

**Auteursrecht / Copyright**

© Orde der Verdraagzamen. Alle rechten voorbehouden. De Vereniging "Orde der Verdraagzamen" verleent u hierbij toestemming teksten en documenten die door de Vereniging "Orde der Verdraagzamen" op het World Wide Web gepubliceerd zijn voor niet-commercieel gebruik te kopiëren, mits elke kopie die u van deze teksten en documenten maakt van het volgende copyright-kenmerk wordt voorzien: © Vereniging "Orde der Verdraagzamen". Niets in de door de Vereniging "Orde der Verdraagzamen" gepubliceerde teksten en documenten mag worden uitgelegd als verlening van enig recht aan u of anderen, met uitzondering van de hierbij gegeven toestemming tot kopiëren voor niet-commercieel gebruik.

## **HET INNERLIJK EVENWICHT**

Discussiebijeenkomst 8 april 1976

Het innerlijk evenwicht van de mens bestaat uit stoffelijke en geestelijke factoren. Als je geestelijk in evenwicht bent, zul je ook stoffelijk gemakkelijker het evenwicht bewaren. Als je stoffelijk in evenwicht bent, zul je misschien gemakkelijker een geestelijke onevenwichtigheid herstellen. Er is een wisselwerking.

Het is duidelijk, dat niet elke mens over de lichamelijke mogelijkheden beschikt om evenwichtig te zijn en te leven. Vanuit mijn ongetwijfeld wat verouderd standpunt is het leven in de moderne wereld voor de doorsnee mens een aaneenschakeling van onevenwichtigheden. Daarom zal ik aan de stoffelijke kant niet al teveel aandacht besteden, zo nodig kunt u na de pauze daarop terugkomen. Ik wil slechts kort dit stellen:

Elke kwaal, die een mens heeft, brengt lichamelijke moeilijkheden met zich mee. Op het ogenblik, dat hij hieraan in zijn gedachteleven meer dan normaal aandacht gaat besteden, wordt de kwaal erger en zal zijn lichaam onevenwichtiger gaan reageren dan nodig is.

Wanneer men zich kan brengen tot een normaal verdergaan volgens de normen van zijn bestaan en een zekere innerlijke rust, zal de mens lichamenlijk juister reageren, zal hij bezwaren gemakkelijker overwinnen en daarnaast ook gemakkelijker de energie opbrengen die nodig is om het noodzakelijke goed te volbrengen. Dit is niet veel over het stoffelijke deel, maar tenslotte is het geestelijke aspect het meest interessante, meen ik.

Nu leeft u in een wereld waarin gevoelens een rol spelen. Er is het redelijk denken en dan zijn er ook nog allerlei geestelijke invloeden en het onderbewustzijn. Die factoren moeten zoveel mogelijk in overeenstemming blijven. Op het ogenblik, dat u volgens de rede probeert te handelen en u gaat tegen uw gevoelens in, ontstaat hierdoor een innerlijke spanning die - tenzij u zichzelf bijzonder goed in bedwang heeft en dat gebeurt maar zelden - leidt tot innerlijke onevenwichtigheid.

Daar zitten alweer een paar facetten aan vast, want ik kan mijn gevoelens niet verloochenen, zelfs niet als ze volgens mijn beste besef onredelijk zijn. Ik kan wel - en dat is een ander punt - mijn gevoelens beheersen, maar dan moet ik ze erkennen, aanvaarden dat ze voor mij een oriëntatie ten aanzien van de wereld noodzakelijk maken. Ik mag dan op grond van die oriëntatie verstandelijk reageren. Sommigen vinden dat erg ingewikkeld. Zo ingewikkeld is dat echter niet. Let goed op!

Ik heb een hekel aan iemand. Redelijk gezien bestaat er geen aanleiding toe. Nu kan ik tegen mijzelf zeggen; je bent gek. Je moet redelijk blijven. Maar ik zal in mijn benadering van die persoon altijd die emotie een rol zien spelen. Ik blijf achterdochtig. Door die achterdocht zal ik nooit een juiste relatie met die persoon kunnen krijgen. Ik kan ook erkennen dat die achterdocht bestaat. Ik kan zeggen: de persoon is mij niet sympathiek. Ik zal dus mijn contacten voor zover dit redelijk mogelijk is beperken. Ik veroordeel de ander niet. Ik verwacht niets kwaads van hem, maar het is doodgewoon iemand die, gezien mijn gevoelsleven, niet bij mij past. Dus laat ik hem zoveel mogelijk met rust.

Het is duidelijk, dat je daarmee bepaalde conflicten voorkomt en dat je ook veel minder kans hebt dat je eigenlijk in een botsing tussen gevoelens en denkbeelden gevangen raakt en daardoor je innerlijke rust bedreigd ziet.

Nu stel ik verder: de geest heeft invloed op de mens. De invloed van de mens op de geest is er één van vragen. Een mens staat open voor één geest of is voor hem gesloten. In beide gevallen schept hij een situatie ten aanzien van de geestelijke wereld.

Wanneer een mens openstaat, dan dringt tot hem een besef door dat we intuïtief kunnen noemen of misschien zelfs inspiratief. Dat wil zeggen dat hij een aantal gedachtesprongen maakt die hij eigenlijk niet kan verantwoorden. Vaak zijn de conclusies in strijd met hetzij de gevoelens, hetzij met de redenering, de redelijkheid. In al die gevallen geldt: Ik kan de inspiratie eerst aanvaarden, mits ze mij niet tot een onmiddellijke daad dwingt. Een belangrijk punt! Zolang ik mijn handelen laat hangen van het bereiken van een eenheid tussen mijn denken, mijn gevoelens en mijn inspiratief werken zal ik evenwichtig reageren. Ik zal bovendien door een dergelijke reactie niet kunnen worden aangetast. Ik heb geen last van zelfverwijt, schuld bewustzijn, denkbeelden dat het anders zou moeten. Ik reageer dan in overeenstemming met hetgeen ik ben.

Als we te maken hebben met het onderbewustzijn, dan wordt het al een beetje griezeliger.

Het onderbewustzijn bestaat uit een groot aantal herinneringen. Elk van die herinneringen betekent gelijktijdig een vooroordeel t.a.v. een situatie, een bepaalde uiterlijkheid, een bepaalde waarneming, een bepaalde prikkel. Het is duidelijk, dat je dit onderbewustzijn nooit helemaal kent. Toch komen er altijd weer van die impulsen naar boven waarvan je je afvraagt. Hoe kom ik er eigenlijk bij? Een voorbeeld dat historisch is:

Er is kort geleden in Engeland een meisje van 22 jaar veroordeeld door de rechter, omdat ze overall waar ze een man met een wandelstok zag lopen, zij die greep, de man ermee een klap gaf, de stok dan weggooide en daarna hard wegliep. Je zou zeggen: hoe komt iemand aan zo'n idiote handelwijze? Wel, de situatie is eenvoudiger dan u denkt. Het kind had vroeger de neiging om wel eens ondeugend te zijn. Een oudere heer met wandelstok was daarover zo verontwaardigd dat hij haar met zijn stok een aantal meppen gaf, die ze haar leven lang niet zou vergeten. Alleen, bewust weet ze het niet meer. Onbewust kwam ze dus tot een haat tegen iedereen, die een stok had. Vanuit het onderbewustzijn gezien, was dat een bedreiging waardoor de jongedame zonder enige zelfbeheersing, anders had ze het nooit gedaan, reageerde als op een aanval. Ze reageerde dus op de stok zoals een stier, naar men zegt, reageert op een rode doek.

