wij verwachten op sinterklaasavond zal op vrijdag 5 december GEEN BIJEENKOMST plaats vinden.

Dit nummer verschijnt in het oude lettertype, daar wij in verband met garantiebepalingen nog niet over de nieuwe machine konden beschikken.

Red.

