

# Het bewaren van de innerlijke vreugde onder alle omstandigheden

19 oktober 1984

We zijn niet alwetend of onfeilbaar. Denkt u alstublieft zelf na. Maak liever uw eigen fouten dan mogelijke van ons na te lopen.

Innerlijke vreugde is eigenlijk een soort tevredenheid. 't Is een beetje moeilijk om het te omschrijven. Het is het gevoel dat alles toch de moeite waard is. En het is zeker ook het gevoel dat je het beste hebt gedaan wat je doen kon. Dat wil zegen: innerlijke vreugde is, voor een groot gedeelte althans, een situatie die emotioneel is en waarbij achter alle dingen dan ook nog cerebrale zaken een rol spelen.

Als je in het menselijk brein kijkt, dan kun je eigenlijk de hele ontwikkeling van de mensheid erin zien: We hebben er eerst een betrekkelijk simpel brein. Daaromheen hebben we iets zitten dat bij de reptielen thuis zou kunnen horen, waaromheen een laag zit, die naar een kant nogal uitgegroeid is naar de kleine hersenen en die dan een groot aantal dierlijke impulsen mee omvat. En daarnaast hebben we dan ook denkvermogen, dat dan nog weer in twee helften uiteen valt: je zou kunnen zeggen de begripshelft en de daadhelft.

Er zijn natuurlijk voorwaarden verbonden aan dat beleven. 't Is een emotie, en die emotie kennen is eigenlijk een eerste vereiste. Je moet innerlijke vreugde verkrijgen door een visie op het leven te ontwikkelen waardoor je jezelf kunt aanvaarden zonder de wereld af te wijzen.

Heb je dat eenmaal bereikt, dan zal die vrede, die vreugde toch steeds weer wegebben, want hoe is een mens? Hij loopt jubelend door de straten heen; het is lente in zijn hart, alles is goed totdat hij per ongeluk zijn hoofd stoot. Daarna roept hij de hel te hulp en gaat met somberheid, gekroond door een kloppende buil, de rest van de dag door het leven.

Er zijn dus allerhande situaties waardoor die vreugde teniet wordt gedaan. Maar meestal zijn het eigenlijk toch geen uiterlijke situaties. Innerlijke vreugde wordt nog het meest bedorven door een wereldvisie, die je in jezelf opbouwt zonder er zelf aan te kunnen beantwoorden, en zonder dat aannemelijk is dat de wereld er ooit aan zal beantwoorden.

U zult zich afvragen: Wat moeten we dan doen? Aangezien we het ook een beetje praktisch moeten houden, zal ik beginnen met het volgende punt:

1. Je moet vrede kunnen hebben met jezelf. Maak je geen beeld van wat je zou willen, zou moeten en zou kunnen zijn; maak je alleen een beeld van datgene wat je bent. Aanvaard dit, dan is elke verrijking die je eraan toevoegt, een reden tot werkelijke vreugde, tot een toenemende tevredenheid; dan heb je daardoor eigenlijk veel meer veerkracht.
2. Kijk niet naar de wereld als een criterium voor alles wat er in jezelf bestaat. Een mens, of hij het nu wil toegeven of niet, denkt als ras homocentrisch en als persoonlijkheid egocentrisch. We kunnen wel denken aan anderen, maar we doen het altijd vanuit onze

eigen optiek, zoals de moderne term heet, waarbij ze dan waarschijnlijk bedoelen dat je dus een oogje toe kunt knippen. Anders kan ik mij niet voorstellen dat in regeringskringen die term zo vaak wordt gebruikt. Maar je kunt dus niet een wereldbeeld hebben waar je mee één bent. Je kunt alleen een eenheid bereiken met jezelf. En omdat je die wereld eigenlijk niet aankunt, is het heel erg belangrijk dat je die wereld neemt zoals hij komt.

O, ik weet het wel, er zijn veel teleurstellingen in het leven, nietwaar? Je huwt met je ideaal en als je dan later het kunstgebit en de andere hulpmiddelen terzijde ziet leggen, dan vraag je je toch ook wel eens af: mijn god, wat is er eigenlijk mee gebeurd? Tenzij je ondertussen een innerlijke aanvaarding hebt gekregen, waardoor het uiterlijk onbelangrijk is.

En dat is nu het typerende; ze zeggen: liefde is eeuwig ... Nou, veel van hetgeen nu 'liefde' heet, lijkt me op het ogenblik wel zeer tijdgebonden. Maar, wanneer je werkelijk dus een aanvaarding krijgt van de ander, dan gaan uiterlijkheden geen rol meer spelen. En dan ontstaat die EENHEID. En dat kun je nooit krijgen door die ander te onderwerpen aan jouw wensleven.

Je kunt van de ander wel een ideaal maken en ongetwijfeld kun je het zover brengen dat je denkt dat je met een nieuwe BB (Brigitte Bardot) het huwelijk ingaat, zullen we dan maar zeggen (om beleefd te blijven), maar op een gegeven ogenblik word je wakker en dan blijkt het een ietwat verlepte bloem geworden te zijn. Dan kun je zeggen: "Ja, dat moet ik niet!"

Zo is het met de wereld ook. Als je de wereld neemt zoals hij is, met al zijn slechte kanten en al zijn goede kanten, dan kun je je een beetje spiegelen aan die goede kanten. Daar kun je op inspelen, daar kun je op antwoorden. Je wordt dan niet te zeer gestoord door je eigen ik-aanvaarding en gelijktijdig blijf je, en dat is erg belangrijk, contact behouden met je wereld, waarin je dan toch positieve dingen vindt.

Het is een hele tijd gebruikelijk geweest om te zeggen: Ach, wanneer je innerlijk eenmaal bent doorgedrongen tot de kern van je wezen, dan zul je daar het innerlijke licht vinden en in dat innerlijke licht ligt de grootste vreugde besloten; en wie dat licht kent, zal die vreugde nimmer vermisen! Ja zeg, begin je een lange innerlijke tocht, en wat vind je? Glimworm. Ja, want veel verder kom je meestal in het begin niet.

Ik bedoel, het zijn allemaal mooie theorieën, maar je kunt niet in jezelf een vreugde vinden, wanneer er geen relatie is met wat buiten het ik bestaat, waardoor die vreugde voor jouzelf beleefbaar en bevestigd wordt.

Innerlijke vreugde is leven met de feiten, zeker. Innerlijke vreugde is gebaseerd op je eigen wijze van 'wereld beleven', van 'wereld beschouwen'. Dat is geen onfeilbaar beeld, helemaal niet! Maar het is voor jou de enige mogelijkheid om in die wereld ervaring op te doen, emoties te beleven en eventueel tot een oordeel te komen.