Ik neem niet aan dat er onder u veel stokkenhaters zijn, maar in uw onderbewustzijn liggen ook ervaringen van vroeger verankerd. Het kan soms een woord zijn dat u allang vergeten bent. Maar elke keer als het opduikt, heeft u ineens vreemde associaties. In andere gevallen is het een kleur, een samenstelling van kleuren, een figuur of alleen maar een voorwerp waardoor die herinneringen worden gewekt. Maar die herinneringen dringen niet tot het dagbewustzijn door. Dat betekent alweer, dat het onderbewustzijn ons conditioneert, voornamelijk via het gevoelsleven omdat de rede grotendeels buiten spel blijft.

Wat kunnen wij tegen die invloeden doen? Als wij ze ons kunnen realiseren, dan is het goed. Als je het onderbewustzijn zover kunt activeren dat je weet; ik haat sinaasappels b.v. omdat ik eens op mijn derde verjaardag er één tegen wil en dank moest eten, dan is dat goed en lust je wel weer een sinaasappel, want je denkt; ik moet toch eens proberen of die dingen werkelijk zo lelijk smaken. Maar meestal kun je die invloed niet realiseren. Dan is het onderbewustzijn een oriëntatie t.a.v. het leven, de omgeving en de personen waarmee je in contact komt. Deze oriëntatie kan ik niet ontwijken, maar ik kan wel rekening houden met het feit, dat dergelijke impulsen niet zonder meer zuiver zijn.

Ik kan mijn standpunt bepalen, maar ik kan niet zonder meer de waarde van iets in de wereld bepalen. Daarom zal ik dus reageren alsof mijn gevoelswaarde (de impuls van mijn onderbewustzijn) juist zou zijn voor zover dit voor mij geen directe daad betekent. Zou ik toch tot een handeling moeten overgaan, dan zal ik deze extra goed beredeneren, opdat ik vooral niet onredelijk handel onder invloed van het onderbewustzijn.

Hier zijn een paar grondregels voor geestelijke en lichamelijke onevenwichtigheden. Innerlijk evenwicht is eigenlijk veel meer. Misschien is het goed, als we dat oven filosofisch bezien. Er zijn een aantal punten die u allang kent, maar toch zullen wij ze voor de goede orde repeteren.

1. De kosmos is een geheel waarvan wij deel uitmaken.
2. Alles in de kosmos heeft een functie ten aanzien van het geheel en rechtvaardigt zijn bestaan ten aanzien van het geheel door te reageren volgens de normen, die vanuit het geheel zijn opgelegd.
3. Daar wij onsterfelijk zijn, zijn alle verschijnselen in de tijd van voorbijgaande aard en voor ons alleen in zoverre belangrijk als zij een bepaalde relatie tussen ons en de totale kosmos onderstrepen.

Als wij die punten stellen, dan komen we tot een heel andere voorstelling van wat innerlijk evenwicht betekent.

Innerlijk evenwicht kun je niet afmeten aan de wereld. Er zijn mensen die zeggen: "als het je goed gaat, dan heeft God je lief, dus dan ben je geen zondaar. En als het je slecht gaat, dan heb je kennelijk wat kwaads gedaan en dan straft God je." Wat een simpele opvatting is, maar waar niets van klopt, want de grootste dieven zijn degenen die het, het best hebben. En de grootste schreeuwers zijn degenen die het minst doen. Voor ons moet gelden: Elke mens heeft kosmisch gezien een functie. Deze kosmische functie komt tot uitdrukking in de wijze waarop men incarneert, in de geestelijke contacten die voor het "ik" mogelijk zijn, het gebruiken van krachten, van middelen en zelfs van verstand in een bepaalde vorm, zodat ik in hetgeen ik ben en door hetgeen ik ben kosmisch gezien gerechtvaardigd ben zolang ik daarbij niet inga tegen mijn besef van juistheid en

zolang ik aan mijzelf geen eisen stel waaraan ik persoonlijk meen niet te kunnen beantwoorden. Dit is een zeer belangrijk punt!

Er zijn taken waarvan u weet, dat u ze misschien kunt volbrengen. En menigeen is geneigd te zeggen; dat doe ik dan wel. Maar de twijfel die in u bestaat, zal het u steeds moeilijker maken om die taak te volbrengen. Want u zegt tegen uzelf dat u het niet kunt of dat u het misschien, niet zoudt kunnen en nu moet u toch waarmaken wat u tegen anderen heeft beweerd. De spanning is groter, u maakt gemakkelijker fouten, u heeft verkeerde inzichten. U zoudt die kunnen vermijden door duidelijk te stellen;

Ik kan het misschien. En als een ander die baan krijgt, dan is dat natuurlijk treurig, maar het is altijd beter dan dat u verantwoordelijkheden moet dragen waarvan u zelf voelt dat u ze niet aankunt. Een van de mooiste voorbeelden van een dergelijke onevenwichtigheid is de z.g. managerziekte. Een modewoord overigens. Kort omschreven komt het hierop neer:

Wanneer een mens verantwoordelijkheden draagt en vooral bij voortduring die zijn besef van mogelijkheid te boven gaan, dan zal hij een steeds grotere innerlijke spanning, die met het modewoord "stress" wordt aangeduid, ondergaan welke o.m. invloed heeft zowel op zijn besluitvaardigheid, zijn vermogen tot oriëntatie, zijn geheugenfunctie als ook op zijn lichaam waarbij vooral bloedsomloop en hart in gevaar komen en daarnaast bepaalde zenuwkwalen kunnen ontstaan. Die mensen zijn onevenwichtig.

Als u wilt beantwoorden aan iets waarvan u weet het niet te kunnen waarmaken, dan zit u ook in een dergelijk parket en leeft u ook met een onevenwichtigheid die de meest krankzinnige gevolgen kan hebben. Heeft u wel eens gekeken naar de koppen van staatslieden, die toen ze hun functie aanvaardden, hebben gezegd dat zij wel eens alles even in orde zouden maken? Wat worden die kopjes toch gauw oud! Die mensen hebben zich verplicht tot iets waarvan ze weten het niet te kunnen volbrengen. En hun hele streven is er voortdurend op gericht om het zo te doen schijnen dat het lijkt, alsof ze net niet hebben gefaald, terwijl ze voor zichzelf wisten dat ze moesten falen, dat ze niet konden beantwoorden aan hetgeen zij zouden moeten doen en nu niet kunnen zijn wat ze voelen dat zij in de ogen van anderen zouden moeten zijn. Dat is een belasting die enorm zwaar is. Die vergt veel meer van hun krachten dan alle staatkundige zorgen.

Ik heb eens iemand horen zeggen: een ministerraad is slopend. Nu, als de heren aan de borreltafel zitten, dan is dat niet slopend en dan praten ze vaak veel langer en over even zwaarwichtige onderwerpen. Wat maakt het dan zo vermoeiend? Het feit, dat men bang is tekort te schieten misschien? Het feit, dat men een antwoord zoekt, terwijl men weet dat het er eigenlijk, niet is? Het feit, dat men voortdurend naar een compromis zoekt in de hoop, dat de spanningen en zorgen voorbij zullen gaan? Die mensen worden gewoon oud voor hun tijd. Ze zijn innerlijk onevenwichtig. Dan zeg je misschien: Dat is niet zo. Maar er zijn voldoende voorbeelden waaruit blijkt dat het wel zo is. Wij zien dat ook bij grote zaken.

