

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

DE AARDE

Alles wat bestaat, of het nu een vorm heeft of niet, is samengesteld uit dezelfde elementen. Hoe dieper je in de materie doordringt en hoe meer je van zijn eigenschappen begint te doorzien, des te meer dringt tot je door dat alles een vorm is van samengestelde energie.

De verwantschap van de mens met de hem omringende materie is dus zeer groot. In feite is er slechts één verschil: de mens kan leren, al het andere niet. Ook niet de geestelijke wezens, van welke orde zij ook zijn.

In de positieve geestelijke wereld is men totaal met het Geheel verbonden. Ook de mens die daar verblijft gedurende de periodes dat hij geen lichaam heeft, leert daar niet. Hij ontwikkelt zich daar wel, maar het is een ontwikkeling van hetgeen wat vergeten was - niet iets nieuws.

In de negatieve geestelijke wereld is leren onmogelijk, doordat leren een positieve bezigheid is. Wie zich in die sferen bevindt en zich open stelt voor het positieve, bevindt zich door die bereidheid alleen al onmiddellijk in een positieve sfeer.

De mens, zoals hij zich op een planeet bevindt, is het enige schepsel dat kan leren. Een planeet, zoals de aarde er een is, is ook de enige ruimte waar iets geleerd kan worden.

Wanneer het enige verschil tussen de mens en de rest van de Schepping bestaat uit de mogelijkheid tot leren, kunnen wij al het andere beter leren kennen door naar de overige mogelijkheden van onszelf te kijken.

Er zijn kenmerken die gebonden zijn aan een mobiel lichaam, zoals mensen en dieren dat hebben. De vijf zintuigen behoren daartoe en iedere ervaring die wij kunnen hebben doordat we een brein bezitten. Wanneer we naar dieren kijken, kunnen we hun innerlijk beter begrijpen naarmate wij beter naar onszelf kijken - en omgekeerd.

De materie om ons heen is moeilijker te doorgronden. Wie op een bepaalde manier helderziend is, kan waarnemen dat ieder lichaam(pje) zijn eigen etherisch lichaam heeft. Wie niet op deze manier kan schouwen, moet het doen met de mededeling. Ieder lichaam heeft een geestelijke omhulling... Ook de mens heeft een etherisch lichaam. Het is het gebied waarin gewoonten en gevoelens zijn vastgelegd. Kort gezegd: alles wat hij 'vanzelf' doet, wordt door het etherisch lichaam geregeld.

Dat ook bomen en stenen zo'n geestelijke omhulling hebben, betekent dat ook zij de mogelijkheid in zich dragen tot gewoontevorming en gevoelens. Nu heeft een boom weinig aan gewoonten, want hij heeft geen mogelijkheden om die te uiten; alleen zijn reactie op de weersomstandigheden is voor hem van belang. Ook is hij er niet bij gebaat dat hij verliefd wordt, dus ook die mogelijkheid tot gevoelen is bij hem niet ontwikkeld. Het etherisch lichaam kan echter ook energieën ontvangen, vasthouden en doorgeven en dat is dan ook iets waar bomen merkbaar goed in zijn. Wie een bos binnenloopt, voelt de weldadige werking van de energie die van de bomen uitstraalt. Ook water heeft dat heel sterk: water drinken of erin zwemmen doet de mens heel veel goed, doordat de energie uit het etherisch lichaam van het water zonder moeite opgenomen wordt in het etherisch lichaam van de mens.

Er is nog meer dat de mens gemeen heeft met de rest van de schepping: zijn Doel. Wat dat betreft is de Schepping een hologram: iedere fractie ervan heeft exact dezelfde eigenschappen als het geheel.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

DE MENS EN ZIJN STREVEN

Iemand met een positief levensdoel kan negatieve daden verrichten.

Iemand met een negatief levensdoel kan positieve daden verrichten.

Onafhankelijk van zijn levensdoel kan de mens tijdelijk het tegenovergestelde doen van wat hij werkelijk wil.

Een juist oordeel, een sterke wil, een goede opvoeding, adequate hulp en grote wijsheid zijn alle zeer goede zaken. Wanneer de hele mensheid die zou bezitten en gebruiken, zouden alle problemen in de wereld ophouden te bestaan; doordat de mens deze in wezen negatieve gegevens op een weldoordachte manier zou hanteren, zou hij door zijn eigen positiviteit met deze gebrekkige hulpmiddelen toch uiteindelijk totale positiviteit veroorzaken.

Wie ben je?

Iedere mens heeft als basis van zijn leven hier op aarde een positief of een negatief streven. Al zijn overwegingen en zijn daden zijn geïnspireerd door dit streven, dat ontstaat is door het doel van zijn leven, iets wat hij al voor zijn geboorte vastgesteld heeft.

Aan iemands daden is meestal niet te zien of hij een positieve of een negatieve motor gebruikt, want beide strevingen kunnen precies dezelfde motieven voor precies dezelfde daden opleveren. De beslissing om vanuit een positief of negatief streven te handelen, is dan ook niet een kwestie van reageren op de omstandigheden, maar van een diepgewortelde levenshouding.

Op het punt van zelfkennis aangekomen, zijn er dan ook twee wegen mogelijk om verder te gaan. Door de schokken die de meeste ontdekkingen over jezelf met zich meegebracht hebben, kan het gebeuren dat je een somber mensbeeld ontwikkelt. Je beseft hoe kwetsbaar, plooibaar en bedrieglijk de mens is en je wordt cynisch. Het kan ook zijn, dat je de immense herstellingskracht van de mens ontdekt. Dan ontwikkel je geen cynisme, maar Liefde: je krijgt inzicht in de mogelijkheden van de Schepping en je begint te beseffen wat jouw kracht daarin is.

Wat is Liefde?

Dat wat wij over het algemeen Liefde noemen, is slechts het gevolg van de confrontatie ermee. Hoe verrukkelijk ook: de warmte, de vreugde, de vrede met het bestaan of een combinatie van deze ervaringen - het zijn alle de gevolgen en niet het feit zelf.

Liefde is, in tegenstelling met wat men over het algemeen denkt, geen emotie, maar zijn. Liefde is een ander woord voor de geest van de mens. Liefde is een ander woord voor de Schepper. Liefde is een ander woord voor de Bron van alle mogelijkheden. Liefde is een ander woord voor het Heel Al. Liefde is een ander woord voor bewustzijn.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

Liefde is sereen.

Liefde kent geen emoties.

Liefde is niet selectief.

Liefde is zelfstandig.

Liefde is onafhankelijk.

Liefde is goed, zonder oordeel.

Liefde is totale vrijheid.

Liefde is totale onvrijheid.

Liefde relativeert

Doordat Liefde een ander woord is voor bewustzijn, is degene die zich met de Liefde verbonden heeft zich veel meer bewust van oorzaak en gevolg dan iemand die zich niet met de Liefde verbonden heeft. Dat inzicht in het verband tussen oorzaak en gevolg maakt dat hij zich, hoewel hij zich volledig inzet, nergens echt druk om maakt. Wat vandaag niet kan, gebeurt morgen misschien wel - of niet, dat is ook mogelijk. Het enige wat in dit leven van wezenlijk belang is, namelijk de Schepping te hoeden, doet hij immers voortdurend zo goed als in zijn vermogen ligt? Als er daarbij nog iets positiefs gebeurt is dat extra...

Er zijn mensen die via cursussen zich het relativeren eigen maken. Dat maakt hun leven eenvoudiger en zij gedragen zich zo veel mogelijk relativerend. Toch zijn zij niet meer dan kinderen die 'grote-mensje' spelen: zij trachten zich te gedragen zoals zij denken dat het hoort, maar zij *zijn* nog steeds hetzelfde. Wie werkelijk liefheeft merkt dat hij als gevolg daarvan steeds meer relativeert - dat wil zeggen dat hij steeds meer kijkt naar het wezenlijk belang van wat hij doet en dat hij steeds meer inziet hoe weinig daden noodzakelijk zijn. Liefde veroorzaakt inzicht, maar wie inzicht tracht te verwerven, veroorzaakt daar geen Liefde mee. Hij blijft wat hij was: een hol vat.

De mens is geneigd Liefde te zien als een fenomeen dat voorbehouden is aan relaties. Tussen levenspartners kan Liefde zijn, tussen ouders en kinderen en ook een beetje tussen mensen en dieren, maar wie bijvoorbeeld zou zeggen dat hij zijn buurman liefheeft, gaat over de schreef.

