

## LES 7 - TECHNIEKEN VAN MEDITATIE

De normale term "mediteren" betekent ook: bewegen. Dit houdt over het algemeen in, dat je met een zekere concentratie begint. De grote kunst is om elke gedachte weer terug te leiden tot je punt van uitgang. Deze techniek moet enigszins worden beheerst voor men verder kan gaan. Het is eigenlijk heel eenvoudig,

U bent bezig om te denken over b.v. de ellende van de wereld. De meeste mensen zijn in deze dagen pessimistisch. U bent daarmee bezig en ineens denkt u: heb ik die melk nu wel uitgedaan? Ze kan overkoken. Dan herleidt u dat onmiddellijk en zegt u: Want er is al zoveel ellende op de wereld. Dit is natuurlijk een wat speels voorbeeld, maar het maakt duidelijk wat ik bedoel. Elke gedachte in een meditatietechniek is een voortdurend terugkeren van elke afwijking naar het eigenlijke onderwerp waardoor het concept van het onderwerp zich verder ontwikkelt. Als u dit een aantal malen heeft geprobeerd, dan krijgen we de vraag, welke techniek gaan we verder gebruiken?

Als het gaat om een innerlijke evolutie, zelfverwerkelijking, doordringen tot bepaalde gebieden in jezelf, en misschien in de sferen, dan is het heel belangrijk dat je een juiste sequentie vindt. Met andere woorden: alle meditaties moeten een samenhang vertonen en ze moeten op zichzelf een progressie mogelijk maken. De manier waarop je dit het eenvoudigst doet (ik geef de simpelste methode) is deze:

U vraagt zich af wat op dit moment uw grootste probleem is. Probeer dat probleem van alle kanten te benaderen. Doe dit enkele keren en u zult zien dat één bepaalde gedachte, één bepaald facet steeds weer terugkeert. Na beëindiging van uw meditatie legt u dit vast, De volgende keer gaat u van deze zich steeds herhalende afwijking van uw meditatieonderwerp uit en u begint daarvan een onderwerp te maken. Het eigenaardige is nu, dat uw probleem steeds nog wel zal meespelen, maar in algemene termen. Het wordt meer gezien als iets wat behoort bij het gehele bestaan en niet als iets wat alleen bij u aanwezig is. Daardoor overwint u aan de ene kant enige moeilijkheden. Aan de andere kant maakt u zich een beetje los van een te benepen ik-beeld.

Het is een van de grote problemen voor een ieder die uittredingen e.d. nastreeft, dat hij aan zijn ik-beeld zo sterk gebonden blijft. Een mate van onverschilligheid tegenover jezelf is eigenlijk heel erg belangrijk, als je geestelijk iets wilt bereiken. Maar afstand doen van die voorstelling van jezelf, van het onrecht dat je hebt geleden, van de problemen op je weg, de moeilijkheden waarmee je morgen verwacht te zullen worstelen, dat is nu eenmaal een heel hoge eis. Als we echter in deze techniek verder gaan, dan nemen wij steeds weer afstand van onszelf. Dat is in de eerste aanloop het belangrijkste wat we kunnen doen en wat we kunnen bereiken.

Verwacht niet dat u onmiddellijk geestelijke stemmen hoort en heerlijke muziek of dat u op een andere manier plotseling wordt verrast met hemelse tendensen. U bent alleen nog bezig afstand te nemen van uzelf. Hierdoor echter staat u open voor een werkelijkheid die meeromvattend is dan normaal. U gaat niet alleen uw eigen wereld in een andere samenhang zien, maar u bent gevoelig geworden voor invloeden in een wereld die we dan paranormaal en geestelijk plegen te noemen.

Wanneer u zover bent gekomen, zult u vaak overgaan op symbolen. In uw overweging komt één bepaald begrip, soms één bepaalde klank of een woord (het hoeft niet eens een verstaanbaar woord te zijn) steeds weer naar voren. En volgens onze regels gebruikt u dat dan weer als uitgangspunt. Hierdoor komt u in contact met andere werelden.

Die andere werelden houden in, dat u zichzelf anders gaat zien. Als uw problemen onbelangrijker worden, als uw mogelijkheden en vermogens a.h.w. meer gaan spreken, dan zijn we geneigd om ijdel te worden. Het lijkt net de boze stiefmoeder uit Sneeuwitje:

Spiegeltje, spiegeltje aan de wand, wie is de esoterisch mooiste in dit land? Vermijd dat nu een beetje. U bent niet bezig uzelf te beschouwen en te onderzoeken.

In deze techniek gaat het er juist om uzelf kwijt te raken. Werelden die u ontmoet, zijn werelden om beleefd te worden. Symbolen, die erin optreden, zijn alleen maar de sleutels om uzelf beter te begrijpen, maar gelijktijdig om uw eigen mogelijkheden beter te gebruiken.

Elke meditatie levert over het algemeen één overwegend punt op. Dat punt is altijd het begin voor een volgende meditatie. Komt u zover dat innerlijke krachten gaan optreden, dan heeft u nog steeds die aanloop nodig, die sleutel.

Het kan zijn dat u in contact komt met de een of andere geestelijke wereld. U bent b.v. ergens in een parkachtig landschap. Er zal één ding zijn dat u heeft getroffen. Voor de een is het een lotusvijver, voor de ander een mooie ceder en voor een derde misschien alleen maar een perk met bloemen. Neem dat als uitgangspunt.

Het is altijd weer verder gaan. Het is altijd weer zoeken naar nieuwe associaties en gelijktijdig alles toch weer herleiden tot het punt van uitgang voor zover dat mogelijk is.

Deze op zich eenvoudige techniek, die het grote voordeel heeft dat u niet een directe leiding van deskundigen nodig heeft bij uw meditatie, voert u over het algemeen tot in de Zomerlandwerelden en voor een enkeling iets hoger. Op het ogenblik echter dat u dergelijke werelden bereikt, heeft u voldoende geestelijke contacten die u verder kunnen helpen. U bent dan vanaf dat ogenblik een begeleide reiziger in de sferen.

Een heel andere techniek is die waarbij we uitgaan van een opgezet schema. Hier wordt het schema niet door toeval bepaald, maar wij leggen van tevoren alles vast tot de meditatietijd toe. In het eerste geval mediteert u de ene keer 10 minuten, de andere keer bent u er een uur mee bezig. In deze techniek niet. Wij zetten a.h.w. de kookwekker klaar die na een half uur zegt: wakker worden. Hier is het heel belangrijk dat u uw meditatieonderwerpen goed kiest en ook weer in een zekere samenhang.