Er zijn mensen, die wel een evenwicht vinden. Dat zijn de playboys. Dezen werken soms ontzettend hard, naar ze spelen ook. Ze scheppen voor zich twee werelden, die elkaar compenseren. De meerwaardigheid, die zij als playboy demonstreren, weegt voor hen op tegen de onvolkomenheden die zij in zich steeds moeten overwinnen, wanneer ze in zaken zijn. Het is jammer, dat playboys vaak ook gewetenloos zijn. De a-sociale milieus komen tenslotte niet alleen aan de voet van de maatschappelijke ladder voor.

Wat hebben die playboys dus gedaan? Ze hebben in feite gezocht naar een balans. Ze hebben geprobeerd door intens te spelen de spanning te verliezen van het intense werken; en dat komt meer voor dan u denkt. Het resultaat is duidelijk. Die mensen kunnen meer doen, ze kunnen het langer volhouden, ze durven grotere risico's in zaken aan dan anderen om de doodeenvoudige reden dat zij zich minder druk maken. De spanning is er niet.

Nu neem ik niet aan dat er onder u dergelijke mensen zijn. Ik zie zelfs geen redelijke vergelijking met mensen als Lou Lap of Maupi Caranza e.d. We hebben hier te maken met gewone mensen. Maar ook zij kunnen onevenwichtig zijn.

Nu kun je dat evenwicht krijgen door een schijncompensatie.

"Ja, ik heb hier wel een hoop ellende, maar God zal mij ervoor belonen als ik dood ben." Dat is de wissel op de toekomst, die slechts zelden wordt gehonoreerd, dat kan ik u er wel bij vertellen. U kunt ook zeggen: "de geest zal mij helpen." Natuurlijk, de geest wil u best helpen. Ik zou u ook wel willen helpen. als u mij de kans maar geeft. Maar daarvoor moet u eerst een innerlijk evenwicht krijgen dat niet alleen maar gebaseerd is op foutieve voorstellingen.

Wat is nu innerlijk evenwicht? Wel, heeft u ooit harmonie ervaren? Dat gevoel dat de hele wereld op dat moment goed is, dat er niet veel te wensen over blijft en dat je niet veel te doen hebt, dat het goed is zoals het is? Dat is de eenvoudigste vorm van harmonie zoals ze onder de mensen voorkomt. Dan weet u wat ik bedoel. Het houdt niet in dat u niets wilt doen, want als het nodig is, dan doet u het, en in een dergelijke toestand zelfs beter, sneller en met meer plezier dan anders. Maar u heeft niet de behoefte iets te doen. U aanvaardt alles wat er rond u is. Natuurlijk, daarop is kritiek mogelijk, dat weet ik wel, maar op dat ogenblik heeft u gewoon geen zin om die kritiek uit te oefenen. U accepteert het zoals het is en u bent er gelukkig mee.

Innerlijk evenwicht kunt u het best verkrijgen door in de eerste plaats de wereld te aanvaarden zoals ze is. Het kost wel eens moeite en u zult heel vaak enige emotionele aanpassingen moeten doormaken voordat u dat werkelijk kunt doen. Maar toch, het aanvaarden van het bestaande is een van de basiswaarden waaruit die innerlijke vrede kan voortkomen en waardoor het evenwicht onverstoort, onwankelbaar in het "ik" wordt gevestigd.

In de tweede plaats; wij hebben geen haast. Er kunnen dingen zijn die we werkelijk moeten doen. Dan kunnen wij die doen en zullen wij die ook doen. Maar als er anderen zijn die willen dat we méér doen, waarom zouden we méér doen?

Het klinkt een beetje vreemd als je dit zo zegt, zeker in uw maatschappij waarin het zo belangrijk is dat u steeds meer doet. Maar wat u doet, heeft toch alleen betekenis als het helemaal strookt met uzelf, als het voortkomt uit een werkelijke noodzaak. Dus, beperk u in datgene wat u doet, neem geen te grote verplichtingen of taken op u. Als u eenmaal een verplichting of een taak heeft aanvaard, werk die zo goed mogelijk af, maar geef in 's hemelsnaam de ander niet de kans om u op te juttten. Doe het op uw eigen tempo, in de tijd die u ervoor nodig heeft en doe het goed. Zo'n advies zal maatschappelijk gezien, b.v. in de industrie e.d. wel niet erg aanslaan. Maar voor uzelf is het wat anders.

Indien u innerlijke vrede zoekt, innerlijk evenwicht wilt beleven, dan is het belangrijk dat u inderdaad de dingen zo doet dat u het gevoel heeft; ze goed te hebben gedaan. En dat kunt u alleen doen, indien u zich niet laat opjagen om het

sneller te doen en vooral ook niet begint aan taken waarvan u het gevoel heeft dat u ze niet tamelijk goed kunt volbrengen.

Dan hebben we ook nog met de geest te maken. Als ik innerlijk tamelijk evenwichtig ben, zal de invloed van de geest gemakkelijker aanspreken. Dat wil zeggen: je word je meer bewust niet alleen van de beïnvloeding, maar ook van het feit dat je wordt beïnvloed. Inspiratie krijgt een grotere betekenis indien je beseft dat je wordt geïnspireerd. Je bent dan ook bereid de teugels gemakkelijker te vieren. Je accepteert de inspiratie als iets wat verder gaat dan wat je zelf kunt en dus als iets wat je eerst naderhand zelf kunt beschouwen.

De geest zal u kracht willen geven. Maar als de geest u kracht geeft, dan kan dat nooit zijn voor één specifiek doel. Zij kan u helpen te genezen, ze kan u helpen om tijdelijk een bepaalde energie op te brengen, maar de kracht die u krijgt (b.v. levenskracht) is altijd gericht op het geheel van uw wezen. Wanneer u levenskracht krijgt, dan kunt u die voor elk doel gebruiken dat u zelf juist acht. Maar als u een zeer specifieke energie vraagt met uitsluiting van al het andere, wat gebeurt er dan? Dan kapt u de mogelijkheden van die geest - hoe goed ze ook wil - voor een groot gedeelte af. U moet dan de onevenwichtigheden, zo ze u al bereiken, zelf compenseren. Dat betekent voor u een veel groter spanning mentaal en daarnaast ook emotioneel nogal wat storing. Dus, stel u voor de geest altijd zo goed mogelijk open. Daarbij leeft u redelijk bewust.

Nu kunt u nooit onredelijk zijn, tenminste niet als u uw evenwicht wilt bewaren. Maar redelijkheid betekent niet dat het leven logisch moet verlopen. Het betekent alleen dat u, gezien de omstandigheden, gezien dat u zo reageert het in gedachten logisch kunt verantwoorden en dat u die verantwoordelijkheid tegenover anderen desnoods kunt uitspreken. Ik geef u overigens de raad om dat alleen in extreme gevallen te doen. Hier krijgen we het evenwicht dus op een andere manier voorgesteld. Het is eigenlijk zo iets als we bij de Boeddha aantreffen.

De Boeddha is het perfecte voorbeeld van innerlijk evenwicht, van de grootste innerlijke rust die men zich denken kan. Hoe krijgt hij die?

In de eerste plaats door zich niets aan te trekken van hetgeen er op hem komt afstormen. De duivel met zijn hele familie en zijn mooie dochters plus zijn legerschaar proberen de Boeddha te storen. Maar hij realiseert zich die aanwezigheid en zegt: het is niet belangrijk. Het belangrijke vinden en je daaraan wijden is de basis van evenwichtigheid. Je moet jezelf kunnen aanvaarden, ook dat is erg belangrijk.

De Boeddha heeft lang gezocht. Vele disciplines heeft hij doorgemaakt. Er kwam een ogenblik dat hij beseftte: ik kan mijzelf alleen aanvaarden, indien ik vrij word van al die invloeden

van angst en begeerte, indien ik de essentie van mijn bestaan primair stel en al het andere langs mij heen laat gaan.