Helaas: *Liefde is een uiterst zeldzaam voorkomend verschijnsel*. Ook tussen levenspartners. Wie werkelijk liefheeft relativeert immers? Die ziet immers het verband tussen oorzaak en gevolg? Wie werkelijk liefheeft veroorzaakt bij zijn partner geen gevoel dat hij niet begrepen wordt, want ook al is het niet mogelijk iemand totaal te begrijpen, de wens om de ander tot partner te zijn veroorzaakt bij die ander een gerustgesteld gevoel. Dan is het niet meer belangrijk om alle details van je zieleleven bekend te maken, want je weet dat wat van wezenlijk belang is 'vanzelf' aan de orde komt. Hetzelfde geldt voor de relatie tussen ouders en kinderen. Wie zijn kind werkelijk liefheeft, kent geen vaste regels. Ook al weet hij niet altijd wat het juiste is om te doen - hij weet wèl dat 'juist' een relatief begrip is met soms wonderlijke gezichten. Wie zijn kinderen werkelijk liefheeft, maakt zich geen zorgen over opvoeding of toekomst.

Wie liefheeft, bestaat.

Wie liefheeft, maakt geen onherstelbare fouten. Soms vergist hij zich maar

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

dat geeft niet, daar leert hij van.

Over de relatie tussen mensen en dieren alleen dit: wie werkelijk liefheeft, laat de dieren waar ze thuishoren. In de natuur dus. Iemand die dieren in huis haalt, doet dit niet uit liefde voor het dier, maar uit egoïsme.

De Weg

Het is heel goed mogelijk om tijdens dit fysieke bestaan Liefde te zijn, maar het is een zware weg om dit Zijn te bereiken:

Ten eerste moet je alles wat in jou negatief is herkennen, accepteren en loslaten - in die volgorde. Dit betekent niet dat je jouw totale hoeveelheid negativiteiten moet herkennen voordat je aan accepteren mag beginnen, en dat je het geheel aan negativiteiten geaccepteerd moet hebben, voordat je aan loslaten kunt beginnen.

Je begint bij het begin, stap voor stap en daad voor daad. Telkens weer realiseer je je dat iets in jou negatief is - en wanneer je goed naar die negativiteit kijkt, zie je dat het goed is dat die negativiteit er is.

Negativiteit is goed

Wie zich intensief bezighoudt met nadenken over zijn motieven en zijn daden, stuit onherroepelijk op het gevoel dat hij niet meer negatief wil zijn. Dat is een gevaarlijk moment: het kwaad heeft graag dat je het haat, want daar groeit het van.

Negativiteit leidt tot problemen en problemen leiden tot de behoefte aan oplossing ervan. Problemen kunnen uitsluitend door positiviteit opgelost worden. Uiteindelijk leidt negativiteit tot zijn eigen oplossing in het positieve, doordat niemand behoefte heeft aan problemen. Het doel van negativiteit is dus positief.

Negativiteit is ontstaan door vergissingen en niet door de behoefte aan ellende. De eerste die zich vergiste, had geen kwaad in de zin, maar dacht op een nieuwe manier met zijn medemens te kunnen omgaan. De oorzaak van negativiteit heeft dus niets met kwaadwilligheid te maken.

De oorsprong en het doel van negativiteit liggen beide in de positiviteit.

Wanneer je ingezien hebt dat de negativiteit waar je op dat moment je aandacht op gevestigd hebt, slechts een gegeven is wat problemen veroorzaakt en je hebt ingezien welke problemen dat dan wel (geweest) zijn, dan kun je besluiten het los te laten. Je schenkt er geen aandacht meer aan (daar wordt het alleen maar groter van) en gaat wat anders doen. Dat is loslaten.

Ten tweede moet je alles wat in een medemens negatief is herkennen, accepteren en loslaten - in die volgorde. Dat is alles.

Wanneer je voor deze weg kiest, is het noodzakelijk om totaal wakker te worden. Dat houdt in dat je bij alles wat je doet, wéét wat je doet en waarom je het doet.

Wie onderweg is, heeft het moeilijk. Het valt niet mee om je eigen drijfveren te ontdekken. De meeste van je daden blijf je te verrichten terwille van het applaus... Begin maar eens met na te gaan welke verschillen er zitten in je gedrag wanneer je alleen bent, wanneer je alleen bent

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

terwijl er ieder ogenblik iemand kan binnenkomen, wanneer je in gezelschap van vrienden bent en wanneer je in gezelschap van vreemden bent. Die verschillen kun je lang niet allemaal bedenken, maar wanneer je erop gaat letten, kunnen ze je opvallen.

Wie onderweg is, heeft het moeilijk. Het valt niet mee om de rondedans van 'jij doet het, dus ik doe het ook' te doorbreken. Doordat jouw medemensen - en jijzelf - zo gewend zijn aan indirecte mededelingen, ervaren ze in iedere gedragsverandering van jou een afkeuring van hun eigen gedrag. Daardoor voelen ze zich verplicht om jouw gedrag af te keuren, want doen zij dat niet, dan deugt hun eigen gedrag 'dus' niet. En in hun onbewuste uiterste consequentie ben jij daardoor bezig met in jouw gedrag alles af te keuren, wat zij hun hele leven al gedaan hebben.

Wie onderweg is, heeft het moeilijk. Wanneer je inzicht begint te krijgen in je eigen drijfveren, ben je geneigd om alles wat je in jezelf ontdekt te projecteren op anderen. Vaak heb je dan niet door dat je daardoor toch weer het spel 'jij doet het, dus ik doe het ook' speelt; het enige dat daarin veranderd is, is de titel - die luidt nu: 'ik doe het, dus jij doet het ook'.

Dit is een gevaarlijke fase, waarin verreweg de meesten die onderweg zijn heel lang blijven steken. Doordat je een kleinigheid in jezelf ontdekt hebt en je je realiseert dat ook vele anderen zo zijn, ontwikkel je een grote vaardigheid in het ontdekken van eigenschappen die voor verbetering vatbaar zijn in anderen. En aangezien het lang zo bedreigend niet is om naar anderen te kijken als naar jezelf, ga je je daar verder mee bezig houden. Je vergeet, dat de weg naar het inzicht niet alleen geplaveid is met verbeteringen... het plaveisel bestaat uit nog veel meer elementen en een heel groot gedeelte heet 'acceptatie'.

Accepteren is iets totaal anders dan tolereren. Tolerantie is negatief: het verwekt uitsluitend problemen. Tolerantie mag geen mening uiten. Tolerantie staat de aanwezigheid van negativiteit toe en laat daarbij alle mogelijkheden open voor verholen kritiek, afwijzing van gedrag en veroordeling. Als je heel zuiver durft te kijken (in deze tijd is tolerantie een heilig woord), dan houdt het feit dat je iemands aanwezigheid tolereert een totale afwijzing in van zijn wezen. Tolerantie plaatst degene die tolereert in zijn eigen ogen op een hoger plan dan degene die door hem getolereerd wordt. Niemand die zichzelf tolerant vindt, is zich daarvan bewust: tolerantie past perfect in de rondedans met de naam 'hoe hoort het eigenlijk'.

Acceptatie daarentegen kijkt wel degelijk scherp. Wanneer je iemand accepteert, ben je je heel goed bewust van het anders-zijn van jou in de ogen van die ander. *EN NIETS IN JOU VERBINDT DAAR EEN OORDEEL AAN.*

Wanneer je hiernaar streeft, ben je bezig die vorm van zijn te ontwikkelen, die Liefde is.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

DE LEVENSPARTNER

Wie besluit zijn leven de delen met iemand anders, gaat ervan uit dat dat mogelijk is. Of hij nu met zijn hoofd in de wolken loopt en vlinders in zijn buik heeft, of dat hij zorgvuldig alle voors en tegens denkt overwogen te hebben: iedereen die een levenspartner kiest, is ervan overtuigd dat zij het samen wel zullen redden in het leven.