Ik kan mij voorstellen dat u wilt gaan mediteren over de goddelijke liefde. Dat is erg mooi, maar het zal u waarschijnlijk vooral in het begin niet veel zeggen. Trouwens is dat erg moeilijk, want als iemand praat over de goddelijke liefde, dan heb ik altijd de neiging te zeggen: Kijk eens naar de wereld, misschien dat je dan je mening herziet.

Kies altijd als eerste uitgangspunt iets wat dicht bij u ligt. Dat kan net zo goed zijn de lente die komt en het eerste jonge groen als het gevaar van een atoombom. Het hindert niet wat het is. Maar als u begint met de lente, dan bent u bezig met een groeiproces en dan zult u elke volgende fase in dezelfde termen moeten inkleden. U begint met lente, gaat verder naar bloemen, gaat van bloemen verder naar vruchtzetting, van vruchtzetting naar vrucht, van vrucht naar oogst, van oogst naar winter waarin tevens de hernieuwing van het leven plaatsvindt. Wie wil uitgaan van een atoombom, die gaat zeer waarschijnlijk uit van een gevaar voor de mensheid. Hij moet zich dus realiseren dat het gevaar moet worden opgelost. De vraag is: welke kracht? De kracht tegenover het gevaar zou het tweede onderwerp zijn. De ontwikkeling van de kracht ondanks alle dreiging is dan het derde punt. De dreiging is niet reëel is het vierde punt. Het vijfde punt is: de eeuwige kracht overwint alle dingen. En ga zo maar verder. Deze punten moet u van tevoren uitzoeken en opstellen.

Persoonlijk ben ik op deze techniek niet zo gesteld, omdat de mensen de neiging hebben om het mooier te maken. Onthoudt u dit: Een werkelijk mooie meditatie is meestal geen cent waard. Maakt u dan liever sinterklaasrijmpjes.

Het gaat er niet om u allemaal mooie en hoge dingen voor te stellen en daarmee bezig te zijn. Het gaat erom een directe relatie te vinden tussen uzelf en al die andere bestaansmogelijkheden en werelden waar u toch eigenlijk ook bij hoort. Als u, zoals sommigen doen, die meditatie ook nog wilt gebruiken om krachten te ontwikkelen, dan heeft u meer aan een systeem waarmee u uw relatie tot de kracht voortdurend tot middelpunt maakt van uw overweging. Hier gaan we uit van de vraag: Welk aspect van de kracht kan ik mij voorstellen? Hoe kan ik dit innerlijk beleven? Om u een eenvoudig voorbeeld te geven:

U bent misschien nogal eens driftig. Begint u rustig te overwegen wat rood licht eigenlijk betekent. En denkt u dan niet alleen aan horizontale beroepen, maar ook aan de geestelijke betekenis ervan. Wanneer u daarmee klaar bent, kunt u misschien zeggen: Ja, ik heb een geloof.

Stel u dan een goud-groen licht voor. Probeer na te gaan wat het u zegt, wat het voor u betekent. Probeer alles wat u te binnen schiet steeds weer in die kleuren te plaatsen. Probeer zo verder te gaan totdat u alle kleuren heeft gehad, alle kleuren die u zich kunt voorstellen. Ook mauve en kastanje en hoe al die kleuren tegenwoordig mogen heten, al die varianten en tussentonen. Neem ze rustig als onderwerp.

Elke kleur moet voor u een persoonlijke betekenis hebben. Is dat niet het geval, dan hoeft het weinig zin om daarover te mediteren. Door alle kleuren steeds na elkaar te plaatsen krijgt u een begrip van verschillende vormen van energie die u althans emotioneel in uzelf ervaart en waarvan u zelfs een zekere inwerking ondergaat.

Zodra wij zijn gekomen aan de werkelijk lichte kleuren, b.v. zilver, blauw e.d. en ook deze kunnen beleven, gaan wij ons ook nog voorstellen dat deze lichtkracht in ons kan werken. De emotie is gelijk aan de kracht van het licht. Wanneer wij ook deze suggestie in ons kunnen verwezenlijken en verwerklijken, ontstaat er een relatie tussen onze poging om paranormale krachten van welke aard dan ook te gebruiken en de kleurvoorstelling, en emotie die wij tijdens de meditatie hebben gevonden. Hierdoor kunnen wij veel en veel meer bereiken dan zonder dit mogelijk zou zijn.

Een techniek die alleen onder bepaalde omstandigheden functioneert is de z.g. leegtemeditatie. Ze wordt in het Oosten nogal eens aanbevolen. Ze geeft over het algemeen in ieder geval de kans tot snelle recuperatie van het lichaam, maar de geestelijke waarde ervan is altijd een beetje twijfelachtig. Wilt u echter deze techniek gebruiken, dan moet u eerst een sleutel vinden. Die sleutel kan u door een deskundige worden gegeven, maar het kan ook zijn dat u voortdurend met een bepaalde voorstelling wordt geconfronteerd, zelfs met een bepaald contact uit de sferen. Neem dit als uitgangspunt voor uw meditatie. Probeer alleen dat fenomeen of die uiting nog te beleven en verder niets. Op het ogenblik, dat ze alleen nog maar uw hele besef in beslag neemt, let er niet meer op. Zo ontstaat de leegte.

Gebruik in dit geval altijd hetzelfde punt van uitgang. Probeer die leegte steeds sneller te bereiken en tracht ze volledig, maar emotioneel bewust, te ondergaan. Met andere woorden: u let niet meer op vormen en gedachten maar alleen op gevoelens. Als gevoelens voor u minder aanvaardbaar zijn (ik denk vooral aan een beetje zwartgallige gevoelens), dan moet u zich realiseren dat er altijd een counterpart, een tegenstelling is. Wissel dan de gevoelens om voor de tegenstelling bij de volgende meditatie. Op deze wijze kunt u inderdaad het lichaam ertoe brengen zich volkomen te ontspannen. Het heeft als voordeel dat het gifstoffen wat gemakkelijker afvoert en dat het door de juiste ademhaling een betere oxygenatie van het bloed tot stand brengt.

