

Hoe ons bewustzijn ons brein verandert

Hebben we een brein?
Of zijn we een brein?

 International
Study-centre for
Independent
Search for truth

Stichting I.S.I.S.

Symposiumreeks, nummer 16

Eerder in deze reeks verschenen:

1. Er is geen weg naar vrede, vrede is de weg (1999)
2. Spirituele impulsen voor wereldvrede.
Op weg naar een Wereldraad van Wijzen (2000)
3. De cyclus van Leven en Dood (2001)
4. Het doel heiligt de middelen nooit.
Een vredelievend antwoord op terreur (2002)
5. Innerlijke Opvoeding en Zelfontplooiing in het licht van Reïncarnatie (2003)
6. De Levende Kosmos (2004)
7. Vrijheid en Ethiek in het licht van Reïncarnatie (2005)
8. De Levende Aarde — Gaia voorbij (2006)
9. Reïncarnatie — Mystiek én Maatschappelijk (2007)
10. De esoterische achtergrond van de grote religies (2008)
11. Ken je verleden, sta in het NU, bepaal je toekomst (2009)
12. Maak de Theosofie tot een levende Kracht in uw Leven (2010, 3 delen)
13. Karma: de sleutel om je levenslot in eigen hand te nemen (2011)
14. De groei van mens en mensheid (2012)
15. Praktische spiritualiteit — *boven de materie, in de maatschappij* (2013)

Hoe ons bewustzijn ons brein verandert

Hebben we een brein?

Of zijn we een brein?

17 en 18 mei 2014, Den Haag

Inhoud

Inleiding		3
Dag 1	Heb je of ben je bewustzijn?	5
	<i>Anja de Jong</i>	
	Brein, denken en bewustzijn	12
	<i>Corine Barth</i>	
	Toestanden van bewustzijn	
	<i>Door welke bril kijk je?</i>	19
	<i>Patricia van Lingen</i>	
	Baas in eigen brein? – Uitkomst workshops	
	<i>Hoe ons bewustzijn ons brein verandert</i>	26
	<i>Redactie</i>	
	Voorbeelden van veranderingen van het brein	
	<i>Intermezzo</i>	34
	<i>Redactie</i>	
Dag 2	Bewustzijnsresonantie	
	<i>Resoneren kun je leren</i>	37
	<i>Ruud Melieste</i>	
	Bewustzijn voor en na het sterven	44
	<i>Bouke van den Noort</i>	
	Drie niveaus van herinneren: instinct, geweten en intuïtie	51
	<i>Barend Voorham</i>	
	Bewustzijnsverruiming door oefening – Uitkomst workshops	
	<i>Mens (her)ken Uw Zelf</i>	58
	<i>Redactie</i>	
Thema I.S.I.S. Symposium 2015		64

Inleiding I.S.I.S. Symposium 2014

Hoe ons bewustzijn ons brein verandert

Zijn we een brein of hebben we een brein? Veel hersenwetenschappers stellen het voor alsof het bewezen is dat we een brein zijn. Maar de nieuwe ontwikkelingen in de neurologie tonen juist aan, dat het brein van de wieg tot het graf verandert. En die veranderingen kun je sturen. Het denken kan het brein veranderen. Deze nieuwste wetenschappelijke ontdekkingen ondersteunen de theosofische gedachte dat bewustzijn de leidende factor is: het brein is het paard, het bewustzijn is de ruiter.

Van brein-denken naar Universeel denken

In het I.S.I.S. Symposium 'Hoe ons bewustzijn ons brein verandert', waarvan u nu het verslag in handen heeft, werd ruim aandacht besteed aan onderwerpen als vrije wil, (collectief) geheugen, intuïtie en reïncarnatie. Ons bewustzijn bevat veel potenties, die we nu nog niet of nauwelijks gebruiken. Als we de mogelijkheden in onszelf actief maken, heeft dat zijn invloed op ons voertuig: het lichaam en zijn brein. In de presentaties worden praktische aanwijzingen gegeven hoe die vermogens te activeren, en hoe we van brein-denken naar Universeel denken kunnen komen.

Workshops

Op de beide dagen van het symposium werden workshops georganiseerd, waarin de deelnemers de

ideeën van het symposium toetsten. De theosofische visie op bewustzijn geeft een heel andere kijk op het leven en levensvragen. De interactie tussen de deelnemers was een essentieel, inspirerend deel van het symposium. De resultaten uit de workshops werden vervolgens plenair gepresenteerd, waarna een verdiepende discussie volgde. Zowel deze resultaten als de discussie zijn in dit verslag opgenomen.

Anders Denken

De gedachten uit dit symposium kunnen de aanzet geven tot een ander, meer spiritueel leven. Voor degenen die de theosofische visie verder willen leren kennen, organiseert Stichting I.S.I.S. de cursus 'Anders Denken'. In deze cursus worden de deelnemers, op basis van het bewustzijnsuitgangspunt, in staat gesteld hun eigen denken te leren kennen en te veredelen.

De Universele Wijsheid of Theosofia

De kerngedachten van de Theosofia vinden we in alle wereldreligies en filosofieën: niets staat los van elkaar, alles leeft en vormt samen één alomvattende grote organische eenheid. De belangrijkste principes van de Theosofia zijn:

- De eenheid van leven. Alle wezens zijn in essentie één en dragen alle oneindige mogelijkheden van het universum in zich. Zij verschillen alleen van elkaar in de mate waarin zij die mogelijkheden actief gebruiken.

- Alle wezens groeien in cyclussen: ze reïncarneren voortdurend.
- Alle wezens hebben een vrije wil, en *dus* het vermogen innerlijk te groeien.

Stichting I.S.I.S.

Stichting I.S.I.S. is het internationaal werkorgaan van The Theosophical Society Point Loma – Blavatsky-house The Hague. De naam I.S.I.S. staat voor *International Study-centre for Independent Search for truth*. Het accent ligt dus op zelfstandig, ondogmatisch onderzoek naar waarheid. De stichting wil mensen die antwoorden zoeken op levensvragen en met een open geest en kritische blik kennis willen opbouwen, ondersteunen in hun zoektocht. Met dat doel organiseert Stichting I.S.I.S. lezingen, cursussen en symposia.

Op onze symposia is er Engels- en Duitstalige ondersteuning voor de Nederlandstalige lezingen. Dit geeft buitenlanders de mogelijkheid actief deel te nemen aan deze symposia.

Video

Het symposium is ook op video vastgelegd. Die kunt u op onze speciale website www.stichtingisis.org/symposium/video-opnames-2014/ bekijken. U kunt de video-opnamen daar ook bestellen.

Reacties

Heeft u naar aanleiding van dit symposium vragen of ideeën? Zend ze dan naar het e-mailadres van Stichting I.S.I.S.: info@stichtingisis.org. U kunt ook schrijven, het adres is: De Ruyterstraat 72-74, 2518 AV Den Haag.

Heb je of ben je bewustzijn?

Dames en heren,

Wat zijn we eigenlijk, in essentie? ...

Waar bestaat alles uit?

Ieder heeft het zich ooit wel eens afgevraagd — kijkend naar de sterrenhemel of zich verwonderend over de veelheid aan levensvormen en verschijnselen op onze planeet.

In de oudheid, nog voor Plato Socrates opvoerde in zijn *Dialogen*, waren er in Griekenland filosofen die ook op zoek waren naar die wortel, of het eerste element van het bestaan. Datgene wat is, en blijft, achter al het vergankelijke en voorbijgaande.

De antwoorden op deze vraag waren verschillend, tenminste dat leek zo. Parmenides noemde het het Ene, terwijl Herakleitos zag dat alles verandert, en daar nu juist de kracht achter het bestaan in zag. *Panta rhei* — alles stroomt zei hij. Pythagoras en de pythagoreeërs zagen in getallen en getalsverhoudingen de basis van alles wat bestaat. Anderen beweerden dat alles uit ondeelbare eenheden bestaat, en zij noemden deze ‘atomen’.