Toch komt, onafwendbaar, voor iedereen het ogenblik waarop hij denkt: "Is dit nu alles?" en wanneer hij er alleen maar aan denkt om op deze manier samen oud te moeten worden, slaat de schrik hem om het hart. Meestal duurt het een jaar of zeven voor het zover is (Amerikanen hebben het verschijnsel een naam gegeven: The Seven Years' Itch), soms komt het al na een paar weken, maar hoe dan ook: op een gegeven moment weet je niet meer wat liefde is. Je voelt het niet meer voor je partner en je voelt het ook niet meer bij je partner...

Wat is er aan de hand?

Wanneer de mens open staat voor een (nieuwe) relatie, gaat zijn ziel (een min of meer onbewust deel van de mens) op zoek. Er zijn niet veel mensen die dat kunnen zien, maar in de aura is het zichtbaar dat er 'ruimte' is voor een partner. Meestal onbewust zendt de mens dan zijn signalen uit en iedereen die in dezelfde mentale omstandigheden verkeert en de 'zender' ontmoet, merkt dat op en besteedt er aandacht aan. Ook degenen die al een vaste partner hebben, maar ontevreden zijn met hun relatie, zenden die signalen uit en ontvangen ze. Bij iedere ontmoeting met een mogelijke partner (en dat is iedereen die daarnaar op zoek is) tasten de zielen elkaar als het ware af op overeenkomsten en verschillen. Hoe meer overeenkomstige mogelijkheden er waargenomen worden, des te groter is de kans dat het 'klikt'. Dan is er in het bewustzijn nog niets afgesproken, maar men voelt zich tot elkaar aangetrokken.

Nu is het zo - en iedereen weet dat en accepteert het - dat iedere mens uniek is; er is geen tweede van. Zelfs identieke tweelingen vertonen karakterverschillen. Het ligt dus voor de hand, dat ook totaal verliefde partners op zeker ogenblik over elkaars verschillen struikelen.

Wanneer je op een bepaalde manier naar aura's kijkt, kun je de ontwikkelingen zien die al plaatsgevonden hebben en de ontwikkelingen die nog mogelijk zijn. Ook de karaktereigenschappen - de positieve en de negatieve - zijn zichtbaar. De maximale overeenkomst die zichtbaar is in de aura's van mensen, is tachtig procent. Dat is inclusief de mogelijkheden die nog niet gebruikt zijn! Méér komt niet voor. Tachtig procent is het maximum, wat inhoudt dat verreweg de meeste partners het met een kleiner percentage aan mogelijke overeenkomsten moeten doen. Het moeilijke daarin is, dat die overeenkomsten het gebied vormen waarin je de partner kunt begrijpen en waarin je je begrepen kunt voelen door je partner.

Met andere woorden: iedere mens heeft in zijn aard een gebied van minstens twintig procent van het totaal, waarin hij zich niet door zijn partner begrepen voelt... en ook zijn partner voelt zich voor minstens twintig procent door hem onbegrepen. Zelfs als de omstandigheden optimaal zijn (wanneer de jeugd geen frustraties opgeleverd heeft en alle levenslessen geleerd zijn), dan nog vormen die twintig procenten een gegeven waar je niet te min over moet denken. Het is namelijk niet alleen zo dat beiden zich onbegrepen voelen, maar ook nog eens, dat begrip voor elkaar op die gebieden niet mogelijk is. Je verschilt daarin *wezenlijk* van je partner. Op den duur, als je voor elkaar werkelijk belangstelling hebt, leer je elkaar daarin wel kennen en misschien ook wel waarderen, maar je

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

zult elkaar daarin nooit leren begrijpen.

Het is een gegeven dat veel verdriet kan veroorzaken, vooral wanneer de verschillen voornamelijk op levensbeschouwelijk terrein liggen. De meeste mensen zijn namelijk geneigd om grapjes te maken over wat zij niet begrijpen en vooral wanneer partners al enigszins uit elkaar beginnen te raken, wordt de 'humor' ten opzichte van elkaar steeds wranger en cynischer. Iedereen weet hoeveel pijn zo iets kan doen...

Moet je dan uit elkaar gaan?

Wanneer je merkt dat de ander minder om je gaat geven (je merkt bijna nooit het eerste dat jouw eigen genegenheid vermindert), ben je geneigd om de rol van slachtoffer te gaan spelen. Je zegt niets, maar lijdt in stilte. Als dat niet helpt, ga je de ander verwijten maken. Helaas is dat een spel dat de ander ook beheerst en voor je het weet, zijn er meer dagen gevuld met oorlog dan met vrede.

Toch wil niemand zomaar zijn relatie verbreken, ook niet, wanneer het moeilijker wordt. Er zijn partners, die tientallen jaren in een soort haat/liefde verhouding leven: kijk maar eens naar oudere paren - soms staat het verdriet en het venijn met hoofdletters op hun gezicht te lezen. Heel triest is dat. Niettemin, als je nu toch naar oudere paren kijkt, zie je ook mensen bij wie harmonie van het gezicht straalt. Hoe hebben die dat voor elkaar gekregen?

Kun je bij elkaar blijven?

Als je besluit om er iets aan te doen, moet je ervan uitgaan dat, als er iemand van jullie tweeën moet veranderen, **jij** degene bent die daarmee moet beginnen. Niemand mag een ander proberen te veranderen. Stel je maar eens voor hoe het zou voelen, wanneer je partner je er voortdurend op wijst wat er niet aan je deugt - je zou binnen de kortste keren gillend de deur uitlopen (of je zou een serviele slaaf worden).

Het helpt ook wanneer je beseft dat wat jij als vervelend in de ander ervaart, omgekeerd voor de ander geldt. Ben jij driftig van aard en erger je je aan de 'onnatuurlijke' kalmte in je partner? Tien tegen een dat jouw 'onbeheerste' drift je partner af en toe razend maakt!

Een ander hulpmiddel is: het besef dat iedereen altijd heel zeker weet dat *hij* degene is, die de grootste en zwaarste offers brengt in de relatie. Dat geldt dus niet alleen voor jou, maar ook voor je partner. Het aardige is nu, dat dit ook echt waar is. Alles wat je doet terwille van de relatie, kost je grote moeite. Het is op dat moment zelfs het moeilijkste voor je dat je op kunt brengen; het voelt als een groot offer. Daar komt dan nog bij (en het vergroot de zwaarte) dat je partner, als hij jouw daad al opmerkt, het niet eens zo bijzonder vindt wat je gedaan of nagelaten hebt. Dat komt, doordat jouw problemen met hem op het terrein liggen waarop jij hem niet begrijpt, of waarop hij jou niet begrijpt. Hij kan gewoon jouw prestatie niet (meteen) op zijn waarde schatten... Omgekeerd heb jij ook niet altijd in de gaten wat de ander voor jou (op)offert, doordat de situatie zich binnen jouw onbegrip afspeelt.

Toch: wanneer jij de eerste bent die zo'n stap doet, merk je bijna meteen, dat je de ander ruimte hebt gegeven om ook zo iets te ondernemen. Heel vaak is een kleine toenaderingspoging op het onbegrepen gebied van de ander de opening naar een nieuw soort gesprek: een verdieping van de kennis omtrent het wezen van de ander.

Homosexuele relaties

Alle problemen die binnen een levenspartner-relatie kunnen voorkomen, kunnen zich ook voordoen wanneer de levenspartners van hetzelfde geslacht

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

zijn. De ervaring ervan, de benadering en de oplossing verschillen niet. Wat wel anders is, is dat naast de gewone problemen nog andere problemen spelen, die niet omzeild of opgelost kunnen worden. Een man en een vrouw kunnen kiezen of ze al dan niet zullen proberen kinderen te krijgen; voor een man en een man of een vrouw en een vrouw is het uitgesloten om bij elkaar een kind te verwekken. Een man en een vrouw kunnen hun gezamenlijke problemen benaderen vanuit het mannelijk en het vrouwelijk denken; een man en een man of een vrouw en een vrouw hebben die mogelijkheid niet. Een man en een vrouw worden zonder meer als paar geaccepteerd, al slaan ze elkaar de benen stuk; een man en een man of een vrouw en een vrouw staan altijd bloot aan kritiek.

Waar iedere relatie al uitermate op de proef wordt gesteld door het mentale anders-zijn van de partner en heel vaak die uitdaging niet overleeft, komen voor homoseksuele relaties deze problemen er nog eens bij.