Eerlijkheid. Eerlijkheid is belangrijk. Niet als een totaalbeeld waarmee iedereen al zijn gevoelens tegenover anderen voortdurend staat uit te braken, dat is helemaal niet nodig, maar wel in de vorm, van een erkennen wat je bent, wat je doet, wat belangrijk voor je is. Geen zelfbedrog.

Niet jezelf aan jezelf mooier voorstellen dan je bent. Als je zwak bent, geef toe dat je zwak bent, dan heb je kans dat je sterker wordt. Maar probeer nooit te verklaren dat je kracht in feite zwakte is en je zwakte kracht. In beide gevallen ontnem je je de mogelijkheden.

Er is nog een ander punt waarin dat evenwicht een heel grote rol speelt. In de boeddhistische leer horen we daarover als het mededogen. In het christendom heet het waarschijnlijk naastenliefde. Wij zijn niet alleen. Wij zijn deel van een geheel. Niemand kan zich losmaken van de wereld. Daarom kunnen wij de wereld niet buiten ons laten bestaan en binnen a.h.w. schuilen voor de storm. Wij moeten begrijpen wat er zich in anderen afspeelt. Wanneer anderen lijden, dan moeten wij het gevoel hebben; als we dat lijden kunnen verhelpen, dan zullen we dat doen. Onze actie naar buiten toe wordt vaak gedicteerd door de omstandigheden die we beseffen. Maar wij kunnen alleen reageren volgens ons eigen wezen, d.w.z. zonder begeerte, zonder angst, in een eerlijke erkenning van onze mogelijkheden en onze noodzaken. Het innerlijk evenwicht wordt, als je het goed bekijkt, een toestand waardoor het "ik" de kosmos aanvaardt, de kosmos steeds duidelijker erkent en gelijktijdig op grond van erkenningen - en alleen op grond daarvan - ageert en reageert op de kosmos buiten hem.

Het is een wat moeilijke toestand voor veel mensen, want in de praktijk zit je zo gauw belast en beladen met een schuldbeustzijn. "Had ik het maar niet gedaan", roepen de mensen dan uit. Maar je hebt het gedaan. Waarom zou je, je daarmee bezighouden? Jezelf verachten om iets wat je gedaan hebt, is dwaasheid. Terughunkeren naar iets wat voorbij is, is dwaasheid. Leef in het heden. Alleen door te leven in het heden kun je werkelijk iets bereiken. Wie leeft voor morgen, bereikt vandaag niets. Wie leeft voor gisteren, schiet vandaag tekort. Wie vandaag leeft, kan de ervaring van het verleden samenvoegen met de ervaring van het heden tot ze de toekomst gestalte geeft.

Dus, als u dingen heeft gedaan waarvan u denkt: ik had ze beter niet gedaan, dan doet u ze de volgende keer niet. En als u denkt: vroeger waren bepaalde dingen toch veel aardiger veel prettiger, zeg dan: nu weet ik in ieder geval wat ik voor mijzelf nastreef, welk gevoel ik zoek, maar wat zijn mijn werkelijke mogelijkheden vandaag?

Leef vandaag, leef in het heden, is een slagzin die u steeds weer zult tegenkomen bij alle onderwerpen waarin harmonie, innerlijk evenwicht en dergelijke zaken een rol spelen. Dat is dan ook duidelijk. Als je berouw hebt, wek je golven van emotie in jezelf. Maar wat voor emotie is het in feite? Is berouw werkelijk lijden om iets wat voorbij is? Het is meestal een zelfbeklag, veel verder komt het niet. Want werkelijk berouw wat bij heel weinig mensen voorkomt, is niets anders dan leren uit het verleden om zo in het heden juister te handelen. Heel veel mensen gaan ook uit van het standpunt: anderen weten het beter. Dat kan heel goed zijn maar al weet een ander het honderdmaal beter, u zult het moeten doen op uw eigen manier. U bent uzelf. U bent geen ander. U heeft mentaal, geestelijk, moreel niet de mogelijkheden, de krachten of de wetten die een ander bezit. U moet uzelf zijn. Wees tevreden met de mogelijkheden die u heeft. Werk met de middelen die u heeft. Ga uit van het besef van het heden voor zover dit voor u bestaat. Laat uw gevoelens, uw inspiratie in het heden voortdurend een rol spelen. Niet om het verleden te interpreteren, niet om de toekomst te voorspellen, maar om nu zo harmonisch mogelijk en daardoor ook zo evenwichtig mogelijk te handelen.

We gaan nu de inleiding besluiten met een aantal heel eenvoudige regels, die tot de evenwichtigheid bijdragen. Ik heb er al een paar gegeven die ik heb uitgewerkt. Wat u niet moet doen is het volgende:

**Negatieve zaken.**

- U bezighouden met het verleden.

- U bezighouden met de toekomst.
- Medelijden hebben met uzelf.
- Medelijden hebben met anderen, tenzij u direct kunt ingrijpen.
- Vraag u niet af waar u tekort schiet. Vraag u af waar uw mogelijkheden liggen.

### **Positieve zaken.**

- Probeer altijd weer te voelen dat u deel bent van een geheel.
- Begrijp dat uw gevoelens en uw rede beide zin hebben; dat ze beide deel zijn van uw wezen en probeer ze steeds tot een zo groot mogelijke eenheid te brengen.
- Beroep u op elke hogere kracht waaraan u gelooft, maar geloof in de eerste plaats aan uzelf. Want u zoudt niet op deze plaats met deze mogelijkheden staan in deze tijd, indien u kosmisch gezien hier niet juist zou kunnen reageren.
- Probeer altijd met uw gevoel, met uw besef rekening te houden.
- Tracht nooit of uw gevoelens, of uw redelijkheid te onderdrukken. Laat, alles samenvloeien in één geheel.

Innerlijke evenwichtigheid betekent: niet tegen uzelf verdeeld zijn.

Denk nooit dat er krachten buiten u zijn die uw problemen kunnen oplossen, als u ze zelf niet wilt oplossen.

Besef wat u werkelijk wilt. Vraag u af hoe uw mogelijkheden liggen en handel dan zo juist u kunt.

Eis nooit iets van anderen. Anderen hebben hun wijze van leven, hun eigen besef, hun eigen mogelijkheden. Die zijn anders dan de uwe. Daarom mag u niet eisen dat anderen zullen doen wat u misschien niet kunt doen.

Eis van uzelf dat u alles doet wat u kunt doen. Zodra u dit besef heeft, zult u vrede hebben, zelfs met uw mislukkingen. Wie vrede met zichzelf heeft, kan een innerlijk evenwicht bereiken.

Wanneer u tijd heeft, probeer u te concentreren en diep in uzelf contact op te nemen met de hogere krachten of met uw eigen innerlijk of hoe u het ook ziet. Tracht in die concentratie vooral tot rust te komen en laat in de concentratie die krachten maar op u afkomen. Uit deze geconcentreerde daadloosheid, die gelijktijdig een overweging en een absorptie betekent, zult u de kracht vinden om weer juist te reageren, zult u uw krachten beter kunnen verdelen en zult u ook datgene wat voor u mogelijk is beter beseffen.

Dit zijn eenvoudige regels. Ik kan me voorstellen dat ze voor heel veel mensen in de praktijk weinig te zeggen hebben. Ik hoor dan mensen zeggen; ja, maar ik heb huwelijksmoeilijkheden. Mijn antwoord is: ja goed, de ander zal wel schuld hebben, maar u ook. Ga na waar u zelf schuldig bent en probeer dat te verbeteren. En blijkt dat dit niet voldoende is, zoek dan de contacten, de mogelijkheden en een leefwijze waarin u wel uzelf kunt zijn, maar dan op de juiste manier.