Nu is er van deze filosofen in het algemeen maar weinig bewaard gebleven, en ze worden nog wel eens afgedaan als oppervlakkige of primitieve denkers. Zij stonden echter in contact met Egyptische en oosterse tradities, waarin al eeuwen over deze zaken werd nagedacht. Zij gingen er allemaal van uit dat er iets door of in of achter die zintuiglijk waarneembare wereld werkt.

Alles is bewustzijn

Wij zullen het, om dit symposium in te leiden, op deze manier omschrijven: alles is bewustzijn.

Wat willen we hiermee zeggen: alles bestaat uit bewustzijnen, die in hun diepste kern EEN zijn. Ze zijn geworteld in het Grenzenloze.

Een heel fundamentele stellingname, beseffen wij. Wij verwachten dan ook niet dat u direct zegt: “o nou goed, dat neem ik wel aan.” In het vervolg van deze lezing proberen we uit te leggen wat hiermee bedoeld wordt. Daarmee zullen we ook een eerste aanzet geven voor een begrip van de relatie tussen bewustzijn en het brein, het thema van dit symposium.

Vanuit de Theosofia zeggen wij alles te kunnen verklaren vanuit drie verstrekkende uitgangspunten, ik zal ze kort omschrijven.

De eerste is: één grenzenloos Beginsel. Het is datgene wat aan alles wat bestaat, voorafgaat, en wat alleen maar met negatieve begrippen kan worden aangeduid. Alles wat we erover zeggen verkleint of verminkt het alleen, het gaat ons bevattingsvermogen te boven. U kent het misschien als het TAO uit de *Tao Te King* van Lao-tse (‘dat wat Tao genoemd kan worden is niet het ware Tao’), of als Parabrahman — wat niet meer zegt dan: ‘voorbij Brahman’.

Het is geen god, maar een abstract beginsel. Het Grenzenloze is volstrekt EEN, er kan niets buiten of binnen zijn, want ook dat is een tweedeling die een grens aangeeft. Je kunt er geen eigenschappen aan toekennen,

je kunt dus hooguit zeggen wat het niet is. Het tweede uitgangspunt is Cycliciteit. Bewustzijn belichaamt zich op een bepaald gebied, is daar actief, en trekt zich weer terug. Denkt u maar aan uw dag- en nachtritme: waar was u vannacht toen u sliep? Toch was u vanmorgen weer present en gebruikte u uw denkvermogen en lichaam om hier te komen. Cycliciteit zien we overal terug; denkt u maar aan in- en uitademen, eb en vloed, de omwentelingen van planeten rond de zon en rond hun eigen as. Het is een voortdurende, ritmische beweging. De derde grondstelling is kort te omschrijven als: ‘zo boven, zo beneden’. Elk bewustzijn heeft alles in zich, omdat het een vonkje is van dat grenzenloze, en ontwikkelt zich eeuwig. Bewustzijnen hebben elkaar nodig om zich te kunnen ontwikkelen: van onzelfbewuste Godsvonk naar Zelfbewuste God.

Wat is bewustzijn?

Terug naar onze stelling. Als we zeggen dat alles bewustzijn is, is de logische volgende vraag: wat is bewustzijn?

Bewustzijn is eenvoudig gezegd: bewust-zijn. Je kunt het opvatten als een werkwoord, dat een bepaald soort activiteit, een actieve manier van zijn aanduidt.

Het is zijn, dat *bewust* is, en dat houdt in: er moet iets zijn dat actief is, dat zich manifesteert, dat zich weerspiegelt, reflecteert in iets anders, bijvoorbeeld zijn omgeving. Zoals licht alleen waarneembaar wordt als er iets anders actief is waar het licht op reflecteert. Er is iets dat bewust is, en iets *waarvan* het bewust is. Er is dus altijd een groter geheel waarbinnen bewustzijn werkzaam is.

Bewustzijn is te definiëren als het vermogen tot waarnemen. En dat strekt zich verder uit dan het zintuiglijke waarnemen zoals we dat in het algemeen opvatten. In dat waarnemen zit ook dat actieve, zelfbewegende aspect. Dat is nu precies dat wakker worden vanmorgen. We worden wakker, ook als we geen wakker hebben gezet.

Het klinkt misschien raar, maar zelfs het wakker worden is een gewoonte die we ooit zelf actief, uit eigen beweging hebben opgebouwd. We zijn gericht op deze waaktoestand, kunnen hier actief onze lessen leren en nemen dus deze uiterlijke wereld waar. Want de vraag ‘wat *neemt* een wezen *waar?*’ zegt namelijk letterlijk

ook: wat ziet het als werkelijkheid, waar vereenzelvigd het zich mee, waar is het op gericht? Waarneming is dus altijd beperkt, er is altijd sprake van een bepaalde gerichtheid die uit het bewustzijn *zelf* voortkomt. Plato definieert bewustzijn als het vermogen om te ageren, te handelen, en te reageren op de handelingen van andere wezens. Bewustzijn is zelfbeweging, zoals Plato dat in één woord definieert.⁽¹⁾ Maar zoals gezegd kun je dat zelf niet zien als iets dat losstaat van het geheel. Bewustzijn is nooit los te zien van het geheel. Een bewustzijn is dus een – in interactie met andere bewustzijnen – zelfbewegend, waarnemend, lerend wezen.

Elk bewustzijn is in de kern van de kern een vonkje of straal vanuit dat grenzenloze, bij wijze van spreken, en heeft ook alle mogelijkheden van dat grenzenloze in zich. Bewustzijnen verschillen omdat ze dat grenzenloze in verschillende mate en op verschillende manieren waarnemen, weerspiegelen en tot uitdrukking brengen. Anders gezegd: omdat ze meer of minder van die grenzenloze mogelijkheden tot uitdrukking hebben gebracht. Het grenzenloze kan nooit in zijn volledigheid waargenomen of uitgedrukt worden. Dan zou het omvat worden door iets anders en daarmee niet grenzenloos zijn.

Wat is bewustzijn?

- Bewustzijn is het vermogen tot ageren en reageren, tot waarnemen.
- Elk bewustzijn is in de kern van zijn kern een vonk of straal van het Grenzenloze, en heeft de grenzenloosheid in bepaalde mate ontwikkeld.

Oneindig veel gradaties van bewustzijn

Bewustzijnen hebben elkaar nodig om te groeien, zoals we zullen zien. Er is altijd sprake van bewustzijn binnen bewustzijn. En uitgaande van het eerste uitgangspunt van grenzenloosheid, zijn de gradaties van bewustzijn dus ook grenzenloos.

Er zijn ontelbaar verschillende bewustzijnen, wezens die hun kern in meerdere of mindere mate hebben ontwikkeld. Verschillen in bewustzijn zijn dus niet absoluut, maar gradueel. De bewustzijnen die in onze ogen heel veel van die grenzenloosheid tot uitdruk-

king hebben gebracht noemen we spiritueel, of zelfs goddelijk, en bewustzijn die daarvan nog weinig uitdrukken noemen we stoffelijk of materieel.

Door al die gradaties van bewustzijn is er een nauwe samenwerking tussen al die verschillende wezens mogelijk. Sterker nog, bewustzijn kan zich alleen manifesteren binnen een hiërarchische structuur van samenwerkende gradaties van bewustzijn. Het hogere heeft het lagere nodig om zich in uit te drukken, om gewaar te worden, om te leren. En het lagere heeft het hogere eveneens nodig om te groeien, om te leren om het hogere in zichzelf tot uitdrukking te brengen.

Spiritueel en materieel zijn relatief

Maar, wat noemen we hoger en lager? Wat is 'veel', en wat is 'weinig' ontwikkeld? Wat je spiritueel of materieel noemt hangt af van je eigen graad van bewustzijnsontwikkeling, van het natuurrijk waartoe je op een bepaald moment behoort, en van wat je binnen dat natuurrijk al hebt ontwikkeld.