Dus het is duidelijk dat mijn tweede punt wel moet zeggen: Mensen, aanvaard de wereld buiten je, en aanvaard jezelf zoals je bent. Innerlijke vreugde krijgen door jezelf als het ware te verminken in de persoonlijkheid die je bent, dat is iets wat zelden of nooit bereikt wordt.

Er zijn heiligen die het geprobeerd hebben, die werden dan geteisterd door voortdurende bezoeken van duivels of in een ander geval kwamen ze nog bedden in brand steken en zo. In al die gevallen waren dat mensen die zichzelf dus niet wilden erkennen zoals ze waren en zich daardoor maar zeer ten dele konden ontplooiën in datgene wat voor hen zelf mogelijk was.

Daar kwamen angstdromen bij. Angstdromen kunnen een compensatie zijn, natuurlijk. Maar wanneer ze zo continu optreden, wanneer je voortdurend weer door duistere dromen wordt overvallen, dan is er iets niet in orde met je wijze om naar de wereld te kijken en de manier waarop je met jezelf probeert te leven. Wat je bent, ben je. Goed, ga daarvan uit. Zeg niet: Ik moet dit veranderen, of: Ik kan dat niet erkennen. Ga uit van jezelf, dan wordt het derde punt vanzelf duidelijk:

3. Slechts de mens, die zichzelf aanvaardt zoals hij is, de wereld aanvaardt zoals hij deze erkent en uit beiden steeds weer de meest positieve waarden en krachten naar voren brengt, zal innerlijke vreugde bijna bij voortduring ondergaan.

We kunnen natuurlijk alles psychologisch en dieptepsychologisch benaderen, we kunnen onszelf misschien voor een heel groot gedeelte aan onszelf verklaren. We kunnen zelfs aangeven welke hersenfuncties mede een rol spelen bij tevredenheid en ontevredenheid, maar daar komen wij niet verder mee. Zeker niet als het gaat om innerlijke vreugde. We moeten gewoon accepteren.

Dan is er de vraag: Wat doe ik met de wereld?

Kijk, die wereld is natuurlijk slecht, anders zou u niet zo goed kunnen zijn, nietwaar? Maar, hoe slecht die wereld ook is, er is altijd nog wel iets goeds bij. Zelfs wanneer ik de oude gelijkenissen bekijk: het koren dat werd gezaaid, nietwaar, een deel viel op de steenachtige bodem, werd opgepikt door de vogels. Dan kun je natuurlijk zeggen dat het jammer is dat het graan niet is opgekomen, maar tenminste hebben die vogels een volle maag gehad.

Dat mag niet. Zuiver in het geloof is dat een volkomen verkeerde benadering, dat weet ik ook wel. Maar in alle dingen zit ook iets goeds. Let op het goede! Probeer de positieve kanten, mogelijkheden te zien. Zeg niet: Wat is het vandaag een rotweer! maar zeg: Wat een geluk dat mijn schoenen waterdicht zijn, of dat mijn paraplu het houdt!

Het is een manier van benaderen en ofschoon dat uiterlijk gezien weinig te naken heeft met die innerlijke vreugde, bepaalt het je hele instelling. Het bepaalt de relatie tussen jezelf en die hele kosmos, voor jou gekarakteriseerd door die wereld waarin je leeft. En daar gaat het nu Om!

Hoe meer u in alles positief probeert te zijn, hoe meer u al het negatieve gelaten aan u voorbij laat gaan, van u afschudt zoals een eend een paar waterdruppels, zoveel te harmonischer gaat u leven.

En wanneer je in die wereld veel goeds herkent, dan herken je in jezelf in het algemeen ook aardige dingen. Je bent een beetje tevreden met jezelf. Ondanks alles. Je hoeft je geen tevredenheid aan te praten of een manifestatie te zoeken, waardoor je iets waar kunt maken wat je meent dat je toch eigenlijk zou moeten zijn. Je kunt gewoon jezelf zijn en een zekere vreugde kennen.

En wanneer je die vreugde in jezelf hebt, dan ontstaat er een heel wonderlijk effect, want die

innerlijke vreugde is niet alleen maar vrede en een mate van harmonie. Het is wel degelijk ook een positieve beleving.

Nu behoort u tot heel wat verschillende werelden, we hebben dat wel eens meer verteld. U behoort tot de astrale wereld. U hebt een levenskrachtgebied. U hebt daarboven allerhande sferen die, als we degenen die ze beschrijven mogen geloven, aanmerkelijk beter zijn gestoffeerd dan welke eersteklas wachtkamer op aarde dan ook. Elk van die werelden heeft zijn positieve waarden. Maar er zijn automatisch in elke wereld ook negatieve waarden.

Elke bewustwording geschiedt door een erkenning van tegenstellingen, ongeacht het feit of de tegengestelde waarden in feite de manifestatie zijn van één kracht of dat ze een tweeledigheid vormen. En daar stem je dus ook weer af op positieve waarden.

U moet niet verwachten, dat er dan onmiddellijk lichtende geesten rond uw bed komen dansen, maar wat je wèl krijgt, zijn impulsen van buitenaf, van die andere wereld uit. Die impulsen zijn energie, maar ze zijn daarnaast ook een soort blijheid. Ze betekenen een lichte verschuiving in de manier waarop je de wereld ziet. En daardoor wordt de innerlijke vreugde dan steeds sterker.

Als in ons onderwerp door u is gesteld: 'Het ondanks alles bewaren van de innerlijke vreugde', vraag ik mij af: waarom dat 'ondanks'? Het is alleen maar 'ondanks alles' wanneer we ons laten overrompelen door de negativiteit.

Het is gemakkelijk genoeg om te zeggen dat de wereld niet deugt. Ik kan u zo honderd redenen geven: egoïsme, verkeer, milieuvervuiling, de bom, en nog veel meer. Zelfs de olieprijs en indirecte manipulaties met uw eigen inkomen. Allemaal redenen om heel negatief te denken.

Maar verander je er iets mee? Verander je er iets mee als je NEE roept? In 9 van de 10 gevallen niet. En als het je lukt met het nee-roepen, dan wordt het meestal nog veel negatiever.

Denk maar aan de Jakobijnen met hun revolutie, de Franse revolutie. In het begin voelden ze zich ontzettend blij; ze hadden nu eindelijk de heersende stand een beetje overrompeld. Maar ja, toen kwamen daar figuren, Robespierre, Narat, noem ze maar op, die dan via een zeer goede dokter, die een patent middel tegen de adel had uitgevonden, het eerste scheermes ter wereld hadden ontwikkeld, waarmee de natie werd geschoren van alle uitwassen, zoals men die zag.