Ook het verleden, dat iedere mens gevormd heeft tot wat hij is, speelt in homoseksuele relaties een verzwarende rol. Doordat iedereen die homoseksueel geaard is, een zeer zware jeugd meegemaakt heeft, verwacht hij van zijn relatie een hemel op aarde: eindelijk geen halfbedekte spot meer, eindelijk rust... maar zijn partner is een gewoon mens, die ook nog veel moet leren, net als hijzelf.

Wanneer een man van een man gaat houden of een vrouw van een vrouw, dan is het van het grootste belang dat zij samen erover spreken welke problemen ze in ieder geval zullen tegenkomen en een afspraak maken over hoe zij die problemen samen zullen aanpakken.

Het zal heel moeilijk worden, dat staat vast; maar hoe sterker zij zich voor elkaar inzetten, des te talrijker en des te langer worden de perioden van grote schoonheid.

Tenslotte:

Tenzij de partner geweld gebruikt, lichamelijk of geestelijk, is een relatie altijd zeer gebaat bij het accepteren van elkaar. Wie de ander accepteert, met al zijn wellicht te verbeteren eigenschappen, zonder daar een oordeel aan te verbinden, geeft hem het gevoel dat zijn aanwezigheid op prijs gesteld wordt. Dat feit alleen al: je mag zijn wie je bent, maakt dat je er veel voor over hebt om de ander datzelfde gevoel te geven - en dat is de manier om harmonie op te bouwen.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

ouders en kinderen

Het zwanger worden is een punt dat deel uitmaakt van een lang verhaal. Het verhaal begint bij de wens van het bewustzijn tot het ontstaan van mensen en het verhaal zal ooit eindigen bij de voltooiing van de wens van het bewustzijn. In de perioden die tussen het Begin en het Eind liggen, heeft de mens de opdracht de hoeder te zijn van dat deel van de Schepping waar hij mee in aanraking komt. Dat houdt in dat hij behoedzaam omgaat met alles en iedereen - ook met zichzelf. Behoedzaam is niet altijd hetzelfde als voorzichtig: wanneer een klein kind een snelweg oploopt, is behoedzaamheid een stuk steviger dan wanneer een geesteszieke troost nodig heeft.

Wanneer een vrouw zwanger wordt, komen er twee verhaallijnen bij elkaar. Twee individuen, ieder met hun eigen voorgeschiedenis, worden in elkaars leven geplaatst.

Waarom?

Iedereen kent die vraag en vaak wordt hij uit wanhoop geboren. Waarom gebeurt er wat er gebeurt?

De vraag 'waarom?' richt zich op het doel van de feiten. Iedereen die enig inzicht heeft in het wezen van het bewustzijn dat alles veroorzaakt heeft, zou kunnen weten dat het enige Doel van de hele Schepping is: het onmogelijk maken van het bestaan van negativiteit. Dat houdt automatisch in dat het bewustzijn-zelf (of God, of de Vader, of de Schepper, of de Almachtige, of hoe Degene-die-gewenst-heeft ook maar genoemd wordt) *niet in staat is, negativiteit te veroorzaken*. Met andere woorden: dat wat niet leidt tot het Doel van de Schepping kan niet regelrecht van de Schepper afkomstig zijn. Dat wat 'van boven' gezonden wordt, dient altijd uitsluitend het Doel de negativiteit in het leven te overwinnen.

Het antwoord op de vraag 'waarom' is altijd: 'Omdat het Goed is.'

De vraag 'waarom?', die uit wanhoop geboren wordt, heeft er meer aan wanneer er naar de oorzaak van de ellende gezocht wordt. Die vraag luidt: 'Waardoor komt het?'

Ooit, toen de mens zich nog niet vergist had, was er niemand die een ander hinderde. Dat is lang geleden...

Inmiddels is de mens zich uitbundig gaan oefenen in het maken van vergissingen. Het 'hoeden van de Schepping' veranderde in 'het zich ermee bemoeien' en men is gaan proberen om alles wat er was te verbeteren.

'Goed, beter, best' bestaat niet: 'goed' is het begin, het einde en alles wat daar tussen is. Wanneer je gaat sleutelen aan wat goed is, verbeter je het niet; je verandert het slechts.

Sommige veranderingen zijn goed. Dat wil niet zeggen dat zulke veranderingen verbeteringen zijn; dat wat goed was, is na de verandering alleen maar op een andere manier goed.

De meeste veranderingen echter roepen problemen op. Zodra de eerste mens zijn bemoeizucht op zijn medemens begon te richten, veroorzaakte hij afkeer, nijd, agressie en wrok. En zo lang hij die nog niet uit zijn wezen gebannen heeft, zolang hij zich nog niet gezuiverd heeft, brengt hij die 'eigenschappen' iedere incarnatie weer mee.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

Daardoor komt het dat ieder kind voor problemen zorgt: afhankelijk van de intensiteit en de hoeveelheid negatieve eigenschappen die het meedraagt, zijn de problemen talrijker en intensiever. En mocht het kind bij zijn geboorte al zijn problemen al overwonnen hebben en dus zuiver zijn, dan zorgt het weliswaar niet zelf voor problemen, maar krijgt ze aanvankelijk wel: niemand begrijpt hem... Het komt maar al te vaak voor, dat zulke kinderen vluchtgedrag gaan vertonen of zich aanpassen aan de negativiteit om hen heen. Door hun innerlijke zuiverheid komen ze dan in grote problemen en het kan lang duren, voor ze weer de harmonie teruggevonden hebben waarmee ze gekomen waren.

De moeder tijdens de zwangerschap

Het zou goed zijn, wanneer kinderen uitsluitend verwekt werden bij moeders die daar intens naar verlangen. Wie niet zeker weet of zij wel een kind wil en zwanger wordt, intensiveert alle problemen - zowel bij zichzelf als bij het kind dat op komst is. Ook wie een kind boven aan de verlanglijst heeft staan en zwanger wordt, kent diverse perioden van twijfel en afkeer; doordat de zwangerschap echter de vervulling was van een intense wens, zal de vreugde toch telkens weer de angst verslaan en het kind zal zich welkom weten.

Wat betreft het verlangen naar kinderen, is het verlangen van de vader ondergeschikt aan dat van de moeder. Hoewel beide ouders onontbeerlijk zijn voor het kind, is het voor zijn entree in deze wereld meer afhankelijk van de vreugde van de moeder dan van de vreugde van de vader. Hoezeer de vader ook naar het kind verlangt: wanneer de moeder twijfelt, kan het kind daardoor ernstige problemen oplopen.

Er is in de zwangerschap namelijk een periode waarin het nog ongebooren kind inzicht aangeboden krijgt in de problemen die het te wachten staan wanneer het zich zal willen zuiveren. Dat inzicht kan een grote schok betekenen, waardoor sommige kinderen angst ontwikkelen. Als dan de basishouding van de moeder ten opzichte van het kind niet positief is, vergroot dat de angst van het kind zozeer, dat er een hiaat ontstaat in de ontwikkeling van de aura (het energieveld om de mens heen). Een moeder die in het komende kind een vervulling van haar grootste wens gezien heeft, ontwikkelt door haar vreugde zoveel 'extra' energie dat de eventuele angst voor het leven bij haar kind geen nadelige gevolgen voor de ontwikkeling van de aura kan hebben. Die wordt dan voltooid met de energie van de moeder. Het is zelfs zo, dat wanneer de moeder aanvankelijk wat twijfelmoedig tegenover de zwangerschap staat, maar gaandeweg (in ieder geval vóór de bevalling) alsnog die diepe vreugde ervaart, de eventuele schade aan de aura alsnog hersteld wordt. Dat is iets wat de vreugde van de vader, hoe intens ook, niet kan bewerkstelligen.

De meeste moeders (± 80%) krijgen hun kinderen niet omdat zij dat zo graag willen. Ze krijgen ze omdat ze nu eenmaal getrouwd zijn, of omdat ze zich vervelen, of omdat hun vriendin er een gekregen heeft, of omdat het er zo volwassen uitziet, of, en dat is op mishandeling na het ergste wat kinderen kan overkomen, ze krijgen ze omdat ze passen in de carrièreplanning van hun ouders.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

Abortus

Wie ongewenst zwanger is, heeft grote problemen. Het lijkt dan een voor de hand liggende oplossing om de zwangerschap af te breken, maar abortus is een schijnoplossing: het afbreken van een zwangerschap bezorgt de vrouw net zo veel moeite als het krijgen van een kind dat niet welkom is. Net zoals een kind voor de moeder een levenslange betrokkenheid betekent, zo betekent abortus een levenslange herinnering, vol schuldgevoelens. Daar komt dan nog bij dat het betreffende kind doodsbang wordt voor een eventuele nieuwe incarnatie en zal trachten die te voorkomen.