Daarnaast betekent het dat u geestelijk tot rust komt, omdat een verstandelijke beïnvloeding van al hetgeen u ervaart steeds minder geschiedt. Wat u tenslotte aan gevoelens overhoudt, is meestal de reflex van datgene wat u in een sfeer of in verband met een sfeer bent op dat moment. Door het niet te benoemen leeft u in een zekere vaagheid. Deze vaagheid kan u echter wel het gevoel geven van blijmoedigheid, van kracht, van sterkte en heel vaak daarbij uw intuïtieve vermogens sneller ontwikkelen. U gaat aanvoelen wat u wel en niet kunt doen, wel en niet moogt doen. Op deze manier kunt u dus ook verdergaan.

Er zijn echter mensen, die altijd proberen om emoties dan toch weer te verklaren. Als u zo'n type bent, kunt u deze methode beter achterwege laten.

Dan kennen we verder nog gemeenschapstechnieken van meditatie, vooral omdat een aantal mensen geneigd is om samen te mediteren. Hier komen wij natuurlijk op een heel afwijkend terrein ten aanzien van het voorgaande.

Bij gemeenschapsmeditatie is het erg belangrijk dat men degene die in de meditatie voorgaat geheel volgt. Niet zelf denken, maar opgaan in hetgeen wordt gezegd. Degene die spreekt,

behoeft dat niet mooi te doen, maar hij moet wel iets vertolken, iets verklanken wat voor allen erg belangrijk is. We zouden dit ongeveer als volgt kunnen voorstellen:

*"Wij willen nu mediteren over hét Licht, het gouden Licht, de gouden Kracht die ons allen omgeeft.*

*Deze Kracht is rond ons. Deze Kracht is in ons. Met deze Kracht zullen wij samen sterk zijn. Deze Kracht geeft ons de mogelijkheid om in onze wereld beter te werken en te handelen. Daarom willen wij één zijn met deze Kracht.*

*Het gouden Licht is stralend, is helder. Het omringt ons. Het is als een zee van licht die ons groet. Wij staan open voor dit Licht.*

*Wij ondergaan dit licht. Door ons geheel te schenken aan dit Licht, ons op te lossen in dit Licht zullen wij de kracht van dit Licht ons eigen maken. Zij zal deel worden van ons zijn en van ons wezen. Zij zal de drijvende Kracht, kunnen zijn voor ons leven. En in deze Kracht zullen wij dan beseffen welke waarden, welke personen en mogelijkheden in de Kracht schuilen."*

Een klein voorbeeld. Ik heb opzettelijk niet gezocht naar een bijzonder fraaie formulering. Want als je te mooi en te poëtisch gaat spreken, dan werkt het wel erg suggestief, maar je hebt grote kans dat de mensen opgaan in een emotie die je oproept en daardoor eigenlijk niet meer komen tot het zelfstandig éénworden met de kracht. Dat moet je vermijden.

Als je met dergelijke meditatietechnieken werkt in een groep, dan is het erg belangrijk dat ze regelmatig plaatsvinden. Het hoeft niet elke dag. Maar als je afspreekt eens in de week, eens in de twee weken, eens in de maand, dan moet je daar naartoe kunnen leven. Dan moet het niet zijn dat je zegt: Ja, we zouden eigenlijk vandaag mediteren, maar Jan heeft een vergadering, Piet is naar een concert en onze normale voorganger wilde heel graag naar Ajax-Feyenoord, dus dan doen we het de volgende dag maar. Dat kun je niet doen. Houd je aan een vaste indeling en probeer dergelijke meditatiegedurende lange tijd met steeds dezelfde groep (dit is erg belangrijk) te herhalen.

Valt er iemand af, vervang die dan niet zonder meer. Ga gewoon verder met de kleinere groep. Want zeer belangrijk is de eenheid die in zo'n groep heerst: de wijze van samen doen en samen denken die juist het resultaat voor de eenling binnen de groep mogelijk maakt.

Dan zijn er natuurlijk nog duizend-en-één andere technieken. Wij moeten bij het hanteren van technieken vooral begrijpen dat de techniek een middel is. Zelf is ze niet de bereiking. Als u een fietspomp heeft, kunt u een fietsband oppompen, maar als u dan daarmee een autoband op spanning moet brengen, dan ben ik bang dat het u bijna de nek zal breken. Het instrument moet aangepast zijn aan de taak.

De techniek die wij gebruiken moet gebaseerd zijn op onze werkelijke noden en behoeften. Ze moet niet alleen samenhangen met iets moois en iets hogers, maar ze moet werkelijk wortelen en zetelen in ons bestaan van het ogenblik. Dit betekent, dat wij niet altijd een techniek kunnen blijven handhaven. Als wij merken dat iets niet meer werkt, dan zoeken wij een andere techniek. Als het niet mogelijk is associatief nog verder te komen, dan maken we maar een lijstje en proberen wij het eens met een ander systeem.

U bent niet de slaaf van een bepaalde methode van werken.

En het is zeker niet waar, dat het wisselen van werkmethode gevaren met zich zou brengen of u ver zou doen terugvallen. Dat is alleen het geval, indien u zoudt wisselen van de ene groep naar de andere, omdat u dan inderdaad een totaal nieuwe harmonie moet vinden voordat u verder kunt gaan.

Degenen die zich bezighouden met paranormale krachten en met wat daar verder mee samenhangt, zullen meditatietechnieken op hun eigen wijze gebruiken. Iemand, die magnetiseert, kan op een gegeven ogenblik daarvan moe worden. Dan zijn er mensen die zeggen: Ik moet toch verder gaan. Dat is natuurlijk onzin. Dat is hetzelfde als zeggen: de karaf is leeg, maar houd je beker er maar bij, ik zal wat inschenken. Dat gaat niet.

Zo'n magnetiseur heeft in de eerste plaats herstel nodig. Herstel betekent een zo diep mogelijke rust en ontspanning. Waar je die in zoekt, is niet belangrijk. Maar in een dergelijk geval zal de meditatie proberen om zo snel mogelijk een stadium van gedachteloosheid te bereiken. Het is ook erg belangrijk dat je bij dergelijke meditaties de houding vindt die voor jou werkelijk de gemakkelijkste, de meest relaxerende is.

Ik zou vanuit mijn standpunt, maar dat is nooit bindend, het volgende wel kunnen aanbevelen: Streck uw lichaam zo recht mogelijk uit, b.v. op de grond of als het u te hard is op iets wat in ieder geval vlak is en niet teveel inzakt onder uw gewicht zo u dit althans bezit. Zorg dat armen en benen los liggen. Dus niet de benen gekruist over elkaar of te zeer tegen elkaar. Leg ze maar een eindje van elkaar af. Laat de handen ontspannen rusten naast het lichaam. En dan is het ook niet: moet ik de handpalmen naar boven of naar beneden houden. U doet het zoals het u het gemakkelijkst is. Pas op het ogenblik dat u werkelijk het gevoel heeft: nu lig ik helemaal gemakkelijk, begint u met een meditatie.