Maar ja, er waren niet voldoende uitwassen. En op den duur gingen de Jakobijnen er net zo hard onderdoor als de standen die ze hadden aangeklaagd.

Wanneer wij negatief zijn, dan krijgen wij eigenlijk geweld dat geweld oproept. Wij krijgen negativiteit die negativiteit versterkt. En dat kunnen we ons nu juist niet permitteren.

Daarom kunnen we nooit ondank alles een voortdurende innerlijke vreugde kennen. We kunnen de innerlijke vreugde juist alleen kennen wanneer wij, aanvaardend wat is, het positieve daarin waarderen.

Om die stelling een beetje waar te maken, moet je soms een soort psychische 'judo' toepassen. Wanneer de wereld je aanvalt, nou ja, dan geef je mee en je gebruikt de kracht van de aanvaller, en

niet eigen kracht, om hem met een smak over je heen te werpen. Het is een methode waarbij je eigenlijk zegt: Alles is in principe aanvaardbaar, maar ik kan alleen mijzelf zijn. Door mijzelf te blijven, wordt ik een as, waar om het gebeuren zichzelf kan veranderen, in een andere situatie kan komen. Zelfaanvaarding.

En dan ook niet zeggen: Het is mijn tegenstander. Want uw tegenstander kan u helpen om datgene te bereiken wat u zelf nooit waar zou kunnen maken.

Zie de wereld positief. Er zijn zaken als ziekte, waar je soms aan onderdoor kan gaan, dat weet ik ook wel. Wij hebben er gelukkig geen last meer van, maar u zit ermee. Dan kun je wel zeggen: Wat ellendig, als ik nu dit niet had en dat niet had... Maar wat doet u? Op dat moment bent u niet alleen maar bezig uw krachten te verspillen aan een verzet tegen zaken die u toch niet kunt overwinnen, maar u bent bovendien bezig om uw innerlijke krachtbron, de harmonie met hogere werelden, te verstoren.

Dus moet je het anders aanpakken. Dan moet je zeggen: Ach, ik kijk gewoon naar het goede. Zelfs die ziekte in zich geeft mij toch weer de mogelijkheid om anders te beleven, anders te ervaren.

Waar vind ik het goede, waar vind ik de kracht? Soms is dat een medemens die goed voor je is, soms is het alleen maar een bezinningsmogelijkheid die je krijgt. In enkele gevallen is het alleen maar het feit dat je alles in rust eens kunt vergeten.

Kijk daar naar. Met verbazing zult u bemerken dat u sterker wordt. O, ik zeg niet dat u geneest. Dat kan, maar dat is weer een andere kwestie. Maar u wordt innerlijk sterker. U behoudt een soort van levensvreugde, ondanks alles.

Heel vaak kan die levensvreugde dan nog wel bestaan, wanneer je in een milieu terecht komt waarin lijden een beetje algemener is. Wanneer je eens kijkt in een ziekenhuis, dan spiegelt de een zich aan de pijn van een ander en daardoor voelt hij zichzelf een beetje beter dan hij is. Dat is trouwens bij veel deugdzaam ook: ze kijken voortdurend naar de zonden van een ander, en daardoor voelen ze zichzelf veel beter dan ze ooit zullen zijn.

Waar het mij om gaat, is gewoon dit: Een milieu, een omgeving kan deprimerend werken. Laten we dan kijken of er niet één positief puntje is waar we wat mee kunnen doen, al is het maar één grasspriet in een steenwoestijn. En als je die dan voortdurend water geeft, dan krijgt ze voor jou toch ook een inhoud en een schoonheid. En dan kan ze misschien verdwijnen, maar dan ga je niet zeggen: O, nu ben ik het kwijt. Nee: Is er nog meer?

Het is de benadering. Ik kan daar eindeloos lang over doorgaan, maar de kern van de zaak is altijd weer: Zoek naar het positieve. Aanvaard de situatie waarin je verkeert, en probeer er dan het beste van te maken. Dan is de conclusie die ik nu trek alweer vanzelfsprekend geworden, dacht ik: Hoe meer je op die manier een eenheid en een aanvaarding ten aanzien van het leven tot stand brengt, hoe meer je in jezelf erkent wie en wat je bent. En desondanks een zekere vreugde hebt.

Want het leven is toch uiteindelijk de moeite waard hoe meer je in contact komt met je hogere voertuigen. De hogere voertuigen zijn een krachtbron. Zij schenken een aanvullend weten en ze helpen je heel vaak met een lichte verandering van je eigen beoordelingen. Door de gewijzigde

bewustzijnstoestand wordt dan die vreugde niet alleen steeds meer intens, maar ze wordt een vanzelfsprekendheid.

Zo lang je je beklaagt over wat je niet bent en wat je niet hebt, zul je nooit vrede kennen, nooit innerlijk geluk, geen vreugde. Dan heb je alleen maar tijdelijke opvlammingen. En die zijn dan uiteindelijk meer uiterlijk vermaak dan wat anders.

Nee, wanneer je in jezelf die vreugde hebt, dan ontstaat juist die kracht. Dan ontstaat de vernieuwing, de verandering van je wereldbeeld. En dan leer je zeggen: Ach, eigenlijk is het niet erg, het gaat voorbij, ik kan dit aan. Vreugde kan soms in jezelf bestaan onder enorm zware belastingen. Lichamelijke situaties, waarvan een ander zegt: Maar dat is de hel! Maar jij, in je zelf, je ziet: ik doe ondanks alles toch nog positief, ik ben niet bezig met haten of zo, maar ik kan die wereld aan.

En elke keer wanneer je dat aan jezelf bewijst, elke keer dat je de grens van je eigen uithoudingsvermogen bereikt en misschien zelfs net een stukje overschrijdt, is dan een enorme voldoening, een geluk.

Innerlijke vreugde heeft niets te maken met vrij zijn van pijn, van honger, van nood en van ellende. Er zijn mensen die op verhongeren na dood zijn, die gelukkiger zijn dan heel veel welvaartsrijken in uw omgeving.

Innerlijke vreugde is een aanvaarding van het leven. Het is het geheel maken tot iets waarin je jezelf kunt beleven, kunt geven en, als het even kan, zonder dan daarbij iemand te belasten met verantwoordelijkheden voor jou of voor anderen.