Toch is het niet altijd een positieve oplossing het kind 'dan maar' te krijgen. Het is bij een ongewenste zwangerschap voor de moeder van het grootste belang om zorgvuldig de gevolgen het afbreken van de zwangerschap en het krijgen van een kind tegen elkaar af te wegen. Wanneer dan duidelijk wordt, dat de moeder onoverkomelijke problemen zal krijgen wanneer het kind geboren wordt, dan moet zij voor zichzelf kiezen en de problemen van een abortus op de koop toe nemen.

Ziet het er echter naar uit dat het leven voor het kind onoverkomelijke problemen zal opleveren, dan moet zij kiezen voor het kind - en ook dan de problemen van een abortus op de koop toe nemen. In verreweg de meeste gevallen zijn de te verwachten problemen niet onoverkomelijk, zodat het kind geboren kan worden.

Vrouwen die verkracht zijn, doen er goed aan om niet af te wachten of ze misschien zwanger geworden zijn. Wanneer zij zich zo snel mogelijk tegen een eventuele zwangerschap laten behandelen, houden zij hun problemen zo klein mogelijk (en zulke problemen zijn toch al veel groter dan iemand wie dat niet is overkomen zich kan voorstellen) en zitten niet hun hele bestaan opgescheept met de levende herinnering aan die ellendige ervaring. Ook wanneer de verkrachter de eigen levenspartner is, doen vrouwen er goed aan het krijgen van kinderen te voorkomen.

De vader tijdens de zwangerschap

De aanstaande vader voelt zich over het algemeen machteloos ten opzichte van de situatie. Ook al heeft hij de zwangerschap zelf gewenst en verwekt, wanneer het kind begint te groeien, ervaart hij het steeds meer als een privé-kwestie van de vrouw en voelt hij zich buitengesloten. Hij kan maar moeilijk opgewonden raken door de prietpraatjes die hij moet aanhoren en het enige waar hij tamelijk zeker van kan zijn, is dat over enige tijd zijn nachtrust voornamelijk uit theorie zal bestaan. Zelfs de vader die meedoet met de voorbereidingen van zijn vrouw, inziet hoe zwaar haar leven af en toe is en alles in het werk stelt om de steun te zijn die zij nodig heeft, zelfs hij kan onmogelijk voelen hoe het kind groeit en steeds meer ruimte in beslag neemt, hij ervaart de fantasieën niet over de bevaling en hij ondergaat de hormonale verandering niet, die maakt dat zijn vrouw af en toe knap labiel is. Ook de meest ideale vader voelt zich soms een imbeciel met twee linker handen...

De meeste vaders (± 75%) zijn bepaald niet ideaal. Zij vinden alles best, als hun leven maar niet verstoord wordt. Zij ervaren iedere vraag om aandacht, iedere klacht over de lichamelijke situatie en iedere traan van hun vrouw als verstoring van hun droom: samen een leven leiden dat geen problemen kent. Eigenlijk willen zij helemaal geen kinderen, omdat het ongewisse van geslacht, uiterlijk, aanleg en gedrag een aanslag pleegt op hun voorstellingsvermogen en zij voelen zich beter bij 'je weet wat je hebt en niet wat je krijgt'. Als er dan toch een kind moet komen, dan willen zij een zoon. Niet alleen om mee te voetballen, maar omdat ze verwachten dat ze een jongen zullen kunnen hanteren. Meisjes zijn wezensvreemd, daar verlangen

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

ze niet naar. Er komen allerlei vragen in hen op die zij niet stellen, want hun vrouw leeft in haar eigen wereldje en heeft slechts belangstelling voor zichzelf... Hun kameraden vertellen allerlei sterke verhalen vol seks, bloed en tranen en hoewel die verhalen komisch bedoeld zijn, versterken ze de onzekerheid.

Het kind tijdens de zwangerschap

Ieder nog ongeboren kind heeft het moeilijk. De geest van de incarnerende mens is niet kinderlijk, maar net zo oud als ieder ander schepsel. Alleen in de periode die een mens op aarde doorbrengt, is er sprake van geboorte, groei en dood, maar in de fasen voor en na dit leven is iedere mens net zo 'oud' als iedere andere mens. Het weten dat er een periode van onwetendheid, afhankelijkheid en zware lessen op komst is, vormt van tijd tot tijd een benauwende onzekerheid. Vooral naarmate de zwangerschap vordert en zij hun komende gezinsleden beter leren kennen, groeit bij veel 'aanstaande kinderen' de wens om niet te hoeven incarneren. Er zijn immers maar zo weinig ouders die opvallen door hun grote inzicht en hun intense Liefde...

Er zijn enkele veel voorkomende mogelijkheden die het voor de incarnerende mens bijna onmogelijk maken het nieuwe leven vol vertrouwen tegemoet te zien. Veel moeders zijn tijdens de zwangerschap bang. Bang voor het onbekende, bang om geen goede moeder te zullen zijn, bang dat haar man zijn egosme ook op het kind zal richten, bang dat ze in de steek gelaten zal worden. Al die angsten zorgen ervoor dat het kind zich niet welkom weet en dat vergroot zijn eigen angst. Het komt zelfs vrij dikwijls voor dat een kind daardoor besluit dat dit leven niet door mag gaan en al in de baarmoeder zelfmoordpogingen onderneemt. Vrijwel altijd mislukken die pogingen doordat het kind totaal van de moeder afhankelijk is, maar wanneer de angst voor het leven er echt diep in zit, kan het zijn dat het zijn pogingen na de geboorte voortzet.

Een ander probleem vormt de geforceerde zwangerschap. Wanneer een vrouw geen levenspartner heeft, maar wel per se een kind wil krijgen en zwanger wordt, weet de nieuwe mens weliswaar dat zijn moeder hem zeer gewenst heeft, maar hij weet ook dat er geen vader zal zijn. Dat houdt in dat er in zijn toekomst geen harmonie zichtbaar is, want alle problemen zal zijn moeder alleen het hoofd moeten bieden en hoe sterk zij misschien ook is: geen mens kan alleen de kracht opbrengen die over twee mensen verdeeld hoort te zijn.

De komende mens heeft een groot voorstellingsvermogen. Daarmee beleeft hij alvast allerlei problemen die zijn moeder later zal moeten oplossen en hij ontwikkelt een groot medelijden met haar. Zodra hij geboren is, zal hij dan ook proberen zijn moeder zo min mogelijk tot last te zijn - en onderdrukt daarmee allerlei ontwikkelingen die bij hem horen.

Dezelfde houding van het kind tegenover zijn moeder ontstaat wanneer de vader sterft tijdens de zwangerschap van zijn vrouw, of wanneer hij haar in die periode in de steek laat. Wanneer de vader uit het leven van het kind verdwijnt als het al geboren is, ontwikkelt het die houding niet, doordat tijdens de geboorte de geest van de mens voor zijn ontwikkeling afhankelijk is geworden van zijn brein. Dan ontstaan er door die situatie problemen die vanuit het egocentrisme van het kind komen en ontwikkelt het een soort wrok tegen het bestaan.

Anders is het bij vrouwen en meisjes die per ongeluk zwanger worden. Dan is er niet alleen geen levenspartner, maar er is ook nog de schrik en de afschuw over de situatie. De meeste vrouwen die ongewenst zwanger zijn geworden, overwegen ernstig de mogelijkheid van een abortus. Die gedachten wekken zo'n intense angst op bij de nieuwe mens (ook al is zijn lichaam

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

nog geen centimeter lang), dat hij daar niet meer overheen komt. Wanneer hij inderdaad 'weggemaakt' wordt, zal het heel lang duren voor hij weer een incarnatie aandurft. Als de abortus niet uitgevoerd wordt, brengt hij zijn angst mee het leven in en ontwikkelt wrok en wantrouwen ten opzichte van zijn verzorgers, of dat nu zijn natuurlijke ouders zijn of anderen.