Als we ons eigen menselijk bewustzijn vergelijken met dat van een dier, zien we daarin overeenkomsten, maar ook grote verschillen. Als we bijvoorbeeld kijken naar een hond, zien we best wat overeenkomsten, maar een goed gesprek zit er niet in. Bepaalde bewustzijnsaspecten zijn in dieren nog niet actief. Kijken we naar planten, dan wordt het al wat moeilijker om overeenkomsten te zien, maar we weten dat planten ook waarnemen en interactie met hun omgeving aangaan. Bijvoorbeeld zonnebloemen die zich naar de zon keren, of misschien heeft u wel eens zo'n versnelde opname gezien van een klimplant die al groeiend op zoek is naar houvast. Die zelfbeweging en interactie is ook te vinden bij mineralen, denkt u aan de groei van kristallen, bij moleculen, atomen en bij de nog minder ontwikkelde bewustzijnen die de bouwstenen vormen van atomen. Al deze verschillende wezens zijn bewustzijnen.

Ook wezens binnen één natuurrijk kunnen behoorlijk van elkaar verschillen, vergelijk bijvoorbeeld de ene mens maar met de andere. Een wijs mens zal veel meer uitgaan van de samenhang van alles en daar zijn handelen op baseren. Terwijl iemand die alleen zijn eigen comfort en welzijn op het oog heeft, zal handelen vanuit dat eigenbelang. Er is een verschil in reikwijdte van bewustzijn.

Als mens zijn we ons, met onze stoffelijke zintuigen, vooral bewust van minder ontwikkelde bewustzijnen: de dieren, planten, mineralen, atomen, protonen, et cetera. Maar net zoals een cel in ons lichaam zich wellicht maar heel beperkt bewust is van dat hele lichaam en van het bewustzijn dat er leiding aan geeft, en daarbinnen toch functioneert en zich ontwikkelt, kunnen we ons voorstellen dat wij, als menselijke bewustzijnen, ons maar beperkt bewust zijn van datgene waarbinnen wij functioneren en ons ontwikkelen. Er zijn ook kosmische bewustzijnen, de godenrijken, die veel meer van die grenzenloze mogelijkheden hebben ontwikkeld dan wij: in hun invloedssfeer leven wij, doen wij ervaringen op. We kunnen dan denken aan het bewustzijn dat onze planeet Aarde als zijn voertuig heeft, of aan het bewustzijn dat schuilgaat achter de zon. Wat we van zulke wezens waarnemen zijn hun gewoontepatronen, die wij dan natuurwetten noemen. Voor deze grootse bewustzijnen zijn wij mensen een soort cel-wezens, die dienstdoen als een onderdeelje van een instrument waardoor dit kosmische wezen zich uitdrukt op een bepaald gebied. Een inspirerende gedachte, niet?

Ofwel: spiritueel en materieel zijn relatief, wat voor ons een spiritueel wezen is, is voor een nog verder ontwikkeld bewustzijn een materiële bouwsteen. Wij zijn dus altijd tegelijk ouder en kind om het zo te zeggen, tegelijk architect en bouwer, leraar en leerling. Het is maar of we als het ware omhoog of omlaag kijken. Of we kijken naar degenen die verder gevorderd zijn dan wij, of naar degenen die minder ver gevorderd zijn.

'Spiritueel' en 'materieel' zijn relatief

Wat voor ons een spiritueel wezen is, is voor een nóg verder ontwikkeld wezen een materiële bouwsteen, een instrument.

Bewustzijn en zelf-bewustzijn

Als mensen, die het denkbewustzijn aan het ontwikkelen zijn (hierover meer in de volgende lezing), hebben we de eigenschap dat we niet alleen uitwendige, maar ook innerlijke zaken kunnen waarnemen. We hebben namelijk het vermogen ontwikkeld om te denken, het vermogen om gedachten waar te nemen.

Het besef van eenheid bijvoorbeeld. We kunnen over

onzelf *nadenken*, ervaren onszelf als een individu, een ondeelbare eenheid. We hebben een besef van een blijvend 'ik', hoewel we nu toch heel anders zijn vergeleken met toen we vijf jaar oud waren: en we kunnen daarop reflecteren.

Kortom: wij mensen hebben – en hierin verschillen we van de lagere natuurrijken – *zelf*bewustzijn ontwikkeld. Zelf-bewustzijn is een manier van bewust-zijn, van waarnemen, die niet alleen naar buiten gericht is, maar ook naar binnen schouwt. We beweren dus dat die dieren, planten, mineralen, atomen (of de elementen daarvan) geen zelfbewustzijn hebben, maar er worden door al deze wezens wel zaken waargenomen, weerspiegeld, en daarop reageren ze. Wij mensen zouden het misschien onbewust noemen, omdat we onze manier van bewustzijn als de norm zien.

Bewustzijn is samengesteld

Dat elk bewustzijn alles in zich heeft kun je je ook voorstellen als een straal van bewustzijn, die reikt van goddelijk tot stoffelijk. Je kunt de bewustzijnsaspecten of -lagen vergelijken met de zeven kleuren licht die ontstaan als je een straal wit licht door een prisma laat vallen.

Ieder bewustzijn heeft al deze verschillende aspecten of kwaliteiten, bij de mens staat echter het denken centraal. We hebben al onderscheid gemaakt tussen waarneming van de uiterlijke wereld en meer innerlijke waarneming. Bij die meer innerlijke waarneming hoort bijvoorbeeld ook ons gevoel, we nemen onze eigen emoties waar, maar ook die van anderen, denk maar aan de sfeer als je ergens binnenkomt. We zijn ons bewust van onze persoonlijke wensen, neigingen, impulsen, enzovoorts.

Maar ook vinden we in onszelf vele andere soorten gedachten zoals meningen en vooronderstellingen, overtuigingen, theorieën, we kunnen de logica ergens van inzien, we hebben inzichten in verbanden, we koesteren idealen, we zien samenhang, ervaren soms harmonie, en, heel zelden, inspiratie en eenheid.

Ieder menselijk bewustzijn ontwikkelt zich op een eigen manier, legt andere accenten, waardeert de verschillende aspecten anders. Zo zijn er uitgesproken gevoelsmensen, heel rationele mensen, en ook mensen die hun ideaal, of hun inzicht in de samenhang, tot leidraad voor hun handelen maken. Zo iemand als

Gandhi bijvoorbeeld, die voor enorm veel mensen een leidend voorbeeld was en is als het erom gaat hoe je op een vreedzame en waardige manier kunt handelen in een lastige situatie. In zulke mensen herkennen wij de ontwikkeling van de hogere bewustzijnsaspecten, ze denken en handelen universeler.

Samenwerking tussen bewustzijnen

Maar wat wij materie of stof noemen is dus ook bewustzijn, alleen vanuit onszelf gezien primitief, weinig ontwikkeld bewustzijn. Beter geformuleerd: het zijn samenwerkingsverbanden van zulke bewustzijnen, die worden geleid door een hoger, overkoepelend bewustzijn, dat deze wezens heeft aangetrokken om een geschikt lichaam of instrument of voertuig te vormen, waardoor het op een bepaald gebied ervaring kan opdoen. En binnen dat lichaam krijgen enorme aantallen lagere wezens op hun beurt de kans om ervaring op te doen, om ook meer van hun grenzenloze mogelijkheden te ontwikkelen. Zo boven, zo beneden, van kosmos tot atoom: overal zien we interactie, samenwerking. Ook wij als menselijke wezens trekken lagere wezens aan, die onze lichamen vormen. Want we hebben meer dan één lichaam: onze verschillende bewustzijnsaspecten, van spiritueel tot stoffelijk, werken ieder door een soort lichaam of instrument, en elk instrument is zo'n samenwerkingsverband dat bestaat uit lagere bewustzijnen van een bepaalde kwaliteit.

Elk van deze instrumenten stelt ons in staat tot bepaalde waarnemingen. We hebben onze stoffelijke zintuigen, waarmee we de stoffelijke wereld waarnemen, maar hoe noemen we de zintuigen waarmee we die meer innerlijke waarnemingen doen? Met welke instrumenten nemen we onze gedachten waar, van heel alledaagse, tot zeer verheven idealen? We zouden dit onze innerlijke instrumenten kunnen noemen. Zoals ons intellectueel vermogen, ons begripsvermogen en ons vermogen om eenheid waar te nemen of te beseffen. Tijdens de belichaming van ons bewustzijn – weet u nog, wij zijn tijdelijk actief op dit uiterlijk gebied – trekken wij die lagere bewustzijnen aan. De straal van bewustzijn hult zich op verschillende gebieden in zulke voertuigen, tot het uiteindelijk een fysiek lichaam opbouwt, op dezelfde manier. Het begin daarvan noemen we bij de mens de conceptie. Uit het niets lijken zich wezens te manifesteren, de bevruchte eicel deelt zich.