En dan nog even terug naar de techniek: U weet misschien dat er eigenaardigheden kunnen ontstaan bij bepaalde hersenbeschadiging. Er is een bepaalde brug namelijk, dat zie je bij de frontale lobben. Wanneer die nu onderbroken is, dan heb je mensen die wel een woord kunnen lezen, maar het niet kunnen uitspreken. Of omgekeerd: je hebt mensen die het wel kunnen uitspreken, maar niet kunnen lezen.

Het komt zelfs voor dat, als je iemand een woord in twee delen tamelijk dicht voor de ogen houdt, dat het ene oog constateert en de helft van het woord eventueel kan worden weergegeven, en de andere helft niet. Verschuif je dan het blaadje waar het woord op staat, dan zullen ze weer reageren op die andere helft. Maar die ene eerste helft is alweer buiten gezichtsbereik. Ze zien . lettergrepen, niet een geheel woord. Ik stip dit nu maar even aan om duidelijk te maken dat de coördinatie van alle dingen in het denken eigenlijk heel sterk afhankelijk is van de evenwichten tussen de hersenhelften.

En nu blijkt dat een groot gedeelte van uw emotionele leven veel verder teruggrijpt. Het grijpt terug naar een oertijd. Men noemt het dan wel het reptielen- of het dierlijk geheugen. Het ligt op de grens van beiden, indien je allebei de termen gebruikt. Die emoties zijn dus instinctief. Emoties zijn niet iets wat je volledig kunt beheersen. Je kunt alleen mentaal voor jezelf de betekenis ervan veranderen.

Realiseer u, wanneer je zoekt naar de innerlijke vreugde, wanneer je die voortdurend probeert te beleven, dat emoties in zichzelf gevoelsmatige aanduidingen zijn zonder meer. Soms zelfs zodanig

dominant, dat ze de reacties van het lichaam tijdelijk dicteren. Aanvaard dit, maar zeg tegen uzelf: dan heb ik voor die innerlijke vreugde geen emotie in deze zin nodig.

Wanneer ik een innerlijke vreugde ervaar, zal er in mij een emotionele reactie bestaan. Maar die reactie is niet noodzakelijk voor de vreugde, ze is er het uitvloeisel van. Daarom moet je nooit in de roes zoeken naar een vreugde, die dan ook nog innerlijk moet zijn. Dat lukt gewoon niet.

Je moet het ook niet zoeken in het rationeel denken, zover een mens dan rationeel is. De meeste mensen zijn rationeel doordat ze bewust hun gezichtsveld beperken op een zodanige wijze dat er een schijnlogische verhouding bestaat met het waargenomene.

Je moet eenvoudig zeggen: Mijn denken is alleen maar de verwoording, de verbeelding eventueel, het in beeld brengen van datgene wat er in mij geschiedt. Ik moet niet proberen mijn innerlijke vreugde als een emotie te ondergaan, ik moet ook niet proberen haar te ontleden. Daarmee verschuift mijn besef, dan ben ik eigenlijk die harmonie al kwijt. Innerlijke vreugde is gewoon het gevoel van kracht, van een zekere veerkracht, van blijheid. En wanneer dat in je ontstaat: ontleed het niet. Aanvaard het.

Ik zal mijn inleiding beperken om u voldoende gelegenheid te geven tot het stellen van vragen. Er zijn natuurlijk dingen waarover we niet kunnen discussiëren, bv. over God. Geloofszaken namelijk zijn heel moeilijk om over te praten. Daar kun je niet over strijden — de een denkt het zus, de ander denkt het zo. Maar over dit onderwerp zijn er een aantal denkbare relaties te stellen die binnen het redelijk, het verwoordbaar vermogen vallen, en daar zal ik me dan graag mee bezighouden.

## Vragen

- **Als iemand allerlei ellende heeft doorstaan zodat hij of zij het niet meer ziet zitten, Of ergens in weg dreigt te vluchten, hoe is het dan mogelijk dat die persoon toch tot innerlijke vreugde kan komen?**

Een tamelijk moeilijke vraag omdat u dat wegvluchten erbij stelt. Maar onthoud nu maar een ding: Zolang je diep in de ellende zit, moet je in staat zijn om dat te laten staan. Gewoon eventjes vergeten. Niet werkelijk vergeten, maar gewoon zeggen: het is eigenlijk niet belangrijk nu.

‘Ik leef nu.’ En van daaruit verdergaan. Maar wanneer iemand probeert weg te vluchten, dan wil dat zeggen dat iemand in feite wegvlucht voor zichzelf, omdat hij eisen stelt aan zichzelf en aan de gemeenschap rond hem heen, waaraan geen beantwoorden meer mogelijk is. Vluchten is altijd het vluchten voor de onaanvaardbaarheid, niet alleen van de wereld, maar ook van jezelf. Dan krijg je nog de vraag: hoe kun zo iemand nog benaderen? Hoe verder iemand wegvlucht namelijk, hoe moeilijker het wordt om met zo iemand in contact te treden.

Het is niet mogelijk om alle ellende te vergeten. Laten we een eenvoudig voorbeeld nemen: iemand heeft in een concentratiekamp gezeten in die beruchte laatste oorlog. Dat zal zo iemand nooit helemaal kwijtraken, inclusief bepaalde schrikbeelden die ermee verbonden zijn. Maar je kunt dan

elke keer toch tegen jezelf zeggen: maar nu ben ik anders.

En als je dat maar voldoende weet te zeggen, dat je zelf anders bent en je wereld is anders, "ik kan het aan", dan kom je als vanzelf op een punt waarbij je jezelf met dat verleden gaat accepteren, niet je illusies of dromen van eens of misschien van nu probeert aan die wereld op te dringen, maar gewoon jezelf afvraagt: wat zijn de positieve dingen? Ik ben zelf toch ook nog positief.

Dan kun je het aan en dan vlucht je ook niet meer weg. En wanneer je dan al een stukje op die vluchtweg was, dan ga je toch weer terugzoeken naar contacten. Zo iemand moet nooit in de eerste plaats contacten met mensen zoeken. Mensen zijn namelijk wezens die nooit zijn zoals je denkt dat ze zijn. Zo iemand moet dus eigenlijk zijn contacten zoeken in de eerste plaats met bijv. een landschap, met de natuur, met muziek of andere waarden, die ongeveer gelijk plegen te blijven. En daar kun je dan een houvast van maken, een anker maken. Door dat anker kom je tot een positievere aanvaarding van de wereld, en kun je jezelf weer beter aanvaarden. En zodra je dat punt bereikt, is de innerlijke vreugde eveneens bereikbaar, kan de innerlijke krachtbron sterker worden aangeboord en is een opvallend herstel mogelijk, zelfs wanneer je nooit herinneringen kunt wegnemen.