Wanneer het leven van een aanstaande moeder door de zwangerschap in gevaar is gekomen, is het goed om de zwangerschap af te breken. Ook dan ontstaan er bij de komende mens weliswaar spanningen en angst, maar ook begrip: de mens in wording heeft inzicht in de motieven van zijn moeder tegenover hem. Wanneer om die reden abortus plaats vindt, zal hij zelfs nog lange tijd bij haar blijven om haar mentaal te steunen en mocht zij ooit weer zwanger worden, dan zal hij opnieuw trachten bij haar te incarneren.

Dit gebeurt ook bij een spontane abortus (miskraam) en wanneer het kind tijdens de geboorte sterft. Ook dan blijft de geest van het kind de moeder steunen en wanneer zij weer zwanger wordt, zal hij opnieuw bij haar incarneren.

De baby

Veel kinderen ($\pm 30\%$) beginnen hun leven met een blessure. Ook wanneer de bevalling normaal verlopen is, hebben pasgeboren baby's nogal eens te kampen met hoofdpijn tengevolge van een lichte hersenschudding. Er komen ook wel ernstiger blessures voor, maar die worden over het algemeen door de aanwezige deskundigen opgemerkt en behandeld.

Aan die hoofdpijn is wel wat te doen: wanneer het kind huilt en er kan niets 'gewoons' aan de hand zijn, dan helpt het wanneer de moeder het kind tegen zich aanhoudt, terwijl ze met de ene hand het hoofdje bedekt en de andere hand ter hoogte van het naveltje houdt (dit kan zowel op het buikje als op het ruggetje). Zacht zingend of neuriënd stelt ze zich dan voor hoe er een energiestroom rondgaat vanuit haar eigen lichaam via haar handen naar het kind: vanuit haar kruin over haar rug naar haar stuitje, door haar buik naar de hand die op het middel van het kind rust, dan via het lichaam van het kindje door het hoofdje naar haar andere hand, via haar schouder en gezicht weer naar haar kruin. Totdat de kinderen een jaar of twaalf zijn, is deze 'behandeling' een ideale aanvulling op (of vervanging van) eventuele medicijnen.

Is de moeder niet in staat om zo te handelen, dan kan iemand anders dat overnemen. Alleen hoeft het kind dan niet zo noodzakelijk tegen het lichaam van de volwassene aangehouden te worden; dat maakt alleen iets uit bij de moeder.

Huilen

Ook een gezonde baby die huilt, heeft daar altijd een reden voor. Hoofdpijn, buikpijn, honger (bij een baby is dat ook buikpijn), kou of hitte - het zijn allemaal akelige dingen voor zo'n klein mensje. (Een vuile luier is alleen dan de oorzaak van pijn wanneer de huid beschadigd is; verder maakt het een baby niet uit of hij schoon of vuil is...)

Veel moeders zijn bang om hun kindje te verwennen. "Flink zijn," zeggen zij die het kunnen weten, "gewoon laten liggen - als er niks aan de hand is, gaat het vanzelf weer over!" En wanneer een 'huilbaby' van pure uitputting in slaap gevallen is, blijkt hun gelijk.

Wie zijn huilende baby als last ervaart, veroorzaakt bij het kind een gevoel van afgewezen worden. Dat gevoel veroorzaakt angst en die angst 'vreet' energie. Die energie moet ergens vandaan komen: wanneer er niemand is die het kind opneemt en probeert te troosten, wordt de energie van de angst onttrokken aan de ontwikkelingskracht van het lichaam. Hoe vaker die

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

situatie voorkomt, des te groter wordt de angst van het kind om in de steek gelaten te worden en zoveel te meer energie wordt aan zijn ontwikkelingskrachten onttrokken.

In de eerste drie maanden na de geboorte wordt de aanleg van het afweersysteem tegen infectieziekten gevormd. Hoe meer een baby aan zijn lot wordt overgelaten, des te zwakker zal zijn weerstand zijn: ook al zou er later nog zo goed voor hem gezorgd worden, dan zou toch de basis van zijn weerstand zwakker zijn dan wanneer er direct van hem gehouden was.

Het mishandelde kind

Mishandeling is iedere vorm van liefde die het kind onthouden wordt doordat zijn verzorgers hem afwijzen.

Afhankelijk van de intensiteit en de duur van de mishandeling draagt het kind zijn leven lang geestelijke of ook meer of minder intense lichamelijke problemen met zich mee.

De geestelijke problemen die al in de vroege jeugd ook voor buitenstaanders zichtbaar kunnen zijn, maken het kind juist voor die buitenstaanders vaak gemakkelijk hanteerbaar:

hij probeert wensen van volwassenen voor te zijn;

hij raakt echt in paniek bij het maken van fouten;

hij probeert met geweld klasgenoten te overheersen òf hij onttrekt zich zoveel mogelijk aan sociale omgang;

hij ziet volwassenen (niet zijn ouders) als vijanden die voorlopig nog sterker zijn dan hij, zodat hij maar beter 'braaf' kan zijn;

hij vertoont in verschillende situaties zoveel verschillende persoonlijkheden, dat een karakterschets niet goed vast te stellen is.

Bij zijn ouders (als hij door hen grootgebracht wordt) probeert hij zijn leven lang zichzelf te verklaren, opdat ze hem alsnog zullen accepteren. Ook wanneer hij weggelopen is, of als volwassene besloten heeft het contact met zijn ouders te verbreken, blijft hij zijn leven lang nog van tijd tot tijd in zijn gedachten bezig om zichzelf in de ogen van zijn ouders acceptabel te maken.

De gezondheid van een mishandeld kind verschilt niet opmerkelijk van die van een geliefd kind, zo lang er tenminste geen sprake is van lichamelijke mishandeling (ook verwaarlozing is mishandeling). Wanneer het echter volwassen geworden is, kunnen er verschillende typische lichamelijke problemen ontstaan:

migraine wijst op mishandeling vóór het vierde levensjaar;

grote gevoeligheid voor 'gewone' virusinfecties wijst op mishandeling vanaf de geboorte;

te snelle werking van de schildklier wijst op mishandeling gedurende de puberteit;

een niet-erfelijke vorm van hartfalen wijst op een totaal gebrek aan liefde gedurende de hele jeugd.

Andere lichamelijke problemen en ook psychische problemen zijn niet typerend voor in hun jeugd mishandelde mensen, al kan een opvallende combinatie van klachten wel in die richting wijzen.

Genezing

Het is van groot belang dat degene die vermoedt dat hij in zijn jeugd mishandeld is, daarover zekerheid vindt. Die zekerheid kan hij niet bij zijn ouders zoeken, want verreweg het grootste deel van de mishandelingen komt voort uit een gevoel van onmacht - en zijn dus niet met opzet verricht. De ouders vergeten ze na verloop van tijd totaal en meestal zijn ze zich zelfs niet eens bewust geweest van het feit dat ze hun kind tekort deden. Mishandelingen die met opzet zijn gedaan, zoals vernedering en seksuele

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

mishandeling, worden door de daders botweg ontkend. Ze kunnen echter niet vergeten worden, doordat dit soort mishandelingen met lustgevoelens gepaard gaat en men schaamt er zich ook niet voor; ze ontstaan uit een soort machtsmisbruik. Door alles te ontkennen wordt het lustgevoel dat aan misbruik van macht gepaard gaat, zelfs nog versterkt.

Aan je ouders heb je dus niets in dit geval.

Er is maar één positieve manier om erachter te komen of je vermoedens over mishandeling in jouw jeugd op waarheid berusten. Het is zwaar om te doen en het is een langdurig proces, maar het is de enige manier die geen nieuwe problemen met zich meebrengt. Bovendien, ook al zou je niets veront-rustends ontdekken, de oefeningen die ervoor nodig zijn, brengen een zeer intense groei van de geest mee:

Ga iedere dag, liefst op een vaste tijd, een kwartier terugdenken aan je jeugd. Het beeld dat in je opkomt, moet je accepteren zoals het is en je kijkt ernaar alsof het over het leven van een ander gaat. Wanneer je een moeilijke scène ziet, moet je niet proberen alles te begrijpen of te vergoelijken, maar je moet blijven kijken en tegelijk proberen er afstand van te nemen: het is van het grootste belang dat je niet bij de beelden betrokken raakt.