Vergelijk het met waterdamp die condenseert tegen een koud object: het water was er al, maar wordt nu voor ons zichtbaar als druppels.

Het is goed om ons te bedenken dat het hier gaat om cel-bewustzijn die zich belichamen, onder leiding van een zich manifesterend, overkoepelend bewustzijn: dat van de mens die na een maand of negen geboren gaat worden.

In het fysieke lichaam functioneren de verschillende organen als instrumenten voor verschillende bewustzijnsaspecten. Een bepaalde kwaliteit van bewustzijn wordt in het ene orgaan meer weerspiegeld dan in het andere. Het hart is het orgaan dat op het fysieke gebied de meer spirituele bewustzijnsaspecten vertegenwoordigt, terwijl het brein ervoor zorgt dat het meer intellectuele aspect zich op dit stoffelijk gebied kan uitdrukken. Een emotionele aandoening of stress kan er via de huid uitkomen in de vorm van eczeem, of via de maag als een maagzweer. Ook dan is er een innerlijke kracht, in dit geval ons gevoel, die zich via een passend orgaan uit.

Elk orgaan is zelf ook weer een bewustzijn, met een eigen functie en intelligentie of organisatie, die het door z'n samenstel van cellen kan uitdrukken. Het feit dat het mogelijk is om organen te transplanteren geeft hier blijk van.

Fundamentele samenwerking tussen bewustzijn

Lagere wezens vormen voertuigen of instrumenten op verschillende gebieden voor een leidend bewustzijn. Fysieke organen zijn instrumenten op het meest stoffelijke gebied.

Hiërarchische samenwerking

Er is dus een hiërarchische samenwerking tussen die verschillende bewustzijn. Het lagere bewustzijn, de materie, doet ervaring op binnen de invloedssfeer van een overkoepelend, leidend bewustzijn. Het hoger bewustzijn gebruikt die lagere bewustzijn om op bepaalde gebieden ervaring op te doen.

Hoe het leidend bewustzijn gebruikmaakt van deze instrumenten heeft invloed op de ontwikkeling van die orgaan- en cel-bewustzijn. We kunnen ons lichaam

en onze organen evenwichtig gebruiken, maar ook overbelasten of verwaarlozen. Het leidend bewustzijn beïnvloedt het lichaam, zoals een bestuurder in zijn auto sporen nalaat van zijn rijgedrag. Sporen zoals een afgeragde versnellingsbak of doorgesleten remmen.

Let wel: nu kan het zijn dat we het hier hebben over een onevenwichtige of nerveuze of zelfs agressieve bestuurder. Maar het kan ook gaan om een ambulancechauffeur die weloverwogen handelt, geleid door zijn ideaal om mensen te redden. Aan het voertuig kunnen we dus niet zomaar aflezen welk bewustzijnsaspect de boventoon voerde.

De verschillende organen hebben ook weer hiërarchische functies ten opzichte van elkaar; en als we het over de hersenen hebben zie je dat deze een prominente rol hebben in ons functioneren op dit stoffelijke gebied. Onze hersenen zijn een veelzijdig instrument, dat een aantal fysieke vitale functies regelt en activiteiten van het lichaam coördineert. In het geval van de mens bieden de hersenen daarmee de mogelijkheid om al zijn verschillende gedachten en idealen te vertalen naar het uiterlijke, fysieke gebied in de vorm van woorden en daden.

Het spiritualistisch uitgangspunt

'Heb je of ben je bewustzijn?' is de titel van deze lezing. Inmiddels zult u begrijpen dat wij er niet van uitgaan dat je een lichaam bent, dat een bewustzijn heeft. Of dat je je brein, je hersenen, bent en dat daaruit bewustzijn voortkomt. Bij het verklaren van verschijnselen vertrekken we vanuit het spiritualistisch uitgangspunt. Het spiritualistisch uitgangspunt betekent niet dat er alleen maar geest is of zoiets. Het betekent niet dat de materiële wereld niet bestaat, of niet echt is. Het betekent dat er altijd een leidende kracht doorheen werkt, die niet verklaard kan worden uit die materie, dat samenstel van lagere bewustzijn, *zélf*. Het betekent dat we de oorzaken van die verschijnselen zoeken in de meer ontwikkelde bewustzijn in zo'n hiërarchisch samenwerkingsverband. In die meer ontwikkelde bewustzijn vinden we waarheid, inspiratie en een werkelijke oplossing voor problemen. En uiteindelijk houdt die zoektocht nooit op, omdat er altijd meer ontwikkeling, meer inzicht mogelijk is.

De samenwerking van hogere bewustzijn wordt ook wel de gouden Keten van Hermes genoemd, of

de Lichtzijde van de Natuur.

De minder ontwikkelde bewustzijnen zijn uitvoerend, volgend, vormen een samenwerkingsverband dat een hoger bewustzijn ondersteunt en mogelijkheid tot manifestatie biedt. Die uiterlijke kant is zeer interessant om te bestuderen, en je kunt er de sporen of gewoonten in herkennen van de kracht erachter. Maar zelfs al snijd je die stof in steeds kleinere stukjes, dat leidende, verder ontwikkelde bewustzijn kom je daar niet in tegen.

De materiële kant van zo'n samenwerkingsverband geeft vaak aanleiding tot illusie; het lijkt het meest vaste en reële, maar is dat niet. Wel is het uitermate werkelijk voor zover we ons met die materiële kant vereenzelvigen. Dat brengt ons bij de vraag: bevindt bewustzijn zich op een bepaalde plaats?

Spiritualistisch uitgangspunt

Het leidend bewustzijn is de oorzaak die werkt achter/in/door het instrument.

Waar zit het bewustzijn?

We hebben gezegd dat bewustzijn in principe grenzenloos is, maar in feite altijd beperkt is in zijn waarneming en uitdrukking. Het is in essentie overal, alomtegenwoordig, maar wordt begrensd, of gelokaliseerd door het instrument of voertuig waardoor het werkt.

In ons huidige stadium van ontwikkeling identificeren wij mensen ons gemiddeld met de lagere aspecten; we leven veelal vanuit ons lichaam, ons gevoel, onze persoonlijke begeertes, en vaak gebruiken we ons intellect om aan deze aspecten tegemoet te komen. Ons inzicht en eenheidsbesef zijn nog niet erg ontwikkeld. Als denkers kunnen we ons bewustzijn richten: we kunnen alle aspecten van bewustzijn opzoeken, onderzoeken, versterken of negeren. Zoals gezegd zijn er typische gevoelsmensen, wetenschappelijk ingestelde mensen en mensen waarin een ideaal leidend is, ongeacht de gevolgen voor hun persoonlijke leven. Het is dus mogelijk om het bewustzijn te richten op de hogere bewustzijnsaspecten.

Er zijn ook mensen die zich juist helemaal met hun lichaam vereenzelvigen; elke verandering wordt opgemerkt. Natuurlijk zijn hierin altijd fasen te onder-

Waar zit bewustzijn?

Bewustzijn is in principe overal, het wordt gelokaliseerd door de voertuigen waardoor het werkt.

Bewustzijn wordt waar het zich op richt.

kennen; tijdens een ziekte bijvoorbeeld ben je je meer bewust van je lichaam, omdat er iets ongewoons mee is. Dit is nog een belangrijke eigenschap van bewustzijn: het wordt waar het zich op richt of anders gezegd — waar het zich mee identificeert. Dat beïnvloedt onze manier van waarnemen. Datgene waar wij in het algemeen op gericht zijn, waar wij onze aandacht op richten, is voor ons werkelijkheid. Het is leidend in onze waarneming, in onze handelingen en in onze reacties. We kunnen onze aandacht richten, dat wil zeggen, ons bewustzijn concentreren op een ideaal dat we willen bereiken, op de eenheid en samenhang van alles, en al onze andere waarnemingen in *dat* licht zien. We kunnen ons ook laten meevoeren door van alles wat zich aan onze meer uiterlijke zintuigen voordoet, meewaaien met elke wind, elke televisiereclame op ons in laten werken, elk appje meteen bekijken, elke impuls volgen.