Mensen zeggen soms: wij hebben zo'n moeite met de opvoeding van onze kinderen.

Mijn antwoord is: besef eerst dat kinderen mensen zijn, niet alleen maar kopieën of weerspiegelingen van uzelf. Kinderen weten binnen de beperkingen van hun besef en ervaring wel degelijk wat ze willen en wat ze niet willen. Heb respect voor de persoonlijkheid van uw kinderen. Daar waar zij buiten de perken van mogelijkheid tot beseffen, tot juist handelen gaan, aarzel niet om in te grijpen. Waar uw verantwoordelijkheid is, daar moet uw gezag zijn.

Er zijn mensen die zeggen: ik zit met de hele maatschappij in de knoop.

Mijn antwoord is: wanneer u met de maatschappij in de knoop zit, moet u eerst proberen u zoveel mogelijk los te maken van alle aspecten waarmee de maatschappij u bindt. Zoek een methode om uw eigen onafhankelijkheid te vinden en uit te drukken. Naarmate u zich onafhankelijker opstelt en gevoelt, zult u gemakkelijker de wereld kunnen doorzien en aanvaarden.

Nog een probleem: "Ja, maar ik ben ziek." Als u ziek bent, kunt u misschien beter worden. Een ding is echter zeker: hoe meer u bezig bent met de handicap die uw ziekte u heeft opgelegd, des te groter de handicap is waaronder u zult laboreren, omdat uw evenwicht en uw juiste visie op de wereld daarin teloor gaan.

"Er is zoveel onrecht op de wereld." Ongetwijfeld. Zorg dan dat u daar niet toe bijdraagt, want u bent niet in staat na te gaan wat recht of onrecht in kosmische zin is. U kunt slechts zelf zo juist en zo rechtvaardig mogelijk handelen. Er zijn vele van die denkbeelden en elk ervan betekent, dat u moet terugvallen op uzelf.

Het innerlijk evenwicht is innerlijk een aanvaarding vinden van uzelf en van uw wereld en op grond van de krachten - die u dan beseft - handelen vanuit de totaliteit waartoe u behoort, ook als u niet gelooft in een God maar alleen in een mensheid, ook als u niet gelooft in een leven na de dood, maar ziet dat u alleen een tijdelijk levende mens bent met een functie in de mensheid. Dat is echter niet van belang. Belangrijk is, dat u juist handelt volgens uw eigen besef.

Innerlijk evenwicht is kort en goed: het vinden van een aanvaarding voor jezelf, die niet gelijktijdig een verwerping van de wereld inhoudt. Indien je daartoe in staat bent, dan heb je inderdaad het innerlijk evenwicht bereikt en kun je zeggen: dit is voor mij de weg die ik moet gaan, want zo besef ik de zinvolheid van al wat ik onderga, van al wat ik doe en kan ik tenslotte mijzelf zien als een deel van een totaliteit, van een mensheid, van een kosmos waarin dan de besluiten, die buiten mijn macht liggen door andere "hogere waarden" worden genomen.

## DISCUSSIE

❖ *Kan de compensatie van lichamelijke onevenwichtigheid niet tot ontwikkeling van paranormale mogelijkheden aanleiding zijn?*

Dit is theoretisch mogelijk. We moeten echter één ding niet vergeten. Als ik hier ga zeggen; dat is zo, dan denkt iemand; nou, ik heb een lichamenlijk defect, dus zal ik wel gauw paranormaal worden. Je wordt dan eerder abnormaal en dat is niet de bedoeling.

De praktijk wijst uit, dat de mens geneigd is om te compenseren. Een blinde b.v. gaat niet alleen beter horen, maar hij krijgt ook een betere tastzin en op den duur een soort radar waarmee hij hinderpalen op een afstand aanvoelt zonder dat hij

eigenlijk precies kan zeggen hoe dat gebeurt. Als je iemand hebt die lichamenlijk gehandicapt is, dan zie je dat hij een bewegingsmethode gaat uitvinden waardoor hij toch op een voor hem bevredigender manier vooruit kan komen. Een mens zoekt dus inderdaad een compensatie. En als je deze zoekt terwijl je gelijktijdig geestelijk een zekere evenwichtigheid bezit, dan is de kans heel groot dat je ook

gemakkelijker geestelijke waarden accepteert. Dat kan zijn, krachten waardoor je bepaalde afwijkingen van de norm gemakkelijker verdraagt. Het kan ook zijn, dat je daardoor een bepaalde visie op het leven gaat ontwikkelen eigenlijk inspiratief, zodat je met geestelijke mogelijkheden en gevoeligheden veel meer doet dan de doorsnee mens. Maar of dit alles zonder meer "paranormaal" genoemd kan worden, daarover zou men kunnen strijden. Eén ding is zeker, volledige compensatie zien we niet. Als iemand totaal verlamd is, dan kan hij vaak wel een mentaliteit ontwikkelen waardoor hij dat gemakkelijker draagt en dus gemakkelijker op de wereld blijft reageren. Maar degene, die telekinese ontwikkelt om zijn onbeweeglijkheid te compenseren, is toch een zeer grote uitzondering.

De mens, die door zijn gebondenheid aan een bepaalde omgeving leert uittreden, komt nogal eens voor. Maar dat die uittredingen bewust worden gedaan en dat ze bovendien gebruikt kunnen worden voor waarneming in ruimte en tijd, dat zien we veel minder. Ik meen dus dat ik juist antwoord, als ik zeg:

De ontwikkeling van paranormale kwaliteiten als een compensatie voor lichamenlijke defecten of lichamenlijke onevenwichtigheid is denkbaar, maar de mogelijkheid dat deze inderdaad geheel bruikbaar zijn en dus een soort vervanging gaan vormen voor de lichamenlijke gebreken of onevenwichtigheid is betrekkelijk klein te noemen.

❖ *Gaarne uw commentaar omtrent de moderne yoga-scholen in verband met het herstel van het innerlijk evenwicht.*

Er zijn nogal wat verschillende scholen Als u mij toestaat op te merken. Er zijn heel wat yoga schooltjes, die in feite niets anders zijn dan een gymnastiek theekransje voor zich esoterisch voelende dames. Wij moeten heel goed begrijpen; yoga is filosofie plus lichaamsbeheersing. Als deze beide op de goede manier samengaan, dan kun je hiermee inderdaad het evenwicht vergroten. Je kunt bepaalde onevenwichtigheid van het lichaam overwinnen en je kunt ook komen tot een veel ruimere beleving van geestelijke waarden. Als je b.v. ramayana-yoga neemt, die niet zo algemeen bekend is hier te lande, dan krijg je te maken met een techniek waarmee het "ik" zichzelf projecteert in verschillende werelden en toestanden. Dit gaat gepaard met lichaams oefeningen zodat het lichaam leert om deze toestand van verruimd en veranderd bewustzijn te verdragen. Bij een goede scholing krijgt men ook leiding. Men gaat dus niet alleen. In het begin gaat men met hulp uittreden. Men wordt ook beschermd en vergezeld totdat men in staat is op dezelfde gebieden zelfstandig actief te zijn. Hierbij spelen geestelijke krachten (uit onze wereld dus) een bepaalde rol. Men kan daardoor inderdaad het innerlijk evenwicht vergroten waardoor men tenminste de lichamenlijke onevenwichtigheid kan verminderen, zo niet overwinnen of compenseren.