Ik raad u aan om als sleutel daarvoor uw werk te gebruiken. Dus wat probeert u te doen? Kracht door te geven.

Kracht doorgeven betekent verbonden zijn met de Kracht. Verbonden zijn met de Kracht betekent, dat u zelf eigenlijk niet helemaal meetelt. U bent alleen maar instrument, meer niet. Daarom is het niet belangrijk dat u zich bezighoudt met de Kracht.

Instrument zijn betekent ook dat u het moet overlaten aan die Kracht. Laat die Kracht maar door u heen gaan. Laat die Kracht maar door u werken. Niets is belangrijk. U ligt ontspannen. Voor u het weet bent u in een slaperige toestand gekomen. Laat die gewoon even voortduren. U zult merken dat u dan met 10 à 15 minuten rusten op deze manier na de inleidende overwegingen evenveel veerkracht herwint als normaal met een slaap van enige uren.

U zoudt dezelfde techniek soms kunnen gebruiken wanneer u heel weinig tijd heeft en erg moe bent. U kunt dan in zeer korte tijd uzelf aardig opladen.

Wilt u gebruik maken van energieën om u heen, b.v. om uw ontvankelijkheid op te voeren, dan zult u het weer anders moeten doen.

Hiervoor nemen we een houding aan die wél gesloten is. Een lotushouding zou ideaal zijn, mits u geen pijn krijgt door de kleermakerszit. U kunt dan beter een andere houding kiezen. Hier is het echter belangrijk dat er een sluiting van de ketens in het lichaam wordt bereikt. Het best doet u dit door de benen te kruisen zodat de enkels elkaar beroeren en de handen op de knieën te laten rusten. Wilt u dat niet, dan kunt u de handen samenbrengen ongeveer op de hoogte van het middenrif. Leg ze gewoon op elkaar.

In dit geval wilt u gevoelig zijn. U stelt zich voor, dat er een enorme stilte is. Kies als uitgangspunt: overweeg de stilte. Laat alles op u afkomen. Wordt u bewust van alle flarden die u bereiken, maar stoor u daar niet aan. Probeer neutraal te zijn. Als u stemmen hoort, luister niet. Laat ze aan u voorbij gaan. In deze toestand laadt u in de eerste plaats uzelf op. In de tweede plaats vergroot u uw gevoeligheid juist door het gebrek aan concentratie op het verschijnsel.

Wilt u deze vorm van meditatie nog ondersteunen, dan begint u met enkele eenvoudige adem oefeningen. Daarvoor zou ik u aanraden driemaal een reinigende ademhaling te doen. Bij de reinigende ademhaling halen wij diep adem zodat zowel de longpunt als de longtop gevuld zijn. Wij combineren dus borst- en buikademhaling voor een ogenblik met elkaar. Dan houden wij even de adem in (dat behoeven we niet te tellen) daarna met korte stoten achter elkaar uitademen.

Het geluid dat u dan voortbrengt lijkt een beetje op het hijgen van een hond, zij het iets trager, maar wel met het gevolg dat u uw longinhoud redelijk leegmaakt. Door de stotende beweging waarmee de uitademing gaat, ontdoet u de luchtwegen van allerlei dingen die daarin niet thuishoren. U bereidt u voor op een weer inademen waarbij u dan niet alleen lucht opneemt, maar ook in staat bent om veel van de lading in die lucht op te nemen of zoals men wel zegt: de od-kracht.

Als u dat een drietal keren heeft gedaan, past u dan nog de gefaseerde ademhaling toe. Dit moet u echter voor uzelf uitmaken. De eerste keer is meestal twee- tot driemaal genoeg. Later zult u het misschien zelf iets uitbreiden. Inademing vier tellen. Vier tellen de adem inhouden, daarna in acht tellen uitademen. U kunt dat later nog doen met neusgat controle zodat u de ene keer inademt en uitademt door het linker- en dan door het rechterneusgat, wat u doet door ze licht dicht te drukken. Maar dat is niet eens zo belangrijk. Het gaat erom dat u hierdoor uw lichaam voorziet van energie uit uw omgeving en daardoor de mogelijkheid geeft aan uw lichaamsstromen om evenwichtiger te werken, terwijl u gelijktijdig uw zenuwstelsel oplaadt zodat uw gevoeligheid aanmerkelijk toeneemt.

De meditatie over rust en stilte die hierop volgt, geeft u de mogelijkheid u voor te bereiden op het ontvangen van werkelijk heldere signalen. Na de beëindiging van de overweging (dit absoluut stilte zoeken en stilte zijn) kunt u zich enige minuten bewust worden van de indrukken die op u afstormen. Probeer daaruit - het zijn er in het begin altijd teveel - één of hoogstens twee te selecteren. Probeer dan die bewust te volgen. Na enige oefeningen en herhalingen bent u in staat bepaalde invloeden en stemmen te horen. Controleer altijd of hetgeen u ontvangt misschien een telepathisch contact met mensen is.

Denk niet, dat het altijd direct de hoogste geest is die het woord tot u richt.

Nu wij deze situatie hebben gezien, kan ik u nog een aardige meditatietruc leren. Het kan voorkomen dat u zich vergezeld, belaagd, geplaagd, geholpen misschien ook voelt door onzichtbare entiteiten die u toch zo nu en dan een beetje lastig zijn. Als dat het geval is, zouden ook concentratie- en meditatietechnieken daar vaak veel aan kunnen verholpen.

U begint weer uzelf zo goed mogelijk te ontspannen. Zoals ook op de manier voor magnetiseurs en voor het magnetiseren die ik heb beschreven. Wanneer u nu begint te overwegen, neemt u één van de verstoringsverschijnselen die voor u het meest hinderlijk was in de laatste tijd als onderwerp. Stel u dit geheel voor. Laat het volledig in u opkomen. Dan zal dat beeld langzamerhand een verklaring voor zich gaan geven: er komen associaties bij. De betekenissen worden duidelijk. Eerst wanneer dit is gebeurd, vervolgt u uw meditatie door uw houding tegenover dat verschijnsel mede in te sluiten en dus het beeld a.h.w. van u af te drijven 'naar een onbekende verte, dan wel op grond van de ontvangen boodschappen bepaalde aspecten te aanvaarden en andere te ontkennen. Hierdoor bent u mogelijk in staat een selectief en daardoor voor u aanvaardbaar en goed gebruik te maken van dergelijke verschijnselen en krachten.