Concentreren we ons bewustzijn op de innerlijke eenheid van alles of verstrooien we het in de veelheid van de uiterlijke wereld? Kunnen we kiezen? Hoe zit het met de vrije wil?

De vrije wil

In principe is elk bewustzijn vrij omdat het, als straal van bewustzijn, ontspringt aan het grenzenloze zelf en in essentie alle grenzenloze mogelijkheden in zich heeft. Zelfs een minimaal ontwikkeld bewustzijn is in kleine mate vrij in zijn waarneming, in zijn actie en reactie.

Een bewustzijn kent meer vrijheid naarmate het meer van die grenzenloosheid heeft ontwikkeld, universeler is. Een mens heeft bijvoorbeeld meer vrijheid dan een dier, omdat de mens het denken heeft ontwikkeld, wat maakt dat hij zijn keuzen kan baseren op meer dan alleen instinct en overlevingsdrang. Natuurlijk kan een mens zich ook schijnbaar laten voortdrijven door uiterlijke omstandigheden, of zich zo in zijn eigen gewoonten inwikkelen dat het lijkt of er geen sprake

meer is van vrije wil.

Als we ons identificeren met de buitenkant, het lichaam, de organen, en ervan uitgaan dat zij bepalen wat wij denken en hoe wij handelen, activeren we de vrije wil niet. In feite laten we het dan over aan die lagere bewustzijnen en onze onbewuste, instinctieve reactie daarop. Maar omdat een mens kan denken, zelfbewustzijn heeft, kan hij een plan uitstippelen, een ideaal volgen en zo richting geven aan zijn eigen leven. Dat betekent: zijn eigen gewoonten en karakter en daardoor op den duur zijn fysieke bouwstenen veranderen.

Pas als het bewustzijn zo ver is dat het naar binnen kan schouwen, ofwel de mentale zintuigen gaat ontwikkelen, kan het bewuste keuzen gaan maken. Het kan dan zelfbewust die verbinding met die meer ontwikkelde, meer universele wezens gaan zoeken en zich daardoor laten inspireren.

Want vrijheid is niet alleen keuzevrijheid of vrij zijn van dwang. Het is ook 'vrijheid tot'. Het is ook de vrijheid om een zo optimaal mogelijke schakel in die hiërarchie te zijn. Zoals het kunnen bespelen van een piano je de vrijheid oplevert om je door middel van muziek te uiten, geeft het vermogen om je hogere aspecten, zoals eenheidsbesef, inzicht en mededogen, te activeren en op de lagere gebieden vorm te geven, je de vrijheid om werkelijk iets te betekenen voor je medemensen. Net als piano leren spelen vergt dat wel wat training; in de workshops kunt u daar een beetje van proeven.

Elk bewustzijn is per definitie vrij

Het heeft meer vrijheid naarmate zijn grenzenloze kern meer is ontwikkeld. Actieve vrije wil veronderstelt zelf-bewustzijn.

Tot slot: Heb je of ben je bewustzijn?

Je *bent* bewustzijn en in figuurlijke zin 'heb' je bewustzijnen, in die zin dat de lagere bewustzijnen die jouw instrumenten samenstellen hun eigen ontwikkeling volgen binnen jouw overkoepelende bewustzijnsfeer. En dat je van die instrumenten gebruikmaakt om bepaalde ervaringen te kunnen opdoen en zo je bewustzijn uit te breiden. Zolang ons bewustzijn door die lagere bewustzijnen heen werkt, bieden wij ze de

mogelijkheid om zich te ontwikkelen en beïnvloeden wij ze in de loop van hun ontwikkeling.

Zelf zijn we op onze beurt ook onderdeel van iets groter, een weer verder ontwikkeld bewustzijn, binnen wiens invloedssfeer wij ons ontwikkelen.

Uiteindelijk zijn alle bewustzijnen in de kern EEN en hebben ze alle grenzenloze mogelijkheden in zich.

Referentie

1. Plato, *De Wetten* 894c-896d en *Phaedrus* 245c en e (universele Plato-paginerings).



Brein, denken en bewustzijn

Na de uitleg in de vorige lezing of wij bewustzijn hebben of bewustzijn zijn, gaan wij ons nu richten op de onderlinge relatie tussen het menselijk brein, het denken en het bewustzijn. In deze lezing zullen wij u de volgende punten ter beoordeling voorleggen. Om te beginnen: de mens is een denker. Daarna zullen wij spreken over denken en gedachten. Ten derde geven wij u een visie op de hersenen als instrument van het bewustzijn. Vervolgens bespreken wij de onderlinge communicatie tussen bewustzijnen met een gelijke frequentie. Wij zullen het hebben over de plasticiteit van onze hersenen en ten slotte de wederopbouw van onze hersenen bij een wedergeboorte.

Wij hopen u te laten zien, dat wanneer wij de vermogens van onze hersenen bestuderen, wij ons niet alleen op de hedendaagse stand van de wetenschap moeten richten, maar ons ook zullen moeten verdiepen in de metafysische wereld van de psyche en de geest van de mens, dus voorbij de grenzen die door de wetenschappers worden getrokken.

De mens is een denker

Bewustzijn bestaat in vele gradaties en kwaliteiten. Het hangt ervan af in welke mate een wezen zijn grenzenloze mogelijkheden heeft ontplooid. Wat de mens betreft is het bewustzijn in de loop van zijn ontwikkeling op het niveau gekomen waarin het denkvermogen actief is geworden. De mens moet gaan leren om de krachten en energieën te beheren en te beheersen

die verbonden zijn aan het gebruik van het denkvermogen. Kortom: de mens is een denker in opleiding.

Over denken en gedachten

Elk bewustzijn is per definitie waarnemend. Hoe zou het anders *bewust* kunnen *zijn*? Daarom vormt elk waarnemend bewustzijn voor zichzelf een lichaam, een voertuig, een manifestatie met zintuigen om zijn leefomgeving te kunnen waarnemen. Het menselijk bewustzijn heeft vele zintuigen, waarvan een vijftal op het uiterlijk gebied waarmee we kunnen zien, horen, ruiken, proeven en voelen. Met andere woorden, om de verschillende kwaliteiten van zijn omgeving te kunnen waarnemen om zo tot een hogere fase van bewust zijn te kunnen evolueren.

Over het evolutieproces valt natuurlijk veel meer te vertellen, maar wij willen u op dit moment alleen een oude wijsheid meegeven die betrekking heeft op het ontwikkelen van dat denkvermogen, namelijk dat aan iedere handeling een gedachte voorafgaat, dat het herhalen van een handeling leidt tot een gewoonte en dat de verzameling van gewoontes het karakter van de mens vormt. De ontwikkeling van ons karakter begint dus eigenlijk met de gedachte die we denken. In de vorige lezing hebben we gehoord dat er gebieden zijn die voor de op materie gerichte zintuigen van de mens niet waarneembaar zijn, maar wel voor het bewustzijn. Neem bijvoorbeeld een gedachte: hebt u wel eens een gedachte gezien of gehoord, geroken, geproefd

of aangeraakt in een stoffelijke vorm? Dit kunnen we wel met onze innerlijke zintuigen, zoals het denken. Om misverstanden te voorkomen maken wij dan ook een onderscheid tussen de begrippen ‘hersenen’ en ‘brein’. Onder ‘hersenen’ verstaan wij het lichamelijke orgaan in ons hoofd, de grijze massa zagezegd. Onder ‘brein’ verstaan wij de samenwerkende hersencellen als bewustzijn, als levende wezens, evoluerend net zoals elk ander levend wezen, met een bewustzijnsbereik van spirituele vermogens tot stoffelijk lichaam. En wij mensen kunnen met ons denkvermogen beelden vormen die door deze lagere bewustzijnsvormen als het ware kunnen worden ‘begrepen’. Wij komen later in deze lezing uitgebreid hierop terug.