Er zijn ook andere scholen van yoga. Ik denk hier aan karma-yoga, waarmee je ook veel tot stand kunt brengen. Voor evenwicht acht ik bhakti yoga weer minder geschikt. Misschien is dat wel een persoonlijke visie. Ik wil in ieder geval zeer duidelijk stellen. Yoga beoefening kan alleen zinvol zijn, indien ze ernstig wordt opgevat, indien ze lichamenlijk zowel als geestelijk een training bevat en ze gedurende een langere tijd wordt voortgezet. Als je met ramayana-yoga werkelijk

wat wilt bereiken, dan moet je rekenen op 1 jaar hard werken voor het eerste stadium en daarna voor elk volgend stadium nog eens 3 jaar. Dit is een algemene richtlijn.

Sommigen doen er langer over, anderen iets korter. Maar dat impliceert wel, dat iemand die een volledige ontwikkeling in deze soort yoga wil doormaken, inclusief lering, filosofische scholing, lichaamsbeheersing en uittredingstechnieken waardoor kosmische bewustzijn wordt bereikt, wel zo'n 15 jaar nodig heeft. Dat moet men wel beseffen.

Yoga is niet een middel waarmee men op korte termijn onevenwichtigheden kan herstellen. Wel kunnen lichamelijke yoga oefeningen bijdragen tot een grotere evenwichtigheid van het organisme, maar de geestelijke beheersing, die uit de filosofie moet voortkomen, vergt over het algemeen een langere rijpingsperiode

❖ *Kunt u iets zeggen over de fasen van inwijding in verband met het bereiken van een steeds beter innerlijk evenwicht?*

Dat is eigenlijk heel moeilijk, omdat namelijk inwijding niet noodzakelijk met innerlijk evenwicht samenhangt. Inwijding is een erkenning. Een erkenning kan voortkomen uit de nood van een onevenwichtigheid even goed als uit het bereiken van een evenwicht, waardoor men hogere manifestaties kan verwerken. Wat u stelt, is dus op zijn minst genomen vraagwaardig, indien we uitgaan van het standpunt; evenwicht betekent inwijding. Het volgende kan u misschien helpen om de zaak iets juister te beschouwen:

Als ik door angst gedreven prestaties lever die mijn normaal kunnen te boven schijnen te gaan, dan kan ik mij ervan bewust worden dat mijn prestatievermogen hoger is dan ik heb verondersteld. Ik kan dan door middel van de prestatie, die ik nu dus hoger durf aanslaan, vaak meer bereiken dan voordien. Onevenwichtigheid kan dus inderdaad bijdragen tot een erkenning van een prestatiemogelijkheid. De prestatie op zich betekent dan weer een zelfvervulling waardoor een grotere mate van innerlijk evenwicht meestal wordt benaderd. Is die benadering voldoende, dan kan daaruit zonder meer een evenwichtig mens voortvloeien. Het is ook mogelijk dat, daaruit een mens voortvloeit die nu zijn totale krachten gaat richten op de kosmos en daardoor uit het geheel toch weer een nieuw besef vindt.

Dit besef gaat altijd gepaard met problemen, met teleurstellingen met foutieve inzichten, dus in zekere mate met onevenwichtigheid, want je leeft bij een inwijding een tijdlang met krachten, die groter zijn dan je eigen vermogens. Dat kan zelfs een gevoel van isolement tot gevolg hebben. In die periode kun je niet zeggen: ik ben volkomen evenwichtig.

Integendeel, je verkeert in een grote spanning. Er ontstaat een toenemende onevenwichtigheid, totdat je in staat bent te beseffen: ik moet dat wat ik tot nu toe heb bereikt achter mij laten om een stap verder te gaan. Zo zou je dus kunnen zeggen:

Naarmate de inwijding hoger wordt, zal de mens in zichzelf een grotere stabiliteit moeten hebben. Hij zal een soort innerlijke gyroscoop moeten ontwikkelen waardoor hij bij het ontmoeten van geestelijke krachten en waarden of stoffelijke problemen niet opeens van slag is. Hij moet zichzelf in evenwicht, houden, opdat hij het probleem kan verwerken. En dan kun je steeds hoger gaan, omdat zodra het probleem is verwerkt het innerlijk evenwicht weer optreedt en er in deze stabiliteit een nieuwe visie op de kosmos weer mogelijk is.

❖ *Hoe ontdek je een inwijding? Is dat een geruisloze voltrekking?*

Mag ik vragen. Hoe ontdek je dat je ouder wordt? Dat is namelijk vergelijkbaar. Op een dag sta je voor de spiegel en zeg je: gunst, dat had ik niet gedacht. Zo gaat het ook met inwijding. Het is een continu proces. Maar op een gegeven ogenblik word je met jezelf geconfronteerd en ontdek je dat je veranderd bent. Het is dus niet iets waarvan je kunt zeggen. Er komt een boodschapper. Als er iemand komt die u een medaille geeft waarmee u tot ingewijde van de 7e graad bent gepromoveerd, vergeet het dan maar. Die man heeft waarschijnlijk een winkeltje in medailles.

❖ *Het woord inwijding kan dat niet worden geïnterpreteerd als een wijding ontvangen in jezelf?*

U kunt het woord natuurlijk op honderd manieren interpreteren. Maar ik geloof, dat je verstandiger doet te kijken wat inwijding in feite betekent.

Inwijding betekent; zich bewust worden van zaken, die voor anderen verborgen blijven. Als zodanig is het geen wijding zonder meer (de mensen denken dat je dan wordt bekleed met krachten en machten), maar het is gewoon groeien naar een nieuw besef van de wereld en daardoor van zichzelf. Als u dus zegt: gewijd worden in jezelf, dan impliceert u eigenlijk er een kracht is die u a.h.w. komt voorzien van extra rechten en mogelijkheden. Daarin schuilt nu juist de fout, want dat bestaat niet.

Alles wat we ooit kunnen zijn, heeft de Schepper reeds in ons gelegd. Ieder van ons is diep in zijn wezen een vol ingewijde, want ieder van ons behoort tot de totaliteit van het Goddelijke, is buiten de tijd een volledig Ego dat tezamen met de andere ego's de goddelijke schepping uitmaakt. Er is geen kracht, die ons bewust maakt. O, ik weet wel dat de mensen anders zien. Ik denk dan b.v. aan Tobias en de Engel. U kent het verhaal wel.

Tobias worstelde een hele tijd met een onbekende en pas toen het dag was geworden en hij nog overwonnen was ook, gaf deze hem een raad. Hier ziet u een typisch iets. Wat doet de engel? Zegt hij: het is nu in orde met je vader? Neen. Hij zegt dat en dat moet je vader doen. De hele situatie is bovendien nog erg symbolisch, want men moet de achtergronden van het verhaal ook nog kennen. Maar dit is voldoende om te beseffen, dat inwijding niet is een kracht of een gebeuren, maar het is een je wijzen op de mogelijkheden die er reeds zijn. En zo gezien zeg je: wie wijdt mij? Ik ben aan God gewijd of ik wil of niet. Zelfs als ik de tegenpartij (zoals mensen zich die voorstellen) zou aanhangen, dan nog ben ik aan God gewijd en en aan niemand anders. Ik ben deel van de goddelijke Totaliteit, zonder dal kan ik niet eens bestaan. Alle krachten van de gehele kosmos vloeien ook in mij samen, zelfs als ik meen dat ik alleen het negatieve bezit. Daarom kan een inwijding eigenlijk nooit iets zijn wat je wordt gegeven, zelfs niet van binnen uit. Het kan alleen maar een besef zijn dat in je ontstaat van datgene wat je in feite reeds bent.