Natuurlijk kun je lang niet altijd voorkomen dat je emotioneel wordt. In dat geval houd je onmiddellijk op met terugkijken en je gaat iets anders doen. Pas de volgende dag, als het er de tijd voor is, ga je weer terug naar diezelfde beelden en je probeert of je nu wel afstand kunt nemen van wat je ziet. Lukt het weer niet, dan stop je meteen, tot de volgende dag; net zo lang tot je rustig naar de beelden kunt kijken.

Deze oefening is niet alleen maar bedoeld om de waarheid boven tafel te krijgen. Het effect ervan is veel groter: niet alleen weet je voor jezelf dan zeker dat die gebeurtenissen plaatsgevonden hebben, maar je hebt ze er ook mee verwerkt. Het gevolg daarvan is dat je steeds rustiger wordt en dat je zelfvertrouwen enorm toeneemt.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

OPVOEDEN

Wanneer we kijken naar zoogdieren, zien we dat zij hun jongen bijna niets leren. Toch is er een groot verschil tussen het gedrag van jonge dieren en dat van oudere. Veel daarvan is instinctief gedrag, dat kennelijk slechts tijd nodig heeft om zich te ontwikkelen (zoals we kunnen constateren wanneer we jonge dieren bij hun moeder weghalen en isoleren); ander gedrag wordt van het ouderdier geleerd door het na te doen. Zoogdieren grijpen alleen bij hun jongen in om hen te beschermen en om al te hinderlijk gedrag te corrigeren.

Wat zou er gebeuren wanneer wij, mensen, zo met onze kinderen zouden omgaan? Hoe zou de volgende generatie zich gaan gedragen wanneer wij slechts voedsel en bescherming zouden bieden en alleen al te hinderlijk gedrag zouden corrigeren? Dan zouden onze kinderen voor hun besef van 'hoe de mens is' volledig afhankelijk zijn van wat zij zien en ervaren bij hun ouders en bij de andere volwassenen binnen hun belevingswereld. Wanneer wij onze kinderen niet zouden opvoeden, zouden zij ons gedrag gaan vertonen... en *dan verandert er niets in de wereld.*

Het gekke is nu dat er ook niets verandert, nu wij onze kinderen wèl opvoeden.

Terwijl het onze bedoeling is onze kinderen de kans te bieden goede mensen te worden en gezamenlijk een vreedzame, vriendelijke samenleving te vormen (wat trouwens al generaties lang de opzet van ouders voor hun kinderen is), zien we dat over de hele wereld nu eens hier, dan weer daar, mensen elkaar massaal naar het leven staan en dat binnen een 'vreedzame' samenleving als de onze de politie en justitie het drukker hebben dan ooit.

Het kan niet anders zijn, dan dat er onderweg ergens een fout is geslopen in de mentale ontwikkeling van de mens. In de kleine samenleving, het gezin, zie je hoe groot de invloed van de ouders op de kinderen is. Hoe groot de onderlinge verschillen in karakter soms ook zijn bij kinderen uit hetzelfde gezin, ze vertonen altijd een gedrag waardoor ze, ook voor buitenstaanders, herkenbaar zijn als afkomstig uit juist dat gezin. Vooral onderwijzers en clubleiders kunnen daarvan getuigen, want zij zijn van de 'buitenstaanders' meestal het meest intens bij de kinderen betrokken, terwijl de afstand groot genoeg is om te kunnen relativiseren.

In de iets grotere samenleving zoals de school, de straat of de club, zie je dat de invloed van de ouders langzamerhand minder duidelijk wordt. Voor het kind zijn de invloeden van degenen die het voor het zeggen hebben buiten het gezin (dat zijn dan niet meer uitsluitend de volwassenen) zo belangrijk, dat er ook in de gezinssituatie gedragsveranderingen optreden. Kijken we naar de samenleving in zijn geheel, dus wereldwijd, dan zien we een gedragspatroon dat niets meer met opvoeding te maken heeft. Het is een heel eenvoudig, duidelijk, zich steeds herhalend patroon en het wordt niet beïnvloed door culturele achtergronden. Telkens weer staat er een groep op die zich richt op het vernietigen van een andere groep - en telkens trachten beide groepen hulp in hun strijd te krijgen van buitenstaanders. Binnen die strijdende groepen bevinden zich individuen die alle mogelijke soorten opvoeding gekregen hebben, zowel uiterst positief als uiterst negatief.

Iedere mens is uniek. De mens als soort kent zo enorm veel factoren die hem als individu samenstellen, dat de kans op twee identieke mensen uitsluitend theoretisch geacht moet worden. Door zijn unieke identiteit verschilt hij zelfs van degenen die samen met hem door dezelfde volwassenen opgevoed zijn. Door zijn eigen identiteit ervaart hij zich dan ook als

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

verschillend van alle anderen.

Toch is hij bereid het grootste deel van zijn individualiteit prijs te geven, wanneer er een groep gevormd wordt waarvan hij deel uitmaakt. Om deel uit te mogen blijven maken van een groep is hij zelfs bereid handelingen te verrichten waar hij als individu pertinent tegen is.

Je ziet dat bij kinderen wanneer ze een groep vormen om iemand te pesten; je ziet het bij volwassenen die een partij vormen; je ziet het bij volkeren die een vijand gekozen hebben.

Hoe komt het dat de mens als lid van een groep anders is dan als individu?

Wanneer de mens geboren is, is hij hulpeloos. Wanneer hij niet verzorgd wordt, sterft hij. Het is voor hem van levensbelang dat hij geaccepteerd wordt, zodat men niet ophoudt met hem te verzorgen.

Een pasgeboren mens handelt niet weloverwogen. Hij kent slechts twee emoties - genoeg en ongenoeg - en maakt instinctief de geluiden die daarbij uit hem voortkomen.

Binnen een half jaar kun je constateren dat er nuances zijn ontstaan: naast de eerste emoties bestaan nu vreugde en verdriet en alle gevoelens kunnen in verschillende graden van heftigheid ondergaan en getoond worden. Nog een half jaar later zie je dat sommige gevoelens gehanteerd en geacteerd kunnen worden...

In de leeftijd tussen zes en twaalf maanden begint de mens met van zijn ervaringen te leren. Dat leren heeft niets te maken met begrijpen, het is een vorm van geheugenontwikkeling. Hij kan dan letterlijk verder kijken dan zijn neus lang is en gaat opmerken dat bepaalde daden van hemzelf bepaalde reacties bij anderen oproepen. Langzamerhand leert hij onthouden welke reacties bij welke daden horen - en wanneer hij zijn aandacht in bedwang begint te krijgen, gaat hij proberen de voor hem aangename reacties uit te lokken.

In diezelfde periode beginnen ouders hun kinderen op te voeden.

Onder opvoeden verstaat men: het bevorderen van door de verzorger gewenst gedrag.

Alle ervaringen die de nieuwe mens opdoet in de ontmoeting met anderen 'vertaalt' hij in acceptatie of afwijzing - een tussenweg is er voor hem nog niet. Acceptatie stelt hem gerust en veroorzaakt vreugde; afwijzing maakt hem ongerust en veroorzaakt pijn. Het is voor de nieuwe mens noodzakelijk om uitsluitend positieve ervaringen op te doen. Iedere negatieve ervaring is voor hem een afwijzing van zijn bestaan en veroorzaakt de behoefte 'opnieuw' te beginnen.

Het is voor hem echter onmogelijk zich volkomen te beheersen; zijn instincten zijn daar nog te machtig voor. Hij kan niet anders dan huilen wanneer hij zich onbehaaglijk voelt, net zoals hij niet anders kan dan lachen, wanneer hij blij is.

Wat gebeurt er nu, wanneer het kind 'opgevoed' gaat worden?

Iedere aanwijzing wordt ervaren als een afwijzing. Wanneer het kind begint te brabbelen, probeert men hem woordjes te laten zeggen: in het brabbelen wordt het kind afgewezen. Begint het kind zindelijk te worden, dan wordt hij bij iedere vuile luier afgewezen. Gaat hij liedjes meezingen, dan wordt hij ook daarin afgewezen, want hij moet steeds verbeterd worden.

Kortom: alles wat hij uit zichzelf doet, veroorzaakt een negatieve ervaring. Alles wat uit hemzelf voortkomt, wordt afgewezen.

Wanneer een volwassene door zijn omgeving behandeld zou worden

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

zoals opvoeders hun kinderen benaderen, zou hij doodongelukkig worden.