#### ▪ Hoe kan men in de volgende drie situaties zijn innerlijke vreugde bewaren?

##### 1. Tijdens een luchtbombardement?

Eenvoudig. Zeg tegen jezelf: Als ik de anderen nu een beetje rust kan geven, dan zal het wel voorbijgaan. Maar zeg nooit tegen jezelf: Dadelijk ga ik eraan, want dan maak je anderen gek, ofschoon zij er niet aangaan.

##### 2. Tijdens gruwelijke martelingen?

Bij marteling: probeer je terug te trekken in jezelf. Denk aan de krachtbron, aan het doel eventueel, dat je hebt, en probeer je daarin volledig te verliezen. Elke keer dat je ontdekt dat er van buitenaf een signaal komt, dat pijnlijk is, zeg dan tegen jezelf: ik kan het nog aan. Dan zul je in jezelf een zekere bevrediging vinden, en die bevrediging kan dan zelfs de innerlijke vreugde worden of benaderen.

##### 3. Tijdens (zelf)verbranding?

Lijkt me een beetje moeilijk, dat ligt aan de reden. Iemand die tot zelfverbranding overgaat omdat hij daarmee voor zich een geloofswaarde volledig uitdrukt, kan tijdens dit gebeuren zodanig opgaan in het waarmaken van hetgeen waarin hij gelooft, dat hij innerlijk vreugde ervaart, ongeacht de verschrikking die ook voor hem (meestal kortere tijd) en voor de omgeving (meestal langere tijd), bestaat.

Bij zelfverbranding is het namelijk zo dat na betrekkelijk korte tijd de zenuwen geen pijnsignalen meer door kunnen geven, maar dat het proces van de verbranding met alle verschrikkelijke gevolgen daarvan voor de buitenstaander nog volledig doorgaan. De reacties zijn dan echter niet meer bewust en in het bewustzijn zelf kan dan ook nog de innerlijke vreugde over het consequent waarmaken van wat je bent en gelooft, een rol spelen.



▪ **Kunt u nog iets zeggen, bepaalde technieken aangeven om pijn te beheersen?**

Het heeft met innerlijke vreugde betrekkelijk weinig te maken. Maar om pijn te beheersen, is het belangrijk dat je juist wanneer je pijn voelt, je gedachten volledig weet te concentreren op iets wat met die pijn, en de eventuele aanleiding daartoe, niet verwant is. Hierdoor wordt de psychische opvoering van de pijnervaring onderdrukt en blijft alleen de lichamelijke pijn over.

Bij lichamelijke pijn moet men zich realiseren dat, wanneer de pijn werkelijk ondraaglijk wordt, dan zal het lichaam het begeven, dan voelt men niet meer. Dus, wat ik voel, kan ik verdragen. Ook dit kan een grote rol spelen en helpt je dus om juist het psychische schrikbeeld, wat bij pijn en vooral pijniging het belangrijkste is, . te overwinnen.

▪ **Zal Aquarius relatief meer vreugde en minder lijden te zien geven? Zullen er bijvoorbeeld geen honger of armoede meer zijn? Zal het rechtvaardiger zijn in de wereld, een flexibeler rechtsstelsel, betere mentaliteit? Zullen er betere seksuele verhoudingen bestaan, en geen of weinig geestelijke onderdrukking?**

Zolang er een menselijke samenleving bestaat, is het bijna onvermijdelijk dat er een soort recht bestaat dat in wezen op een soort onrecht gebaseerd is. Zolang als er mensen zijn, is het waarschijnlijk dat er onder hen zijn die honger lijden en anderen die eigenlijk teveel vreten, zodat je van twee kanten tegelijk naar de dood toe werkt.

Je kunt niet zeggen: in Aquarius zal dat beter zijn. Je kunt wel zeggen: Het zal anders zijn.

Rechtvaardigheid in Aquarius zal ongetwijfeld ook een lange tijd door meerderheden worden bepaald. Misschien iets abstracter dan tegenwoordig, maar het zal gebeuren. En waarschijnlijk in vele opzichten harder dan men op het ogenblik nog aanvaardbaar vindt.

Aan de andere kant kun je weer zeggen: in Aquarius zal het respect voor het individu en de persoonlijke vrijheid veel groter zijn dan tot nu toe het geval is geweest. Juist door het erkennen van de individualiteit van de mens, kom je tot een beperking van datgene wat voor de massaliteit noodzakelijk is. En eenmaal dit gesteld hebbende, kun je dan ook met grotere hardheid alle regels, die voor de massa onvermijdelijk zijn, blijven handhaven. Dus in dat opzicht zal Aquarius verschillen van de huidige periode. Maar je moet niet denken dat alle problemen de wereld uit zullen zijn.

▪ **De uiteindelijke oorzaak van het lijden is jezelf te identificeren met het beperkte, bv. met het lichaam of het denken of het voelen. Gewaarwordingen op zichzelf veroorzaken geen lijden, hoe indringend ze ook zijn, dat doet de geest door zijn verkeerde ideeën en verslaafd aan de gedachte: "ik ben dit of dat", aldus spreekt Nisargadatta, verlichte uit Bombay. Verkeerde hij, en ook Ramana Maharishi, werkelijk in het onkwetsbare 'Ik Ben'-bewustzijn?**

Wanneer u de gehele situatie eens nagaat ten aanzien van die persoon, dan zult u het met mij eens zijn dat dit niet feitelijk maar eerder grotendeels theoretisch het geval was. Wat de stelling zelf betreft, kun je in ieder geval zeggen: de geest zelf lijdt niet; de geest kan disharmonie lijden of

harmonie ervaren, een andere mogelijkheid is er niet.

Maar driekwart van het menselijk lijden wordt veroorzaakt door mentale associaties, welke te boven gaan en te buiten gaan aan de pijn naar werkelijke oorsprong. Zodat, ik heb dat al in de vorige beantwoording gezegd, je door eenvoudig de pijn de pijn te laten en je denken op iets anders zo goed mogelijk te concentreren, je de pijn in ieder geval tot de zuiver lichamelijke signalen kunt terugbrengen.

Wanneer je stelt dat een mens zich niet mag identificeren met zijn stoffelijk wezen, stel je een onmogelijkheid. Een Ik-bewustzijn is namelijk voor de mens altijd gebonden aan een Ik-voorstelling. En deze Ik-voorstelling, hoe juist of onjuist ze verder ook moge zijn, is beheersend over zijn gehele relatie met de kosmos, inclusief dus relatie met pijn lijden enz.