Ik hoop, dat u mij deze uitleg zult willen vergeven. Ik weet, dat heel veel mensen graag door anderen willen worden ingewijd. In feite moet je, je alleen maar bewust worden van hetgeen je bent, en daar is evenwicht inderdaad erg belangrijk bij. Want pas als we evenwichtig zijn, zijn we bereid onszelf te aanvaarden zoals we zijn. En pas als we onszelf aanvaarden zoals we nu zijn, kunnen we ook de krachten aanvaarden die in ons optreden.

Die krachten behoren wel tot ons wezen, maar als mensen en ook als geesten in bepaalde sferen weet je dat nog niet. Je gaat die krachten dus zien als iets wat

van buitenaf op je inwerkt, maar daardoor leer je de wereld anders zien. Eerst evenwicht in jezelf en daardoor een nieuw besef van je wereld, daardoor een uitbreiding van je mogelijkheden in de wereld, resulterend in een harmonie welke, wederom evenwicht wordend, in je een zeer groot deel van de schepping en de krachten van de schepping beleefbaar maakt.

❖ *Je trekt dus a.h.w. sluiers weg; steeds meer en steeds beter.*

Dat schijnt Salomo eens gedaan te hebben, maar dat heeft Johannes de Doper zijn kop gekost. Sluiers. Het is een mooie uitdrukking. Het vallen van de sluiers is een geliefd symbool: Isis ontsluiert en dergelijke dingen. Maar kunnen we een sluier wegtrekken waardoor we duidelijker en scherper gaan zien? Het lijkt ons toe alsof er een sluier verdwijnt, maar is die er ooit geweest? Als die er was, dan zouden we niet kunnen zien; dan zou het een ander moeten zijn die, zo'n sluier moet weghalen.

Als we uit onszelf tot een steeds hoger bewustzijn en besef kunnen komen, dan wil dat zeggen dat er geen feitelijke sluiers zijn. Dan betekent dat alleen dat we de fouten, de belemmeringen, de beperkingen van ons besef opheffen en daardoor steeds een juister en vollediger beeld krijgen van hetgeen we zijn en van hetgeen de kosmos is.

Ik hoop, dat dit mij niet euvel wordt geduid. Johannes de Doper zal het mij ook niet kwalijk nemen, want hij weet: sluiers kunnen je de kop kosten. Dus hij zou het ongetwijfeld met me eens zijn.

❖ *Is er een associatie met ontwikkelen: de wikkels wegnemen en openbaren: opengebaard worden?*

Opegebaard klinkt mij als een splijting. Ontwikkelen: de wikkels wegnemen is een woord dat afkomstig is van het kind. Vroeger werd een kind namelijk ingebakerd; het werd in doeken en wikkels verpakt. Als het kind oud genoeg was om het zonder ze te doen, als hij zijn eerste hemdje aankreeg, dan was het dus ontwikkeld. Deze term kunt u nog in het spraakgebruik terugvinden in het Diets, het Nederlands in ongeveer 1200. En dat kunnen we natuurlijk komisch gaan vertalen en zeggen. Ontwikkelen is het ontdoen van de wikkels, maar een ontwikkelingsland is juist een land waar je wikkels naartoe stuurt. Dus de betekenis daarvan is dubieus zodra we het taalkundig bezien. Voor jezelf kun je zeggen: wanneer wij onze illusies verliezen, komen we dichterbij de werkelijkheid te staan.

Wij ontwikkelen ons meer, naarmate wij minder illusies koesteren, minder droombeelden in stand houden en meer de werkelijkheid van de wereld, van ons wezen en van de kracht in ons aanvaarden.

❖ *Het innerlijk evenwicht is ..... (verder onverstaanbaar door de tussen geworpen "inderdaad").*

Inderdaad. Innerlijk evenwicht is een toestand die we bereiken en welke een mensenleven lang kan blijven bestaan. Maar het is een toestand, die bij verandering van wereld of van besef ongetwijfeld wordt verstoord. Het betekent echter wel, dat wij door het evenwicht de kracht kunnen verkrijgen waardoor we de volgende ontwikkeling tot een hernieuwd en meer omvattend evenwicht kunnen maken.

❖ *Is het een evolutie proces?*

Het is eerder het ontwaken van jezelf, van de waarheid van je wezen. Ik zou het zo willen zeggen: de mens ontwaakt uit zijn angst van sterfelijkheid tot besef van zijn

onsterfelijkheid. En zijn onsterfelijkheid erkennend, zal hij moeten komen tot aanvaarding van een onsterfelijke wereld, die vermomd gaat achter de verandering van vormen en uitingen. Zo kom je tot de eenheid.

❖ *Gaat dit proces niet steeds door, als je die onsterfelijke wereld hebt aanvaard?*

*Je bent je daarvan bewust geworden, ben je dan niet weer gestoord .....*

at komt, omdat de mens het vanuit zich bekijkt. Dan krijgen we zoiets als het plaatje van Droste, een verpleegster die met een blaadje in de hand staat enz. enz., totdat het plaatje te klein wordt en het in het niet verdwijnt. Dan zeggen de mensen; dat is oneindig. Dat is niet waar. Het eindigt bij het busje dat u in de hand houdt. U redeneert vanuit uzelf en u zegt: is dat niet oneindig? U moet het anders zeggen: in het heden is wat ons een ontwikkeling of evolutie toe schijnt beëindigd op het ogenblik, dat wij het heden geheel beseffen. Het is ons onbeseft van de volledigheid van het heden waardoor wij komen tot het denkbeeld dat er steeds nieuwe trappen zijn. Ik heb een aardige vergelijking voor u:

U heeft een foto toestel of een filmapparaat op macro opname ingesteld. Dat is het heden. Nu draait u het beeld terug en u komt tot een breedhoek opname. Nu heeft u ineens een geheel landschap waarin die ene bloem alleen nog maar een kleine factor is op de voorgrond. Is nu het beeld veranderd.? Het was er allemaal. Alleen heeft u eerst gekeken niet een enorme vergroting naar die ene bloem en nu kijkt u met een verkleining van de voorgrond naar een heel groots panorama. Maar het panorama is er altijd geweest er, de bloem is er nog precies zo als u haar vergroot heeft gezien.

Dat is nu de gehele bewustwording van het heden. In het heden kijken we meestal met een enorme vergroting naar een enkel detail. Maar de gehele kosmos waarvan dat detail deel uitmaakt is aanwezig en zou beseft moeten kunnen worden, indien onze instelling zich zou veranderen.

❖ *Maar zijn onze zintuigen daar niet te beperkt voor?*

De mens heeft er altijd weer zin in om het zintuiglijk te benaderen. Maar is eigenlijk uw zintuiglijkheid t.a.v. de totale mogelijkheid van uw besef niet net zoveel als een haartje op de huid van een hond? Anders gezegd: uw besefsmogelijkheden zijn zo ontzettend uitgebreid dat de zintuiglijke mogelijkheden daarbij maar een zeer beperkte, aanvullende rol spelen. Maar omdat u mens bent en die zintuiglijkheid voorop zet, verwaarloost u doorgaans alle andere mogelijkheden tot waarneming. Zodra u dus uw totale bewustzijn en uw totale besef laat functioneren, heeft u ook de oneindigheid. En als we zeggen dat je evenwicht moet gewinnen en dat het innerlijk evenwicht belangrijk is, dan is het zeker ook belangrijk dat je dan niet neer komt tot overschatting van b.v. het zintuiglijke. Je gehele wezen gaat dan verder zonder preferentie.