Deze oefeningen moeten altijd meermalen worden gedaan. En als u werkelijk dergelijke verschijnselen ondervindt, dan zou ik u de raad geven om er toch maar een keer of vijf de eerste week dergelijke meditaties met steeds hetzelfde beginpunt te houden. Later zult u zien dat u zich veel gemakkelijker instelt. Maar alles moet een gewoonte worden.

Dan nog een laatste punt: Ik heb geprobeerd u een aantal technieken schetsmatig te geven, maar wel zodanig dat u in staat bent die voor uzelf verder in te vullen. Meditatie en wat dat betreft ook contemplatie zijn zeer belangrijke zaken, als het erom gaat tot zelferkenning te komen. Want alleen de mens die besef heeft van zijn eigen mogelijkheden, maar ook van zijn banden met deze wereld en andere werelden, is in staat werkelijk iets goeds tot stand te brengen. Dit impliceert echter ook, dat moet u goed begrijpen, dat u datgene wat u innerlijk beleeft en ervaart ook ziet als iets wat in uw eigen werkelijkheid plaatsheeft. U kunt nooit iets ontkennen in uw eigen werkelijkheid, in uw leven en daden en dat gelijktijdig geestelijk aanvaarden en omgekeerd.

Bij alle oefeningen gaat het erom jezelf te zijn, jezelf te ontplooiën, jezelf te ontwikkelen tot datgene wat je hoogste potentie op aarde is. Doe je dit, dan zul je daardoor geestelijk hetzelfde ook tot stand brengen.

Wie zich alleen bezighoudt met de theorie komt nooit verder. Iemand die zijn technieken uit een boekje leert en ze nooit in praktijk brengt, zal nooit goed leren dansen of leren vijlen. Hij zal nooit een stopcontact zo kunnen aansluiten dat er geen gevaar voor hem of voor de omgeving ontstaat etc. Realiseer u dit.

Zelferkenning heeft niet alleen te maken met de innerlijke werkelijkheid. Ze heeft wel degelijk ook te maken met de manier waarop we in de wereld staan: datgene wat we tonen te zijn, datgene wat wij proberen in onze wereld werkelijk te maken. Pas wanneer deze beide samenkomen, maken wij ons waar en leren wij onszelf kennen. En eerst als wij onszelf waarmaken, beter leren kennen en beseffen met al onze onvolkomenheden, met al onze tekortkomingen, met onze goede kanten, zullen wij in staat zijn de geestelijke elementen op de juiste wijze in te passen in het stoffelijke bestaan.

Houd mij deze laatste noot ten goede. Ze is voor velen die aan esoterie en dergelijke zaken doen heel erg belangrijk. Voor anderen is ze misschien minder belangrijk, maar het kan nooit kwaad om het nog een keer te horen. Hiermede beëindig ik deze lezing.

❖ *Mediteren over hoge onderwerpen worden soms wel aanbevolen.....*

Ik kan dat begrijpen, omdat ze hopen dat daardoor associaties met het ik oprijzen. Er is een tijd geweest dat heel veel meisjes probeerden eruit te zien als een zekere Brigitte Bardot, maar daarmee waren ze het nog niet,

Mediteren over die hoge onderwerpen op zichzelf kan verdienstelijk zijn. Het kan soms zelfs resultaten geven. Maar het gebruikmaken van dergelijke voorstellingen om je eigen transformatie in te leiden, is erg gevaarlijk, omdat je dan niet uitgaat van je eigen mogelijkheden, je eigen werkelijke vermogens, maar van een ideaal beeld dat je niet kunt waarmaken en dat je daardoor teleurstellingen bezorgt met als gevolg, dat je niet bereikt wat je zoudt kunnen bereiken.

Mijnzijdig is er dus wel enig bezwaar tegen deze techniek. Ik kan echter begrijpen dat men ze als een systeem probeert te leren, omdat mensen nu eenmaal achter filosofieën en idealen gemakkelijker aan gaan dan achter de werkelijkheid van hun eigen wezen.

### DE MYSTERIESPELEN

In de oudheid waren mysteriespelen zeer bekend. Sommige daarvan werden zelfs voor publiek opgevoerd, andere meer in besloten kring beleefd. In al datgene wat wij meditatief doen, speelt ook het éénworden met iets anders een rol. Dat was nu juist wat in de mysteriespelen een heel grote rol speelde. Men beeldde daar b.v. een godheid uit. Men beeldde bepaalde krachten van de natuur uit en men werd door dit met volledige overgave te doen als het ware één daarmee.

Opvallend is, dat praktisch alle mysteriespelen waren gebaseerd op een improvisatie wat betreft woord en gelijktijdig een uiterste stylering van gebaar, houding en plaats. Je zoudt een mysteriespel ongeveer kunnen omschrijven als een dans waarbij de deelnemers zelf een kracht vertegenwoordigen, zich daarin zodanig inleven dat ze spontaan de tekst voortbrengen die past én bij de persoon én bij het gehele gebeuren zoals dat wordt uitgebeeld.

Natuurlijk zijn mysteriespelen altijd weer iets waar de mens een beetje vreemd tegenaan kijkt. Wij weten b.v. dat in Babylon mysteriespelen werden gehouden waarin een priester Marduk (een heel grote godheid) voorstelde en een danseres de aarde vertegenwoordigde. Zij kwamen dan ook zeer plastisch samen. Daar waren ook raadgevers bij: een soort hofhouding.

Nebu, de God van de wijsheid, werd vaak gespeeld door een filosoof ofwel een lagere priester, dan wel door gewoon een kluizenaar die voor de gelegenheid was aangetrokken. Er waren verder allerlei figuren uit de gemeenschap van de tempel en figuren van buiten. Soms werd als een bijzondere gunst aan een hooggeplaatste (een satraap) of misschien zelfs een directe vriend van de vorst de gelegenheid geboden om eveneens een rol mee te spelen.

De dominerende figuren waren hier altijd weer Marduk en daarnaast Ishtar. Ishtar die vaak zelfs door twee personen werd uitgebeeld, omdat ze gelijktijdig de strijdlustige was en de goedertieren.