- **Overkomt de innerlijke vreugde je of kan je, als je je chaotisch opstelt of de wereld afwijst, via een techniek, een magische techniek, deze vreugdetoestand versnellen, of liever gezegd: bewerkstelligen?**

De innerlijke vreugde overkomt je niet; 't is niet een overreden worden door een soort goddelijk licht in de Juggernaut of iets dergelijks. De Goddelijke. vreugde ontstaat; het is eerder als het opgaan van de zon, het is een langzaam verdiepen van de duisternis, gevolgd door een steeds grijzig en ijlig lichtend zijn, waarbij je dus in jezelf een zekere vrede en een zekere harmonie kent. Pas wanneer je in die vrede en harmonie tot een aanvaarding komt van het geheel wat in je wezen bestaat inclusief de geestelijke waarden, is de innerlijke vreugde een feit. En voor zij erkend wordt, bestaat ze meestal al.

Maar innerlijke onrust kun je gemakkelijk herkennen en je kunt die althans verminderen. Je kunt vooral het chaotische, dat veel mensen dan toch wel eigen is, een beetje beperken door het te veranderen in een reeks vaste waarden die dan mijnentwege in een caleidoscopische wisseling nog voortdurend je leven hanteerbaar omschrijven.

- **Bestaan er in de geest werelden waarin de vreugde van het bestaan als hoofdwaarde intensief wordt beleefd? Zijn dit werelden uit het eenkleurig licht?**

Ja, wat moet je daarop zeggen? U vraagt eigenlijk: Zijn er werelden waarin de volle maag, de verzadiging dus de werkelijke inhoud betekent? Want vreugde in zichzelf is een verschijnsel van 'vol zijn', 'vervuld zijn'. En in die zin kan je niet zeggen dat er een bepaalde wereld is die op zichzelf en geheel alleen aan die vreugde gewijd is.

Je kunt wel zeggen dat er werelden zijn waarin de mogelijkheid tot beleven van en ondergaan van de kosmos dermate omvattend en gelijktijdig voor het Ik dermate harmonisch bevredigend is, dat de vreugde een bijna onvermijdelijk nevenproduct is van het bestaan in die sfeer. En dan komt u inderdaad in de werelden van eenkleurig licht en eventueel van verblindend wit licht, wat erachter ligt.

**Innerlijke vreugde gaat soms gepaard met veel beelden, het horen van muziek en gevoel van geluk, Zijn dit innerlijke beelden of geestelijke werelden?**

Nee, dit zijn associatieve beelden. Laat me het heel eenvoudig nemen: er zijn heel veel mensen die bij bepaalde gedeelten van de Pastorale van Beethoven allerhande landelijke voorstellingen in zich voelen rijzen.

Een innerlijke vreugde omvat elementen die zodanig harmonisch zijn dat ze niet te vertalen zijn. Het is een intensiteit dat, als u er ooit zelf mee geconfronteerd wordt, dan zult u dat ook als een soort verstilling, een bijna afgesloten zijn van het nog uitdrukbare, wel kunnen verbeelden.

En wanneer u dan probeert om daar iets van terug te brengen, dan is het dus mogelijk dat u, afhankelijk van uw geaardheid, uw combinatievermogen, uw geheugeninhouden, daarbij landschappen construeert als analogie met althans een deel van de ervaring; of melodieën componeert als het ware of reproduceert, dat is ook vaak het geval, en de perfectie daarvan in uw gedachten zozeer de nadruk geeft dat u daardoor iets van de vreugde, die anders een bijna oplossen van je bewustzijn zou betekenen, toch aan jezelf kunt doorgeven.

**▪ Kan men op het moment van grote innerlijke vreugde meer spiritueel c.q. magisch bereiken?**

Als je werkelijk grote innerlijke vreugde kent, dan wil je niet bereiken. En dan wil je ook niet magisch werken. Magie is het opbouwen van een voorstellingswereld, van waaruit je krachten actief kunt maken, die niet tot je normaal logisch bestaan behoren. En daar heb je in die innerlijke vreugde absoluut geen behoefte meer aan!

Er is echter wel iets anders. Door de ontstane harmonie is er een zeer grote resonantiemogelijkheid ten aanzien van alle verwante waarden in uw eigen wereld of in bepaalde sferen. Je kunt dan met die vreugde wel effecten veroorzaken, maar je kunt dus niet zeggen dat dit een magisch of overlegd werken is. Het is . een onontkoombaar product van een staat van harmonie en vreugdige erkenning waarin uw wezen gedompeld is en waardoor het een eenheid bereikt met zoveel andere krachten, dat ook gelijksoortige, of voor die harmonie vatbare krachten op uw eigen wereld, daardoor kunnen worden aangesproken.

**▪ Is vreugde wellicht een geestelijke kracht? Als er vreugdekracht bestaat, hoe zou men dan hiermee in harmonie kunnen komen? En als zij niet bestaat, hoe zou je dan toch vreugde, bv. op afstand, naar een persoon of groep kunnen projecteren?**

Vreugde is een toestand, zij is een combinatie van emotie en beleving. Dit geldt ook voor de hoogste geestelijke en innerlijke vreugde. Als zodanig is het niet mogelijk, ik herhaal dat nogmaals, om daarmee te werken, laat staan dat u uit de vreugdewereld die vreugde naar anderen projecteert.

Iets anders is dat al diegenen waarmee u in uw denken harmonisch bent terwijl u die vreugde ervaart, bijna automatisch die vreugde toegezonden krijgen. Het is echter afhankelijk van hun eigen

gesteldheid of ze daarop kunnen reageren, en zo ja, of ze dat zullen doen.

▪ **Kunt u vreugde een kleur of symbool geven? En is eventueel afstemming daarop mogelijk? Het Grootzegel van Salomo?**

Luister, vreugde — ik heb het nu al een paar keer gezegd — is een toestand, een emotioneel iets eigenlijk. Vreugde is niet rationeel, is niet redelijk, is ook geen uitdrukking van een bepaalde kracht of wereld. Vreugde is een HARMONIE waardoor de tegenstellingen wegvallen tussen jou en bepaalde werelden, of misschien zelfs alle werelden. In zoverre kan het een kracht zijn.

Wanneer u echter spreekt over het zegel van Salomo — en dan neem ik aan dat u bedoelt het zegel van Rabbi Schlomo die niet identiek is met koning Salomo — dan heeft u te maken met een z.g. verweerzegel. Daarin komen o.m. geestesdolk, geesteszwaard voor, er komen heilige namen in voor en nog andere tekens. Dergelijk zegel is een machtszegel. Het is een uitdrukking van het samenvloeien van bepaalde werelden plus het bestaan van bepaalde dreigende of afwerende vermogens.