Denken op zich is een mentaal proces waarvan het onderzoek onder een groot aantal verschillende wetenschappelijke disciplines valt. Ondanks het feit dat zoveel wetenschappelijke richtingen zich op ‘het denken’ hebben gestort, is er weinig concreets te vinden over wat dat ‘denken’ nu werkelijk is. Wel wordt er uitvoerig gesproken en geschreven over wat het denkvermogen teweegbrengt zoals herinneringen, gedachten, beeldvorming en ideeën. Maar wat denken is en waar het vandaan komt, daarvoor zijn wij voornamelijk aangewezen op aloude esoterische leringen die vanaf 1875 met een nieuwe impuls aan de wereld zijn doorgegeven.



In de Esoterische Wijsbegeerte van het oude India wordt het denkvermogen voorgesteld als een eigenschap van het universele bewustzijn. Bovendien vertellen deze

leringen ons, dat het denken van gedachten van een bepaalde spirituele graad buiten de hersenen om gaat. In zijn *Poimandres* verwijst Hermes Trismegistus op subtiële wijze naar de hoogste gedachten die een wijze moet inzetten voor het benaderen van de Waarheid met een hoofdletter W.

In ons hedendaags woordgebruik is ‘denken’ soms synoniem aan ‘geloven’; bijvoorbeeld, ‘Ik denk dat ik wat hoor’, betekent dan zoveel als ‘Ik geloof dat ik wat hoor’. Met een knipoog naar ‘Loesje’ zouden wij eraan toe willen voegen: ‘Ik hoor wat ik geloof’.

Denken is het waarnemen van gedachten

Hoe dan ook, denken en gedachten zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Met het denkvermogen beschikt ons bewustzijn over het vermogen om de gedachten te kunnen ontvangen en over te dragen.

Maar wat zijn gedachten eigenlijk? Gedachten zijn, zoals alles dat is, bewustzijn. Het zijn zeer primitieve, zeer onzelfbewuste bewustzijnen. Het menselijke bewustzijn werkt nauw samen met deze gedachte-bewustzijnen. De mens kun je opvatten als een centrum dat deze elementaire bewustzijnen, die gedachten, aantrekt. Nu kan geen enkel bewustzijn – geen enkel wezen – zonder een stoffelijke vorm bestaan. In feite helpt het menselijke bewustzijn deze gedachte-wezens zich te belichamen en zij helpen de mens om gedachten te kunnen denken. Er is overal in de natuur samenwerking!

Samenvattend kunnen we zeggen, een gedachte is een bewustzijn, hetzij zwak, hetzij krachtig, dat ons denkvermogen opvangt en vervolgens naar ons brein zendt. Ons brein ‘vertaalt’ de gedachte naar het uiterlijk gebied. Het vindt bijvoorbeeld de woorden om de gedachten in te kleden of het zet een lichamelijk proces in werking, bijvoorbeeld het bewegen van een arm. In de computerwereld spreekt men van een *interface* als bepaalde digitale informatie van een computer wordt omgezet in bijvoorbeeld een tekstuele of grafische vorm. Het brein kun je ook opvatten als een interface tussen het menselijk bewustzijn dat gedachten denkt en de uiterlijke wereld.

Het denkbewustzijn neemt dus gedachten waar. Het menselijk vermogen om te kunnen denken omvat een scala van mentale bewustzijnstoestanden van hoog tot laag. Zo kan de mens bijvoorbeeld over zichzelf den-

ken en is daarom zelfbewust, 'Ik denk, dus ik ben', aldus de Franse filosoof René Descartes.

U zult begrijpen dat je alleen maar datgene kunt waarnemen waarop je gericht bent. Iemand die nooit nadenkt over filosofie, zal geen filosofische gedachten waarnemen. Het is net als met televisiekanalen. Continu worden er over de hele wereld allerlei programma's uitgezonden, ook op dit moment, maar omdat u nu hier bent kunt u die programma's niet zien. U moet dus uw bewustzijn afstemmen op een mentale sfeer om een bepaald type gedachten te kunnen waarnemen.

Over denken en gedachten

- Gedachten zijn zeer primitieve bewustzijnen.
- Ons denkbewustzijn neemt gedachtebewustzijnen waar.
- Ons brein is een interface tussen het denken en de uiterlijke wereld.

Vertaalslag

Ik kom nog even terug op dat opvangen van gedachten. Ik zei dat ons bewustzijn gedachten waarneemt en dat die gedachten dan naar ons brein worden gezonden, als we ze willen omzetten in lichamelijke actie. Als we dit proces goed bekijken, zien we nogal wat elementen die daarbij betrokken zijn.

Ik breng dit naar voren omdat het duidelijk zal zijn dat als één van die elementen niet goed functioneert, de weergave van het oorspronkelijke beeld niet goed overkomt. Het is als met het kijken door een microscoop. De lens kan beschadigd zijn, onze ogen vermoeid of er is te weinig licht, allemaal factoren die ervoor kunnen zorgen dat wij geen helder beeld zien, terwijl het voorwerp zelf geen spat verandert en gewoon zichzelf blijft.

Er is ook 'de andere kant' van de communicatie: de luisterende mens heeft in wezen dezelfde uitdaging, om de boodschap van de spreker zo goed mogelijk te begrijpen zoals deze is bedoeld. De persoonlijke gerichtheid van de ontvanger kan ervoor zorgen dat hij de door u uitgezonden gedachte op zijn persoonlijke wijze opvangt en interpreteert. Nu begrijpt u misschien ook waarom mensen verschillende opvattingen kunnen hebben.

De verschillende aspecten van het denken

In ons denken kunnen wij verschillende aspecten onderscheiden:

Inspiratie; een denkaspect van zeer hoog spiritueel gehalte dat zich om die reden dan ook lastig laat omschrijven. Het is het opperste aspect van het denkvermogen en valt daardoor in het algemeen buiten het vermogen van de gemiddelde mens om de oorsprong ervan te kennen. De werkzaamheid van dit aspect zou bijvoorbeeld kunnen leiden tot een eenheidsbeleving. *Intuïtie, inzicht, begripsvermogen*; dit aspect biedt het vermogen om buiten de zuiver intellectuele redenering om het verband, de samenhang van hetgeen u hebt waargenomen te begrijpen. Zelfs al is dat in strijd met uw waarneming. U ziet, of beter, u neemt waar dat de zon ondergaat, maar u begrijpt dat de aarde om zijn as draait waardoor het lijkt of de zon ondergaat. *Intellectueel denken*; u weet wel, zo van driemaal drie is negen. Intellectueel denken is een belangrijk punt in de menselijke natuur. Het is het omslagpunt in ons bewustzijn (zie het bijgaande schema).



De witte bol stelt ons spirituele en dus onvergankelijke gebied voor, de iets grijzere bol verbeeldt de menselijke ziel, het lerende bewustzijn en de donkere bol geeft ons stoffelijke, materiële gebied weer. U ziet dat het hogere gebied van de lerende mens het spirituele gebied overlapt en dat het lagere gebied van de lerende mens het stoffelijke gebied overlapt.

Dit schema illustreert dat de mens zijn intellectuele denken kan inzetten voor spirituele, onvergankelijke zaken, maar evenzeer voor materiële zaken van vergankelijke aard. Op de totaliteit van het leven waarin men zichzelf als een onderdeel ziet, of gericht op

persoonlijke welvaart en bezittingen. Kortom, het algemeen belang of het persoonlijk belang.

Begeertedenken; misschien denkt u dat deze term voor zich spreekt, maar bedenkt u wel dat de wens om de mensheid te dienen ook een begeerte is. Evenals het intellect kan ook dit aspect van het denken onpersoonlijk of persoonlijk worden gebruikt.

Vitaliteit; dit aspect van ons denken staat helemaal in het teken van dadendrang. Iemand die door dit denkaspect beheerst wordt zal snel geneigd zijn om eerst te doen en daarna pas de situatie te beredeneren.

Gevoelsmatig denken; in deze toestand van denken gaan onze gevoelens en emoties met ons op de loop. Iemand die in deze toestand is geeft zijn niet-beargumenteerde mening in plaats van een visie die gebaseerd is op kennis en weten.