Het spel speelde zich meestal af op de 3<sup>e</sup> etage van een tempelpiramide. Het werd alleen bijgewoond door ingewijden en zeer hooggeplaatste burgers. Maar wanneer het was afgelopen, dan gingen degenen die dat spel hadden gespeeld in hun vereenzelviging met deze figuren in een plechtige processie door de stad rond. Ze werden daar rond gereden, ten dele rond

gedragen. Ishtar b.v. werd als de Goedertieren gedragen op een soort palakijn, maar zonder dak, terwijl de Strijdvaardige in een wagen werd voortgetrokken, soms bespannen met dieren, soms ook door slaven. De burgers keken dan toe en zagen daar hun goden door de straten gaan.

Een ietwat vergelijkbare processie kennen we ook uit Egypte. Het was het z.g. bezoek der Goden. Wanneer namelijk een god op bezoek ging bij een andere god, dan werd zijn beeld in een processie gedragen op een bark gezet eventueel, door de straten van de stad gedragen omringd door priesters die dan vaak ook nog heel goede hypnotiseurs en suggestoren waren die zekere wonderen deden. Aan zo'n hele geschiedenis ging één ding vooraf: Er werd iemand gekozen die de godheid moest representeren. Dat was een soort medium. Deze werd door de priesters met wierook en bepaalde middelen in een trancetoestand gebracht. Hem werd dan gesuggereerd dat hij die god zelf was. Vanaf dat ogenblik trad hij tegenover zijn priesters op als de godheid. Tijdens het gehele bezoek, dat overigens was vastgesteld en precies uitgerekend, was hij het die de uitspraken van de godheid deed. Hij werd dan meegevoerd, hetzij gedragen, hetzij in sommige gevallen gereden of in de bark gezet vlak achter het beeld van de godheid dat feitelijk op bezoek was.

Bij de ontmoeting van de goden was er dan aan de andere kant ook een jonge priester gekozen die in zo'n zelfde trancetoestand was gebracht. Deze twee priesters als goden getransformeerd (zo voelden zij zich: ze wisten niet beter of ze waren het) gingen dan een dialoog aan. Ze spraken met elkaar, ze schepten op (mensen doen dat en goden kennelijk ook) en rond hen groepeerden zich dan de twee hofhoudingen. Datgene wat dan gebeurde op bevel van deze twee goden en dat wat ze zeiden, werd opgetekend aan beide kanten. Het was vaak beslissend voor politieke verhoudingen, voor verrichtingen in de nabije toekomst, soms zelfs voor het lot van stadhouders en belangrijke priesters.

Heel anders ging het weer toe bij bepaalde Isis-mysteriën. Hier werd een deel van de bijeenkomst in het half duister bij fakkellicht gehouden meestal in een grot of in een ruimte die dan was aangekleed als een grot. Hier werd dan het opwekken van Osiris uitgevoerd. Isis veranderde. Zij transformeerde zich a.h.w. totdat zij werkelijk de Lichtende was geworden. Het eigenaardige was dat de priesteres (het waren allemaal priesteressen die het deden behalve Osiris die was natuurlijk een priester) op den duur door deze suggestie zodanig stralend was geworden dat ze in staat was om spontane gezangen uit te voeren, daarbij gaf ze ook orakels.

Dit geschiedde dan in de buitenlucht waar een plechtige optocht werd gehouden en fakkels werden gebruikt. Dan moest er een bepaalde maanstand zijn: de maan moest tegen vol aan, dus wassend zijn. Vervolgens werd een vijver eerst helemaal omgelopen, daarna werd sloop gegaan, want de reizende eeuwigheid is voor Isis de werkelijkheid waarmee ze de wereld omvat. Daarom moest zij die tocht maken.

Wanneer die tocht ten einde was, werd de vertegenwoordigster van Isis in slaap gebracht. Niet Osiris, die bleef wakker. Voor het in slaap brengen hadden ze ook bepaalde reukmiddelen. Vermoedelijk ook wel een bijmengsel in de drank die haar werd aangeboden. Wanneer ze dan tot zichzelf kwam, was ze weer gewoon priesteres.

Osiris daarentegen maakte nog een tocht en ging vaak naar een tempel in een andere stad. Dat deed hij als Osiris in een speciale bark met speciale roeiers, speciale zeilers. Wanneer ze dan aankwamen, bezocht hij de tempel van Amon, van Re of hoe in die stad de god van de zon werd vereerd. Daar knielde hij neer en keerde tot zichzelf terug.

Hiermee werd uitgebeeld de belangrijkheid van Isis, die in feite Osiris naar voren schuift. De herrezene heeft dan de taak om met de goden te communiceren. Dat is niet meer de taak van Isis. Zij is wel de profetes die van tevoren zegt hoe het zal gaan.

Een beetje anders zien wij het in Griekenland. Er zijn daar een aantal gebruiken die hier als nogal grof overkomen. Dionysosfeesten e.d.. In Griekenland werden dan hele optochten van dronken lieden gehouden. Zij waren echter heus niet alleen dronken van de wijn. Het was de bedoeling dat ze in een soort extase kwamen. Gedurende zo'n optocht werd er dan ook de hele



tijd door gedanst. Dat was niet hossen, maar het was werkelijk een in vervoering dansen. Zoals David danste voor de Ark uit.

Hierdoor verloren de mensen ook hun contact met hun omgeving. Ze werden eigenlijk meer deel van de natuur. Ze beleefde de krachten van de natuur. Ze konden de bezieling van de natuur aanvoelen. Onder hen waren er dan ook enkelen die heel wonderlijke uitspraken deden welke onmiddellijk werden vastgelegd door priesters . Die werden dan gebruikt om als een soort orakel te dienen en gelijktijdig ook het verloop van de stoet van het volgende jaar vast te stellen.

De vrouwen hadden hun eigen mysterie. Daarbij werden ook bepaalde godinnen aangeroepen, maar ook sommige nymphen. Wanneer die vrouwen bezig waren, dan mochten ze absoluut niet worden gestoord door een man of door een vreemdeling. Vandaar dat bekend was dat deze wilde bende (ze werden ze genoemd) eenvoudig mannen verscheurde. Het was eigenlijk verweer. Want de werking van de vrouw was het erkennen van de vruchtbaarheid, het beleven van de vruchtbaarheid maar tevens het vinden van de totale kracht die de vruchtbaarheid beheerst. Dit werd dan uitgebeeld. Verder waren ze dan volledig van zinnen, want ze waren één-geworden met de kracht van de natuur. Ze waren met het hele voortbrengingsproces bezig en een storing werd op een bijna dierlijke wijze afgedaan.