❖ *Komen hier meer dimensies bij te pas?*

Dimensie is een mooi woord. Dimensies zijn in dit verband de scheidingen die wij aanbrengen in de totale ruimte om ze voor onbenaderbaar te maken, Met het gevolg dat we maar enkele van die z.g. dimensies kunnen overzien, omdat hun scheidingen het ons onmogelijk maken de rest, die we dan ook meer dimensionaal noemen zelfs maar te beseffen.

❖ *Kunt u nog iets zeggen over hatha-yoga?*

Hatha-yoga is in feite de lichaamsyoga. Hatha-yoga geldt dan ook algemeen als de lagere vorm van yoga, die tot de absolute beheersing van de lichaamsfuncties moet leiden. Als gymnastiek is ze zeer aanbevelenswaard, mits men beseft dat de westerling, niet over dezelfde lichamelijke mogelijkheden beschikt die men in de

landen van oorsprong gewoonlijk wel bezit, al is het alleen maar omdat ze daar stokbrood mager zijn en in het westen zit menig rolletje in de weg, als je diezelfde oefeningen wilt doen. als u dat begrijpt, dan is hatha-yoga inderdaad een goede benadering. Maar hatha-yoga alleen is niet voldoende, omdat ze zonder meer slechts een zeer beperkt filosofisch systeem heeft. Bovendien is het alleen gericht op de beheersing van lichaamsstromen en lichaamsfuncties. En daarmee ga je weer een detail vergroten totdat het schijnbaar alles uitsluit.

Hatha-yoga is een goede methode om je eigen lichamelijke conditie te verbeteren en om je zenuwstelsel op te laden en juist te laten functioneren. Ze vormt de basis voor de geestelijke oefeningen die dan over het algemeen beter tot een van de andere yoga vormen behoren.

❖ *Hoe ziet u tantra yoga?*

Tantra yoga, het woord zegt het al, behoort tot het tantrisme. Het tantrisme is in feite gebaseerd op een natuurmagie. Als we het zeer eenvoudig willen omschrijven (er zit veel meer aan vast), dan gaat het de erkenning van harmonieën en disharmonieën in de gehele natuur en het gebruikmaken van de gelijkgerichtheid of de tegengerichtheid van waarden in de natuur (omvattend ook de geestelijke wereld) om daarmee bepaalde doeleinden te verwezenlijken. In deze zin is tantra yoga de benadering van de evenwichtigheid in de totaliteit op basis van een eigen beheersing. Hierbij tracht u door een voortdurende hergroepering van waarden in de kosmos rond u een toestand te scheppen waardoor u een inzicht gewint over het totaal van de kosmos en niet slechts over het voor u manipuleerbare deel.

❖ *Dat is mystiek.*

Als u dat mystiek wilt noemen. Het is natuurlijk erg mystiek. U weet wat mystiek is. Het is! het zoeken naar de oorzaakverklaring van alle verschijnselen of toestanden in ons of rond ons in de wereld.

❖ *Kun je dat ook occult noemen?*

Occult is al datgene waar een ander niet naar kijkt.

❖ *Ik begrijp, dat de juiste gang, van zaken deze is dat je, je steeds meer bewust van de goddelijke eigenschappen in je, zodat je alle onbelangrijke dingen laat vallen of opbrandt zoals kaarsen opbranden.*

Het is eigenlijk nog veel eenvoudiger dan dat. Evenwicht gewinnen is: in een besef van de gehele werkelijkheid jezelf beperken ten aanzien van de nadruk, die je geeft aan enkele fasen of verschijnselen in je bestaan. Het is dus het vermijden van een onevenwichtigheid (eenzijdigheid) door het besef van het geheel voor zover dit voor je bereikbaar is. We kunnen dan mooie termen gebruiken en zeggen: als wij God in ons beseffen, dan doet de rest er niet toe. De mens heeft dan de neiging te zeggen. Dat bestaat het eigenlijk niet. Het is echter wel belangrijk. Het maakt deel uit van het geheel. Als je b.v. zegt, dat er geen mus van het dak zal vallen zonder dat God het wil, dan zeg je eigenlijk dat God Zich bezighoudt met alle details. Want wat is een mus tegenover God of tegenover een wereld, een ster of desnoods zelfs een mens? Zo zou je het ook moeten zien. Wij kunnen niet zeggen: we gaan alleen die grote lijn volgen. Neen, de kleine dingen behouden we wel. Ze blijven belangrijk. Maar ze zijn alleen belangrijk in de samenhang met het totaal besef en niet meer op zichzelf een waarde die ons besef en ons gevoelsleven gaan beheersen. Dat is evenwichtigheid.

## CONCLUSIE

Evenwicht is iets wat we allemaal bezitten. Innerlijke kracht is iets wat we allemaal bezitten. Alleen, we geven het meestal de kans niet om zich te uiten. We zijn voortdurend zo druk bezig met enkele dingen uit ons bestaan, dat onze beleving, uit het totaal van de kosmos, dat we vergeten. wat er allemaal nog meer is.

Evenwicht is het besef, dat voor alle kwaad dat er bestaat er ook iets goeds is. Dat voor alles wat geweest is ook weer een toekomst is. Kortom, het is het besef van de eenheid. In dat besef van eenheid moet je groeien naar datgene wat we God noemen of Eerste Oorzaak. Want er komt een ogenblik, dat je werkelijk evenwichtig bent, omdat je werkelijke deel hebt aan alle dingen. Misschien mag, ik hier nog een voorbeeld gebruiken. Er was een blad dat zich geërgerd had, omdat het door een koe werd opgegeten. En de koe heeft zich geërgerd omdat haar bestemming in de voedingswaren haar onaantrekkelijk toe scheen. En er was ook een mens, die zich ergerde dat hij ondanks zijn goede voeding met vleeswaren langzaam maar zeker toch tot verdienste voor de doodgraver dreigde te worden. Zo waren er velen, een hele keten. Maar op een dag brak voor het blad het besef door van eenheid. Toen besepte het: Ik ben opgegeten door de koe, die de mens heeft gevoed, die tenslotte de bemesting heeft bezorgd waardoor mijn wortels vele bladeren konden voortbrengen.

Het is een cirkelgang. Een ecologische samenhang zou je misschien kunnen zeggen. En dan niet alleen op klein menselijk terrein, maar ook op kosmisch terrein. Wanneer wij eenmaal beseffen wat alles is, dan begrijpen wij dat alles wat ons deert ons gelijktijdig baat; dat al wat ons baat ons gelijktijdig deert, tenzij we beseffen hoe het spel in de totaliteit de uitdrukking is van alle mogelijkheden, alle krachten en alle vormen. Kortom, de Schepper Zelf die in Zijn scheppende gedachte wordt uitgebeeld door de schepping in haar totale samenhang.

Als je naar innerlijk evenwicht streeft, dan kun je meestal zover niet gaan. Maar lieve mensen, alles heeft ergens zin en betekenis. Probeer de zaken te aanvaarden zoals ze zijn. Probeer het goede en het lichtende te vinden, juist als je meent dat het duister is. En besef het duister, als het lijkt dat het zo verblindend licht rond je is.

Laat licht en duister samenvloeien, opdat je evenwichtig wordt, opdat je onaantastbaar wordt voor de gevolgen van licht en duister en zo jezelf volledig waarmaakt, zo de dood overwinnend, zo de eeuwigheid vindend en voor jezelf winnend, zelfs in dat moment. Dat is evenwicht.

Evenwicht is de beleving van de goddelijke Totaliteit, zelfs binnen de beperktheid van je voorstellingsvermogen.