Indien u het oorspronkelijke zegel van Koning Salomo bedoelt, wat heel iets anders is, dan hebt u niet te maken met een machtszegel, vreemd genoeg. U hebt eerder te maken met een naamkrachtzegel, waarbij een verwantschap van Salomo kenbaar wordt, in feite eigenlijk met de Filistijnen want het zijn deels Filistijnse symbolen die erin worden gebruikt. Het geheel wordt omsloten door de dubbele driehoek.

▪ **Hoe komt het dat je door muziek enorme vreugde kan krijgen?**

Omdat de associaties van de muziek een vrijwording betekenen van de conflictwaarde en de conflicterkenning ten aanzien van je wereld. Hierdoor ontstaat een verdieping van het Ik, uitgedrukt voor jou misschien in de muziek, maar in wezen een terugkeer tot de evenwichtigheid en de harmonie die de kern van je bestaan vormt. En dit wordt dan emotioneel vertaald als vreugde.

Ja vrienden, en dan zal ik zo langzamerhand afsluiten. U zult waarschijnlijk in de inleiding ontdekt hebben dat ik nog al eens met herhalingen ben gekomen. In verschillende vormen, dat is waar, en in verschillende samenhangen, maar toch. Het is misschien een kwestie van frapper, frapper toujours. Een poging om een bepaald principe erin te hameren. Vergeef me wanneer ik aan het einde van uw vragen nog eens terugkeer naar het belangrijkste:

Innerlijke vreugde is het ervaringsstroom van een toestand van zeer grote harmonie met waarschijnlijk het geheel van de kosmos, althans het grootste deel ervan.

Je kunt die innerlijke vreugde niet bevorderen, je kunt ze niet maken; je kunt slechts je eigen denken, je eigen reageren op de wereld, en zelfs je beoordeling van jezelf zodanig herleiden, dat voor jou harmonische elementen daarbij voortdurend de boventoon voeren. Hierdoor wordt die innerlijke vreugde beleefbaar en wat meer is continue beleefbaar.

Want heb je eenmaal die innerlijke harmonie en die zekerheid gevonden, dan heeft ze dezelfde neiging die een gyroscoop heeft. Wanneer die eenmaal in draaiing is gebracht, dan wil de tol zoveel

mogelijk rechtop staan, indien het toerental hoog genoeg is. Elke poging om haar uit het evenwicht te brengen, wordt gecompenseerd door een paar slingeringen, waarna de oorspronkelijke toestand weer wordt ingenomen.

Wanneer wij een innerlijke harmonie bereiken, zelfs wanneer het een beperkte is, dan brengen we daarmee een zodanige grote hoeveelheid van geestelijke en wereldkrachten in beweging voor onszelf en in onszelf, dat elke verstoring daarvan door het geheel wordt gecompenseerd.

Het heeft weinig zin om te streven naar de innerlijke vreugde, als iets waar je wat mee kunt doen. Het is geen werktuig, het is gewoon een toestand. Maar het is wel een toestand, die een overmaat aan zekerheid en zinvolheid geeft, zowel in je eigen bestaan, als aan je relaties met anderen.

Daarom is het de moeite waard om die innerlijke vreugde te zoeken. Verwerp jezelf niet. Neem niet de normen aan die anderen voor je stellen. In je jeugd ben je waarschijnlijk voldoende geconditioneerd om althans enigszins in het gareel te blijven lopen.

Zorg dat je jezelf aanvaardt zoals je bent. Probeer in je leven, in je daden, datgene wat je innerlijk voelt te zijn, je innerlijk gevoel van juistheid, voortdurend uit te drukken.

Probeer nooit anderen de schuld te geven van iets. Zeg niet: Het is een ander die het doet, ook indien je je innerlijk gekwetst voelt of innerlijk verstoord bent. Zeg tegen jezelf: Hier laat ik iets tot mij doordringen wat niet behoort bij mijn wezen.

- **Mag ik een vraag stellen? Wanneer je een sterk manisch-depressieve persoonlijkheidsstructuur hebt, dan is hier toch sprake van een duidelijke conditionering die het moeilijker maakt de situatie te bereiken die u nu geschetst hebt .**

Een manisch-depressieve persoonlijkheid is over het algemeen een persoonlijkheid waarbij het manische aspect mee bepaald wordt door lichamelijke onevenwichtigheden. Wanneer dit wordt beseft, kun je de depressies niet zonder meer verdrijven, maar je kunt ze van hun overheersende belangrijkheid ontdoen.

Dat wil niet zeggen dat een manisch-depressieve nu ineens heel erg actief naar buiten toe wordt. Het betekent alleen dat je de indruk van het voortdurend niet meer verder kunnen vervangt door het zinvolle van: Ik besta. Dat is het belangrijkste.

Vanuit dit punt kom je dan zo ver, dat althans een deel van de depressies overwinbaar wordt en dat uiteindelijk het manische van het gedrag beseft wordt. Want vergeet niet dat bij manisch-depressieve persoonlijkheden juist het manisch karakter maar zelden door de persoon zelf wordt ervaren, en zeker niet innerlijk wordt aanvaard.

Wanneer we die toestand kunnen veranderen, dan kunnen we dus de manische depressiviteit terugdringen. Daarbij kunnen we misschien ook meer geesteskracht in het Ik beleven. Dit kan tot een gedeeltelijke, misschien zelfs tamelijk verre gaande genezing van de lichamelijke onevenwichtigheden voeren. Wanneer nu dit het geval is, dan zal de wereld zeggen dat hij beter

wordt. Maar in het andere geval zal de persoon in kwestie toch een mate van vreugde kunnen ervaren, waarvan de vlagen door de persoon worden ervaren als de regen die je achter de ruiten gadeslaat. Het is er wel, je zou er niet graag inzitten, maar ergens is een deel van jou er onaantastbaar voor geworden.

- **Wat u nu vanavond verteld heeft, is het besef daarvan eigenlijk in elke persoon aanwezig? Verwoordt u wat wij in het diepst van ons wezen eigenlijk wel weten?**

Wanneer ik dat niet zou doen, zou u mij niet eens kunnen begrijpen.

- **Dus u verwoordt eigenlijk datgene wat wij al lang weten.**

Ik verwoord niet datgene wat u allang weet, ik verwoord datgene wat in u bestaat. Daarbij is het niet zeker dat het in u bestaat in een begripsvorm, zoals ik deze uitdruk. U hebt vele latente innerlijke mogelijkheden. Wanneer zo een latente mogelijkheid ontstaat, kan ze op een uiterlijke mogelijkheid, wanneer ze daarmee harmonisch is, reageren.