Er waren ook meer Apollonische Mysteriën. Deze waren in tegenstelling tot de voorgaanden over het algemeen van een vaste tekst voorzien. Soms waren het zelfs dichtstrofen. Hier is de beweging weer iets vrijer. Hier hebben we te maken met een uitvoering die plaatsvindt voor ingewijden. Mensen die gereinigd zijn, die bepaalde inwijdingen hebben ondergaan en die in het mysteriespel heel vaak herbeleven wat zij vroeger, toen ze zelf een van de personen hadden uitgebeeld, hebben doorgemaakt. Het is dan ook niet zo verwonderlijk dat er over die mysteriën zo weinig bekend is geworden.

Mysteriën waren voor een zeer groot gedeelte een spontane gebeurtenis. Ze werden niet vastgelegd. Ze waren geen rituelen zoals men tegenwoordig denkt. Ze waren vereenzelvigingen met iets anders.

Als u bezig bent met mediteren, dan kunt u via die meditatie proberen een andere wereld te beleven. Voor deze eenvoudige mensen waren er nog geen andere werelden. De Olympos misschien. Maar wat was er dan wel? Er waren de eeuwige krachten die meester waren over de mensheid en over de aspecten van de natuur. Het is duidelijk, dat ze deze gingen beleven en daar volledig wilden binnentreden.

Dat betekende ook, dat voordat je begon je een hele tijd je bezighield met de figuur die je moest uitbeelden: dat je probeerde je daarin in te leven: dat je moest vergeten wie je was om tot iets anders te worden. Maar dat anders was dan niet alleen maar een vertoning. Het was een complete beleving waardoor je op dat moment de macht had van de god die je uitbeelde. Langzamerhand is dat natuurlijk wat verwaterd. Het is eigenlijk geworden tot een soort carnaval met heel veel orgieën. Dat is al in de Romeinse tijd gebeurd.

De mensen hebben grotendeels de kunst verloren om één te worden met het andere. In deze tijd zijn er nog wel bepaalde mysteriën die prima uitgevoerd worden met de juiste opstelling, met juiste incantaties, maar het is allemaal zo geregeld, het is zo ritueel. En juist om te komen tot een werkelijke eenheid met een hoge kracht, het werkelijk beleven van een hogere Wereld, moet je los komen te staan van regels.

De regels zijn er in het begin. Het is een platform vanwaar je vertrekt. Maar de reis zelf is een reis door de hemelen. Dat is een reis, die door mensen niet kan worden bepaald. Als je dan een dans daaraan verbindt, is dat in vele gevallen hoofdzakelijk omdat je in de choreografie eigenlijk de mogelijkheid schept om het heelal uit te beelden, terwijl elke godheid toch in zichzelf en met zichzelf kan leven en bewegen en in het bewegen zichzelf kan uiten niet alleen als persoonlijkheid maar in relatie tot de anderen.

Het is duidelijk, dat al deze dingen voor de mensen een beetje eigenaardig zijn. Moderne mensen zullen voor bepaalde aspecten van die mysteriespelen als zij ze ooit zouden leren

kennen, waarschijnlijk hun wenkbrauwen fronsen of hun schouders ophalen en zeggen: Nou ja, dat was ook zo primitief.

Zijn er dan in deze tijd geen heksendienaars en tovenaars? Men zegt: Het zijn duivelvereerders. Maar dat zijn ze lang niet altijd. Veel van de heksen, vooral de witte heksen, redeneren als volgt: Wij eren God. God is goed en geeft ons onze kracht. De duivel houden wij te vriend, want dan hebben wij daar geen last van.

In dergelijke ritens speelt, zoals in het verleden, een aantal vruchtbaarheidssymbolen een rol. Dat kan gaan tot rituele paring toe. Het is het rugwaarts dansen naar het altaar. Het is de omkering van alle waarden. Het is eigenlijk een poging om je eigen redelijke wereld opzij te zetten om iets uit te beelden wat oerkracht is. Je zou dus zo'n heksenvergadering compleet met altaar, ritens e.d. juist omdat ze zich op een gegeven ogenblik aan de ritus onttrekt en wordt tot een spontaan beleven, kunnen vergelijken met de mysteriespelen van vroeger.

Een soort mysteriespel kennen we nog wel in zuidelijke landen, b.v. Spanje. Daar hebben we de religieuze optochten. Daar lopen de Barrevoeters onder hun kappen boetvaardig te zijn. Heel vaak zijn ze het helemaal niet, maar ze doen alsof en dan horen zij er ook bij.

We kennen daar ook de Flagellanten die zichzelf kwellen om hun zonden te boeten zoals ze zeggen, maar eigenlijk omdat ze in die rituele zelfkastijding voor een groot gedeelte zichzelf verliezen. En dan kom je tot heel eigenaardige verschijnselen.

In Spanje zul je dat niet vaak zien. Maar in Zuid-Italië daarentegen zijn er dorpen waar soortgelijke rituele plechtigheden ook plaatsvinden. De optocht is een beetje anders en ze hebben geen kostuums. Maar het eindresultaat is wel dat gewone burgers, boeren, jongens, meisjes, vrouwen en mannen blootsvoets over gloeiende kolen lopen zonder zich te branden. Het vuurlopen.

In Tunis bestaat er een sekte die manipuleert met giftige slangen, zich erdoor laten bijten zonder dat het hen iets doet. Zij doorboren en verwonden zich. De wonden zijn na een heel korte tijd, meestal na een paar uren, weer helemaal verdwenen, ofschoon ze met behoorlijk scherpe messen werden toegebracht.

Kijk, alweer een wegluchten van jezelf en daarvoor in de plaats iets anders worden. Ik weet niet, of ze begrijpen waarom ze die serpentes hanteren.

De giftige slang is de wijsheid. Het is de wijsheid die gelijktijdig levenbrengend is en dodelijk kan zijn. De verwondingen die zij-zichzelf toebrengen is eigenlijk alleen maar het manifesteren van de onbelangrijkheid van het lichaam, omdat de ziel in haar onkwetsbaarheid alles beheerst. Een mysteriespel. Primitief, volks en natuurlijk een beetje geschift. In deze dagen bestaan die dingen dus nog.

Nu heb ik het niet over de fakirs in India die zichzelf verminken om te bewijzen hoe heilig ze zijn of zichzelf kwellen, schijnbaar veel meer dan in werkelijkheid, om aan te tonen dat ze toch werkelijk bijzondere aalmoezen waard zijn.