Lichamelijk denken; heel eenvoudig gericht op het lichaam zoals 'Ik heb honger', 'Die broek staat mij niet' en 'Ik heb een knallende koppijn'.

Hersenen als instrument van het waarnemende bewustzijn

De stoffelijke, de lichamelijke hersenen, zijn instrumenten van het menselijk denken. De hersenen vertalen als het ware de gedachten die ons bewustzijn waarneemt naar het uiterlijke gebied, en zij zijn tevens het zenuwcentrum van waaruit onze alledaagse lichamelijke activiteiten worden bestuurd. De hersenen produceren dus geen bewustzijn, zoals nog niet eens zo lang geleden als vanzelfsprekend door de wetenschap werd aangenomen, maar zijn het lichamelijke instrument voor het waarnemend bewustzijn.

De diverse delen van de hersenen vormen het samengestelde orgaan van het denkvermogen. Ze zijn als het ware de vormgever, de beeldvormer van alle hogere en lagere gedachten naar het fysieke gebied. Van oudsher zijn geleerden en filosofen bezig om het functioneren van de hersenen in kaart te brengen. Zo'n 2000 jaar voor onze jaartelling bestond er al een papyrusrol waarop een Egyptische onderzoeker de hersenmassa als besturingsapparaat van het lichaam had beschreven. De Grieken namen later het stokje over en schreven als filosoof, als geneeskundige of als natuurkundige over de hersenen. De Romeinen deden nog wat aanvullend onderzoek maar tot aan de renaissance was er nauwelijks wetenschappelijke interesse voor de her-

senfuncties. Vandaag de dag staan de hersenen in de belangstelling bij psychologen, psychiaters, neurowetenschappers, celbiologen, elektrofysiologen, anesthesisten, hersenchirurgen en filosofen.

Zonder hier verder op in te gaan geven wij voor de statistici onder u enkele opmerkelijke getallen. Bij de geboorte van een baby wegen de hersenen globaal zo'n 350 gram, zeg maar 25% van het gewicht van volwassen hersenen. Elke zenuwcel (neuron) heeft dan circa 2500 synapsen. Een synaps is het contactpunt tussen twee neuronen, een neuron en een spiervezel, of een neuron en een kliercel. Na drie jaar is het aantal synapsen toegenomen tot ongeveer 15.000 per neuron en ook het aantal neuronen neemt op verschillende plaatsen stapsgewijs toe zodat na zes jaar de hersenmassa op 90% van het volwassen volume is gekomen. Als orgaan zou je de hersenen *multi-tasking* kunnen noemen. Ze verwerken zintuiglijke waarnemingen en vanuit deze zintuiglijke waarnemingen sturen zij lichamelijke functies aan, ze controleren het lichaam en registreren afwijkingen. Zij zijn een kanaal voor informatie van en naar onstoffelijke gebieden van het bewustzijn. De complexiteit van de hersenstructuur is af te leiden uit de vele miljarden neuronen die elk afzonderlijk weer met duizenden andere neuronen in verbinding staan.

Elektrofysiologie

Elektrofysiologie is de tak van wetenschap waarin de elektrische eigenschappen van cellen en weefsels worden bestudeerd. Ze meet veranderingen in elektrische spanning of elektrische stroom op een zeer breed gebied: van een enkel ion-kanaal tot complete organen zoals het hart, dat noemen we dan elektro-cardiografie, of van de hersenen, en dat is bekend als elektro-encefalografie. Over de verschillende technieken om hersenactiviteiten te meten zoals EEG, MEG, CT, PET, MRI en hun hulpmiddelen valt veel meer te zeggen, maar dat valt buiten het bestek van deze lezing. Waar het om gaat is, dat er in onze hersenen elektrische stroompjes worden gemeten die in een elektro-encefalogram, in een EEG, worden weergegeven.

Wij maakten even dit wetenschappelijke uitstapje als bewijsvoering op het stoffelijk gebied voor hetgeen ons in de Esoterische Wijsbegeerte wordt geleerd, namelijk dat bewustzijn vibreert, dat elke graad, kwaliteit

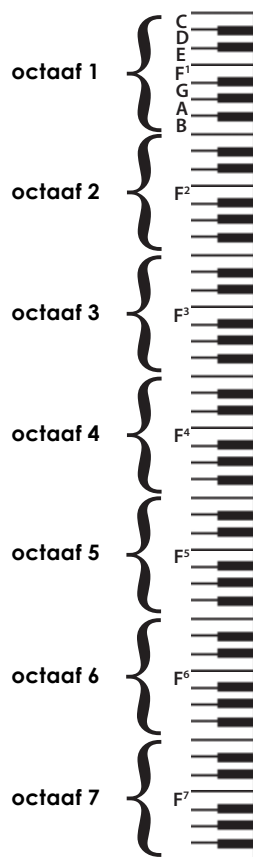
en toestand van bewustzijn een eigen kenmerkende frequentie genereert. Zowel scheikundigen als Theosofen zullen bevestigen dat atomaire trillingen, vibraties, frequenties – noem het zoals u wilt – met onze hedendaagse technieken meetbaar zijn als elektrische impulsen. De oude wijzen die ons de esoterische leringen nalieten wisten dit al vele duizenden jaren voordat graaf Alessandro Volta en André-Marie Ampère hun naam gaven aan elektrische spanning en stroom.

Wij hebben tot nu toe een aantal belangrijke punten met u besproken.

1. In de vorige lezing vertelden wij u dat alles, maar dan ook ALLES, bewustzijn is.
2. Eerder in deze lezing vertelden wij u dat gedachten als energieën kunnen worden beschouwd.
3. Zojuist vertelden wij u dat elke graad, kwaliteit en toestand van bewustzijn een frequentie genereert.

Het pianomodel

Bijgaand schema dient om weer te geven dat als van een octaaf een snaar van een bepaalde frequentie,



bijvoorbeeld de 'F', wordt aangeslagen, daardoor alle overige 'F'-snaren van alle andere octaven mee vibreren. Zo gaat het ook met bewustzijn. Gelijkaardige bewustzijnen communiceren op die manier met elkaar. Ze zitten zogezegd op dezelfde golflengte. Daarom kunt u met de ene persoon beter overweg dan met de ander. Daarom wordt de een meegezogen in een extase rond een voetbalwedstrijd en de ander, die niet op die golflengte is gericht, neemt afstand van het tumult. Als u de Matthäus Passion bezoekt heeft u een heel andere beleving dan wanneer u een dag in Duinrell doorbrengt. Dit is wat wij resonantie zouden kunnen noemen.

Overigens, mijn oma had dat pianomodel helemaal niet nodig. Zij zei gewoon: "Waar je mee omgaat, daar word je mee besmet."

Het gelijke resonanceert met elkaar, de hersencellen moeten dus een bewustzijnskant hebben, een overeenkomstig aspect hebben dat met ons denken overeenkomt. Bijvoorbeeld: uw hersencellen bevinden zich in een andere octaaf dan uw denkbewustzijn. De frequentie die uw denkbewustzijn genereert, zal hersencellen met diezelfde frequentie, hoewel enkele octaven hoger, laten mee vibreren. Als u dus een bepaalde frequentie regelmatig uitzendt zullen de overeenkomstige hersencellen even vaak mee vibreren en daardoor in goede conditie blijven. Bovendien bestaat de mogelijkheid dat andere hersencellen steeds meer door deze frequentie worden beïnvloed. Daartegenover staat, dat als u een bepaalde frequentie nooit uitzendt, de daarmee overeenkomende hersencellen dus nooit geactiveerd zullen worden en daardoor geleidelijk aan afsterven. Ook hier is training van belang.

U begrijpt wel dat als wij van plan zijn om ons leven meer spirituele inhoud te geven, omdat wij inzien dat het leven meer te bieden moet hebben dan het vergaren van geld en goederen, wij het beste kunnen beginnen met ons denken te richten op onze hogere natuur. Als u dat consequent doet en niet alleen op een regenachtige zondagmiddag omdat u toch niets anders te doen heeft, maar echt vanuit uw innerlijk hart om zo te zeggen, dan zult u zien dat u geconfronteerd wordt met gelijkgestemde mensen, situaties, literatuur en organisaties. Bovendien zullen vele hersencellen, neuronen en synapsen die in uw hersenen met uw nieuwe frequentie overeenkomen, als even zovele centra van

bewustzijn met u meewerken en de oude overbodige frequenties zullen geleidelijk aan uitdoven. Met andere woorden: uw bewustzijn bepaalt uw brein.