Er leeft in u een grote hoeveelheid begrippen, die diep in het onderbewuste verdrongen blijft en misschien een enkele keer naar voren komt als een theorie, maar die niet volledig begrepen wordt in een persoonlijke betekenis. Wanneer je die waarde dan op een andere wijze voorstelt, kan de associatie: theorie en Ik, plaatsvinden. Daarmee krijgen we een uiting die voor de persoonlijkheid saillant is. Dat is dus hetgeen we doen.

We kunnen niet tot u spreken over dingen die u helemaal niet kent. We kunnen ten hoogste associaties opbouwen waardoor u op dit moment niet kenbare situaties of toestanden kunt aanvoelen. Maar we kunnen er nooit een concreet beeld of een volledige beleving van geven.

Daar echter de meesten van u innerlijk de behoefte hebben aan die innerlijke vreugde en in zeer velen van u deze, althans in de vorm van potentie steeds weer aanwezig is, is het bij een onderwerp als dit wat gemakkelijker om, mits nadrukkelijk, de mens te confronteren met iets wat hij zelf in zichzelf als een zekerheid erkent. Het is deze onbewuste herkenning, waardoor dan later eventueel een omzetting in het persoonlijk pogen mogelijk wordt.

De meeste mensen denken: de geest zegt het, die weet het wel. Zij realiseren zich niet dat het grootste gedeelte van wat wij hier doen, mee te maken heeft met uw persoonlijkheidsinhoud.

Ze zeggen wel eens: Die avond, dat vond ik nou helemaal niets. Maar dan vergeten ze dat er in het bewustzijn, zoals dat afleesbaar is, een groot aantal associatiemogelijkheden waren, die ons ertoe gebracht hebben om juist op déze manier, en niet op een andere, op te treden en iets uit te leggen.

Wat wij doen op een avond als deze, is ook het zoeken naar een mate van harmonie. Begrip is niet alleen maar een aantal woorden, die verstaan worden. Het moet ook een beetje een innerlijke kwestie zijn, iets méér dan het woord alleen in zijn betekenis, wat je overdraagt aan de anderen. Dat kun je alleen maar doen door altijd maar weer in te spelen op persoonlijkheidsinhouden. En dat heb ik ook vanavond gedaan.

Ik heb een aantal dingen geciteerd en aangehaald, die een hogere erkenningswaarde hadden voor een aantal van de hier aanwezigen. Wanneer dit dan een reactie oproept bij mij van: ze hebben je tenminste begrepen, dan ontstaat er bij mij dus een gevoel van voldoening, van innerlijke bevestiging, van innerlijke vreugde. Zodat u ziet dat ik niet alleen u iets aanbeveel, maar dat ik er soms zelf nog iets van verwerf ook.

Wanneer u denkt aan innerlijke vreugde als ergens een ver weg kampvuur, wanneer u denkt aan God als iets wat troont in hemelen, ver van u verwijderd, dan zult u de werkelijke vreugde niet kennen. De kern van uw bestaan, van uw leven, ligt in uzelf, gaat zelfs veel verder dan uw kennis en uw begrip.

Het is in u dat uw God leeft en het is in u dat uw God tot u kan spreken en dat u die God kunt antwoorden. Het is in u dat de aanvaarding en de harmonie bestaan waardoor het leven een vreugde wordt. Niet de uiterlijke omstandigheden, die zijn niet bepalend. In u ligt een groot gedeelte van de waarheid, die verder reikt dan het stoffelijk bestaan.

Het enige wat ik u vraag: Probeer niet het te ontleden, probeer niet om die dingen allemaal op een rijtje te zetten in logische gedachten. U schiet ongetwijfeld tekort en u vernietigt misschien wat u zoekt.

Erken gewoon: Wanneer ik geloof in een God, hoe vaag en hoe gepersonifieerd dan ook, dan is dat voor mij een persoonlijke voorstelling, die een relatie met de totaliteit uitdrukt.

Wanneer er in mij iets vreugde schept, dan is dat niet alleen maar een persoonlijke emotie, dan is het gelijktijdig de uitdrukking van een groter deel van de wereld dan ik lichamelijk en geestelijk mij op dit moment volledig kan realiseren.

Wanneer u op deze manier denkt en werkt, dan zult u ongetwijfeld heel vaak met vragen worden geconfronteerd. En vragen is nooit slecht. Maar er zijn vragen die je alleen kunt beantwoorden wanneer ze handelen over datgene wat volledig kenbaar en omschrijfbaar is. Veel van uw innerlijke wereld is dat niet.

Houdt u niet bezig met alle vragen van hoe God is of, wat mij betreft, hoeveel engelen er kunnen dansen op de punt van een naald. Het heeft geen zin. Maar probeer in u eenheden te ervaren. Het is beter een God in je te ervaren die je niet kunt omschrijven dan schijnbaar alles, wetenschappelijk en filosofisch verantwoord, over God te kunnen zeggen zonder Hem in jezelf te kennen.

Het is beter in jezelf één vonk van vreugde te hebben en te koesteren, dan alle harmonie en volmaaktheid te kunnen weergeven voor anderen. Het is in uzelf dat de sleutel ligt. Het is uw wezen maar ook uw leven, uw mogelijkheid, waardoor voor u de vreugde bepaald wordt. Waardoor voor u God misschien op een bepaalde manier kenbaar wordt, indien u Hem niet verwerpt op rationele of andere gronden.

Wees tevreden met wat je bent. Probeer te werken met wat je bent. En probeer te zien wat in de wereld de moeite waard is. Dan ben ik er zeker van dat u de innerlijke vreugde niet een enkele keer zult ervaren - elke mens kent hem een of twee keer in het leven wel - maar dat u die vreugde steeds meer als een permanente achtergrond gaat voelen voor het geheel van uw bestaan en leven.

Dan wens ik u toe dat u daaruit de zekerheid put dat alle bestaan de moeite waard is, dat niets zinloos is, en dat juist daardoor leven en leven na dit leven, wezenlijk de moeite waard zijn.

En als u bij ons komt, dan zult u ongetwijfeld zien op welke wijze u dan dit de moeite waard voor uzelf vorm en gestalte geeft in een mengeling van dromen en werkelijkheden, tot u eens zult ophouden te dromen, en dan de werkelijkheid zult ervaren als de volledige vervulling van uw wezen, en alle bestaanservaring die daaraan is gebonden.