Maar ook daar zijn er mensen, die tot onmogelijke prestaties komen alleen omdat ze op een gegeven ogenblik zichzelf achter laten. Ze worden a.h.w. tijdelijk tot iets anders. De man die vandaag een bedelaar is, kan morgen een godheid in vermomming zijn die je kunt begraven, die zijn geest uitzendt, die zieken geneest, die iedereen doorschouwt. En dat is dan geen komedie. Er zijn natuurlijk komedianten genoeg in India die doen alsof, maar er zijn ook echte magiërs.

Als u over meditatietechnieken hoort, dan denkt u altijd: het is allemaal wel heel mooi, maar als ik er nu de tijd en de moed voor kan vinden, dan zal ik het toch eens proberen. Maar wat u probeert te doen is iets wat zo oud is als de menselijke beschaving. Het is op een andere manier ook binnentreden in een andere wereld, iets anders zijn, iets anders beleven. En in die beleving je toch ook meer bewust worden van jezelf en van je eigen wereld. Daarom denk ik, dat iets zeggen over de mysteriën een aardige aanvulling zou kunnen zijn op al datgene wat de eerste spreker u allemaal heeft voorgelegd.

Ik wil u helemaal niet aanmoedigen om uw privé-mysteriën te gaan vieren. Ik wil u zeker geen religieuze of esoterische excuses geven voor het aanrichten van orgieën. Dat moet u maar voor eigen rekening doen. Maar begrijpen, dat alle dingen, onverschillig wat, een grote betekenis kunnen hebben op het ogenblik dat je ophoudt daarin jezelf te zijn, lijkt mij toch belangrijk. Want afstand doen van je persoonlijkheid, één-worden met het andere betekent deelhebben aan krachten en mogelijkheden die je normaal als mens niet ter beschikking staan.

Het houdt ook in, dat je je wereld anders leert zien dan je zuiver als mens deed. Je onthoudt er altijd iets van. Dus of u nu wilt mediteren of behoort tot een groep die mysteriën viert dat maakt niets uit, als u maar een beetje afstand leert nemen van het beeld van uzelf.

Een beetje harmonie en eenheid kunt vinden met het andere. Dan kunt u zeker zijn dat het u geestelijk en stoffelijk ten goede zal komen.

### **TUSSEN HOOP EN VREES**

Is dat niet het menselijke leven? De mens vreest steeds weer datgene wat hij veronderstelt zonder dat het misschien waar wordt. En hij hoopt gelijktijdig op datgene waarop hij niet voldoende vertrouwt om het als een zekere mogelijkheid aan te nemen.

Tussen hoop en vrees leven wij omdat wij onszelf niet kennen. Wij hopen, terwijl wij zouden moeten weten. Wij vrezen, terwijl wij in onszelf sterk genoeg zouden moeten zijn om te zeggen: Dit kan ons niet deren.

Het vinden van je innerlijke kracht kan je losmaken uit dat eeuwig geslingerd worden tussen hoop en vrees dat voor de mensen zo'n belangrijk deel van het bestaan uitmaakt, want wij zijn eeuwig.

Wij zijn deel van die eeuwige kracht. Wij zijn verbonden met zoveel werelden dat een enkele menselijke wereld er eigenlijk niet eens op aan komt.

Laten we dan niet hopen dat iets waar wordt, laten wij het innerlijk weten. Laten we dan niet vrezen, maar laten wij erkennen. Want indien wij datgene erkennen wat bestaat, zelfs als het niet aangenaam is, en het aanvaarden als een normaal deel van ons bestaan, dan kunnen wij het overwinnen. Als wij alleen maar hopen, dan zullen wij nooit kunnen waarmaken wat we wel waarmaken als we in onszelf zeker zijn.

Laten wij teruggrijpen naar het erfdeel dat we hebben: deel zijn van de eeuwige kracht. Deel zijn van de totaliteit en vandaaruit in onze specifieke uiting aan al datgene wat in ons leeft vorm en gestalte geven zonder ons af te vragen: wat komt morgen of waarvoor moet ik vrezen?

### **OP HOOP VAN ZEGEN**

Toepasselijk in deze tijd. De vis wordt duur betaald.

Als we hopen op zegen, dan is het eerste wat wij moeten doen, zelf werken. Want hopen op zegen, helpt ons niet. Een zegen is niet iets wat je krijgt omdat je daarop hoopt, maar omdat je bent, omdat je werkt, omdat je denkt.

Zegen is immers de kracht die we krijgen uit het onbekende.

Die kracht kan niet in verschijning treden alleen op grond van een illusie. Je kunt in jezelf de mooiste dromen hebben, maar je kunt ze niet waarmaken, als je niet probeert althans één detail ervan om te zetten in werkelijkheid. Zo kun je geen zegen bereiken, indien je niet begint zelf de juiste opstelling te kiezen én de juiste dingen te doen.

De kreet, dat wij op zegen mogen hopen is er één die zinloos wordt. Wie zichzelf helpt, die zal God helpen. Dat ligt er dichterbij. En misschien nog eenvoudiger: degene, die in zich put uit de besepte krachten en mogelijkheden en daarbij zich niet afvraagt wat de gevolgen of de kosten zullen zijn, maar het noodzakelijke volbrengt, deze zal de zegen van boven ontvangen.

Hij zal de krachten erkennen. Hij zal de werking van die krachten in de wereld rond zich zien. Daardoor zal hij ook beseffen, dat de mens niet gebonden is aan alle stoffelijke en redelijke

beperkingen maar dat er een hoge kracht is die hem in staat stelt vele van de schijnbare grenzen te overschrijden.

Maar deze overschrijding moet er dan een zijn, die gerechtvaardigd wordt zowel door hetgeen je innerlijk beseft en wilt waarmaken, als door je innerlijk geloof in een kracht, die zich daarin mede manifesteert.

Dus, vrienden, alsjeblieft geen Kniertjes mentaliteit: Buig u voor God en ga als Kniertje eens op hoop van zegen huiswaarts met een pannetje met een kliekje.

Als u geen kliekjes wilt, maar uw eigen potje wilt koken, dan zult u een beroep moeten doen op uw innerlijke kracht, uw innerlijke visie en zelf moeten waarmaken wat u noodzakelijk acht.

Dat is de enige manier om werkelijk zegen te verkrijgen en niet in het hopen langzaam te verzanden.