Heel jonge kinderen zijn ware politici. Slechts een enkeling geeft de moed op en wacht met het oefenen van vaardigheden tot hij zeker weet dat hij het kan; de meesten gaan door met het incasseren van afwijzingen tot zij applaus krijgen.

De eerste levensles van een kind luidt: jij deugt niet.

Door de toon waarop de afwijzingen geuit worden, ervaart het kind acceptatie. Die acceptatie stimuleert hem om door te gaan met waar hij mee bezig was, want het is heerlijk voor hem om een vriendelijke stem te horen.

Het kind

Een kind gaat ervan uit dat wat hij ervaart, de werkelijkheid is. Verhalen, sprookjes, televisie, films en wat volwassenen hem vertellen: alles is echt. Ook wat hij zelf bedenkt is echt - en slechts langzamerhand groeit het besef dat er verschil is tussen wat hij beleefd heeft en wat hij over die belevenis vertelde.

Opvoeders maken vaak misbruik van de aangeboren eerlijkheid van een kind en van zijn vertrouwen in de eerlijkheid van alle anderen. Zij manipuleren het gegeven om zichzelf moeilijkheden te besparen en inplaats van hun eigen zwakheden te accepteren, acteren zij alwetendheid en volmaaktheid.

Wanneer het kind een jaar of zes oud is, ontwikkelt het een gevoel voor verhoudingen tussen mensen. Voor die tijd leefde het van moment naar moment en legde weinig of geen verband tussen gebeurtenissen: 'nu' en 'altijd' vormden een geheel en ook in het begin van deze nieuwe periode is het verschil tussen 'morgen' en 'gisteren' niet altijd even duidelijk. Ook familieverhoudingen zijn moeilijk te begrijpen.

Vanaf het zesde jaar (vaak begint deze ontwikkeling in de tijd dat de voortanden los gaan zitten) kan het kind volwassenen gaan zien als mensen die niet kinderlijk zijn. Het begint zich buitengesloten te voelen van die wereld en om erin toegelaten te kunnen worden, probeert het de gedragingen van volwassenen te imiteren. Dat wil zeggen: zoals het zelf de behandeling door volwassenen ervaart, behandelt het - onbewust! - zijn leeftijdsgenoten.

Het kan heel leerzaam zijn om goed te kijken en te luisteren naar kinderen. Veel van wat als ongewenst gedrag benoemd wordt, is een regelrechte imitatie van hoe het kind de volwassenen in zijn omgeving ervaart.

Een kind gaat nooit uit zichzelf met opzet liegen.

Een kind is nooit uit zichzelf met opzet stiekem.

Een kind gaat nooit uit zichzelf met opzet manipuleren.

Een kind gaat nooit uit zichzelf met opzet acteren.

Net zo goed als dat volwassenen af en toe zich zodanig gedragen dat zij later wensten het anders gedaan te hebben, doen kinderen dat. Ieder kind liegt, doet stiekem, manipuleert en acteert af en toe met opzet. Dat is op zichzelf geen reden tot ernstig zelfonderzoek; pas wanneer die gedragingen door hun herhalingen zijn gaan opvallen, is het hoogstwaarschijnlijk dat de ouders in dat opzicht iets nog niet helemaal onder de knie hebben.

Wanneer ouders, om welke reden dan ook, tegenover hun kind blijven acteren en zo doende zich achter hun gespeelde persoonlijkheid verstoppen, ontstaat de situatie dat het kind zijn ouders niet werkelijk leert kennen. Naarmate het jonge kind meer en meer een jong mens wordt, gaat het steeds

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

verder in het uitproberen van de identiteit van zijn ouders. Nog steeds is dat uitproberen onbewust en het kind begrijpt dan ook niet hoe het komt dat er steeds weer onenigheid ontstaat.

Pas in de puberteit, wanneer de jonge mens zichzelf als wereldburger kan gaan zien, ontstaat het bewustzijn ten opzichte van de meest geliefden - en, tenzij die zich hebben leren kennen, vallen ze dan ook prompt van hun voetstuk. Radicaal als jongeren kunnen zijn, constateren ze vervolgens dat hun ouders totaal niet deugen en zij nemen zich voor om zich in het vervolg ook niet meer te laten kennen. Vanaf die leeftijd schakelt hij bewust een nieuw filter in: hij gaat met opzet een persoonlijkheid acteren. Ook wanneer de werkelijke persoonlijkheid tot stand is gekomen en de verhouding tot de ouders stabiliseert (positief of negatief), blijft de acteur in de mens alert. Zodra de situatie moeilijk wordt, steekt hij de kop op en aangezien vooral het kennismaken met medemensen als moeilijk wordt ervaren, slaagt hij er niet meer in zich wezenlijk aan iemand te tonen.

De ellende is nu, dat ongeveer 70% van de mensen zich op deze manier gedraagt. Daardoor ontstaat ook zo gemakkelijk het groepsgedrag: de behoefte aan acceptatie, gecombineerd met het onvermogen zichzelf te zijn, veroorzaakt een razendsnelle aanpassing aan wat als gewenst gedrag wordt gezien binnen de groep. Wie de regels voor dat gedrag vaststelt, is niet na te gaan; ieder lid van de groep hanteert ze blindelings, zonder zich daarover iets af te vragen.

Wie zich niet kan laten kennen, ontwikkelt ook niet het vermogen om een ander te leren kennen.

Wie zich niet gedraagt zoals van hem verwacht wordt, wordt niet begrepen en vereenzaamt.

Wanneer de mens vrijwel niets en niemand werkelijk kent, kan hij geen Liefde schenken.

Toch geeft hij een grote behoefte aan het ontvangen en schenken van Liefde... Daardoor komt het dat veel mensen hun aandacht richten op dat wat eenvoudig te leren kennen is: een huisdier, een hobby. Daaraan kunnen zij hun Liefde schenken, wat grote voldoening oplevert.

Wie zich geliefd weet, heeft vrede met zijn bestaan

De oogkleppen, blinddoeken, filters en angsten die door de negatieve benadering van de medemens ontstaan zijn, kunnen ervoor zorgen dat de mens niet meer weet hoe het voelt als er iemand van hem houdt. Toch is het zijn meest intense levensbehoefte om geaccepteerd te worden in al zijn facetten. Het ligt voor de hand dat hij op zoek gaat naar die acceptatie en iedere persoon die hij ontmoet, uittest.

Dat uittesten gebeurt geheel onbewust. Meestal gaat het ook niet verder dan het afwachten van de reactie op een oppervlakkige opmerking, waarbij de toon van de reactie belangrijker is dan de inhoud ervan. Daardoor voelt hij zich vaak al na een paar woorden afgewezen en daardoor komt het ook dat de aanwezigheid van beroepshalve vriendelijke mensen (winkeliers, vertegenwoordigers etc.) zo op prijs wordt gesteld. Zij worden overladen met vertrouwelijke mededelingen - evenals ieder ander die vriendelijk reageert op zijn medemens.

Hoewel vriendelijkheid niet hetzelfde is als Liefde, is het er wel een aspect van. Wie vriendelijk wordt bejegend reageert op de Liefde die hij achter die vriendelijkheid vermoedt en hij toont zijn eigen basis van Liefde door onmiddellijk zijn vertrouwen te schenken.

Fout! Verwijzingsbron niet gevonden.

Dit is een belangrijk gegeven voor wie niet meer weet wat het is om lief te hebben en geliefd te zijn. Vriendelijk zijn kan iedereen, ook wie depressief is of een slecht humeur heeft; en aangezien vriendelijke woorden *altijd* vriendelijk beantwoord worden (behalve binnen een zeer intieme relatie, daar wordt het nog wel eens vergeten), kan iedereen ervoor zorgen dat hij binnen zijn leefomgeving uitsluitend vriendelijke mensen ontmoet.

Een vriendelijk woord uit een vriendelijk gezicht kan een sombere dag opvrolijken - van jezelf net zo goed als van een ander. Er is geen enkele reden om niet vriendelijk te zijn, tegen wie dan ook. Je hoeft niet bij een meningsverschil over je te laten lopen, maar je kunt altijd vriendelijk blijven. En wanneer je emotioneel wordt, kun je met je emoties veel beter omgaan wanneer je (gespreks-)partner vriendelijk blijft: zowel woede als verdriet verzachten door een vriendelijk woord.