Wat zegt uiterlijke omvang?

Wetenschappelijke onderzoeken naar de relatie tussen hersenmassa en denkvermogen leveren interessante uitslagen op. Napoleon Bonaparte bijvoorbeeld had een hersenmassa van 1772 gram, terwijl Léon Gambetta, medeoprichter van de derde Franse republiek, aan minder dan 1100 gram voldoende had. Het gewicht van de hersenmassa, die overigens voor 78% uit water bestaat, blijkt dus onbelangrijk te zijn voor intellectuele vaardigheden. Een voorlopige conclusie zou ook hier kunnen zijn dat het bewustzijn een leidende rol speelt in ons denken.

Bewustzijn verandert de hersenen

Daartegenover staat dat de kracht van ons denken wel degelijk van invloed blijkt te zijn op de samenstelling van onze hersenmassa. Net zoals het al dan niet oefenen van onze spieren van invloed is op de spiermassa, zo blijkt het denken van invloed te zijn op onze hersenen.

Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat het regelmatig herhalen van een gerichte gedachte ertoe leidt dat het betreffende hersengebied zich fysiek ontwikkelt door meer neuronen en synapsen aan te maken. Zo hebben onderzoekers metingen verricht bij een aantal mediterende monniken en stelden vast dat in het hersengebied, dat daarbij betrokken is, het aantal neuronen en synapsen was toegenomen.

In een ander onderzoek oefende een groep vrijwilligers een week lang iedere dag twee uur een eenvoudig deuntje op de piano. Een tweede groep oefende ditzelfde deuntje maar dan alleen in gedachten. Bij beide groepen constateerde men dat het hersenoppervlak voor de vingermotoriek op de hersenschors flink was toegenomen.

Nu wij bekend zijn met de communicatie tussen het gelijke kunnen wij ook op deze situaties het pianomodel loslaten. Het is duidelijk dat de frequentie van een krachtige gedachte, zoals bijvoorbeeld door meditatie, zorgt voor een groeiend netwerk van gelijkgestemde hersencellen. En bij het oefenen van het pianodeuntje blijkt dat het gebied van de hersenschors niet zozeer

gevormd wordt door de fysieke oefening van de vingers, maar vergroot werd door het denkbewustzijn. De Theosofia stelt dat het spirituele bewustzijn in staat is om de stoffelijke vorm van het bewustzijn, de hersenen, te veranderen.

De plasticiteit van onze hersenen

Het individuele bewustzijn past de hersenen aan aan de ontwikkeling van dat bewustzijn.

Bewustzijn bewerkt de hersenen als instrument

Wij gaven u zojuist een aantal voorbeelden uit de wetenschappelijke praktijk en daar willen wij graag een aantal vanuit het spiritualistische standpunt aan toevoegen. Want de visie dat alle mentale processen noodzakelijkerwijze fysieke processen zijn is een veronderstelling, geen wetenschappelijk feit.

Dr. Jill Bolte Taylor, neuro-anatome, kreeg op 37-jarige leeftijd een beroerte. Een bloedklonter ter grootte van een golfbal bij haar linkerslaap drukte op de hersencentra voor taal. Zij hoorde en sprak onduidelijke woe-woe-woe klanken. Haar brein was op dat moment niet in staat om haar gedachten in woorden om te zetten, evenmin was haar brein in staat om woorden van buitenaf om te zetten in gedachtebeelden. Toch was zij redelijk helder bij bewustzijn. Daar lag het probleem niet. Het waren hersencellen, het instrument waarmee het bewustzijn naar de buitenwereld communiceert, die – gelukkig tijdelijk – defect waren. Door haar wilskracht was haar bewustzijn in staat om na enige jaren haar brein weer normaal te laten functioneren. Dit voorbeeld toont aan dat het fysieke proces van lichamelijk herstel werd aangestuurd door het individuele bewustzijn. In de bijdrage ‘Voorbeelden van veranderingen in het brein’ gaan wij verder op dit en andere voorbeelden in.

De levenstocht van de atomen van onze hersenen

Ondertussen is aangetoond dat onze hersenen plastisch zijn. Vanuit de Theosofia is dat ook wel logisch omdat alles bewustzijn is. En dat geldt natuurlijk ook voor de cellen van onze hersenen. In het begin van deze

lezing wezen wij u op het onderscheid dat wij maken tussen brein en hersenen. Onder ‘brein’ verstaan wij de samenwerkende hersencellen als bewustzijnen, als levende wezens, evoluerend net zoals elk ander levend wezen. Onder ‘hersenen’ verstaan wij het lichamelijke orgaan in ons hoofd.

Net als de mens is een hersencel dus een bewustzijn met hogere en lagere bewustzijnsaspecten en een fysieke vorm. ‘Zo boven, zo beneden’, luidt de beknopte vertaling van het hermetisch axioma. Het is het bewustzijn van de denker dat communiceert met het bewustzijn van de hersencel. Als onderdeel van het menselijk bewustzijn is het bewustzijn van de hersenen niet alleen de vormgever van het denken van de innerlijke mens, maar tevens het voertuig van de invloed van de gedachten.

Als ik u even terug mag nemen naar het pianomodel dan zult u begrijpen dat als u uw denken verandert, sommige hersencellen zich niet meer aangetrokken voelen tot de nieuwe situatie. Omdat u anders denkt stopt u de voeding van oude, overbodige gedachten. De hersencellen van uw hersenen krijgen een andere voeding. Sommige zullen afhaken, maar zeer waarschijnlijk zullen de meeste hersencellen, neuronen, synapsen, levensatomen noem ze maar op, door u worden opgetrokken naar een hoger niveau. U, als pianostemmer, stemt ze als het ware in een andere toon. Heel concreet helpt u zo de atomen van uw lichaam – uiteraard niet alleen van uw hersenen – in hun evolutieproces — een proces dat elke vorm van bewustzijn MOET ondergaan. Op hun beurt zullen al die geëvolueerde levensatomen van uw hersenen u gaan helpen bij het waarnemen van nieuwe gedachten en nieuwe denkbeelden.

De enige manier om ons brein te trainen om onze idealen, inzichten, en levensvraagstukken te begrijpen, is om ons denken te richten op onze hogere menselijke aspecten. We trainen dus feitelijk ons denken en niet onze hersenen. Die aspecten zijn geen dingen van buitenaf. Nee, wij hebben ze al kant-en-klaar in ons. Zij maken deel uit van ons totale mens-zijn.

Of dat veranderen van het denken vanzelf gaat? Nou nee. De wetenschap heeft vastgesteld dat het merendeel van ons denken tot gewoonte-denken behoort. Rokers en dieetvolgers onder u weten hoe lastig het kan zijn om een gewoonte af te leren.

De wederopbouw van onze hersenen

De mens is geen eenmalig wezen. Iedere incarnatie is een nieuwe kans om het beter te doen dan de vorige keer. Dan is het natuurlijk prettig als je een rugzakje hebt waarin al wat spirituele bagage zit.

Bij de ontwikkeling van de pasgeboren mens naar volwassenheid zien wij duidelijk dat het lagere het hogere volgt, dat het spirituele bewustzijn leidinggeeft aan de ontwikkeling van het stoffelijke bewustzijn. Anders gezegd, de lichamelijke ontwikkeling wordt door het bewustzijn aangestuurd.

Vanaf de geboorte tot aan zo om en nabij z'n 21e jaar vormt het bewustzijn voor zichzelf weer een aards lichaam. De geest involueert in de stof, terwijl gelijktijdig de stof, het lichaam, evolueert.

Vanaf zo'n 14 jaar tot aan het 21e jaar ontplooit het menselijke bewustzijn de hogere vermogens die hij in zijn vorige levens heeft opgedaan en ook de hersencellen volgen slaafs met het aanleggen van de verbindingen tussen de diverse hersendelen. In de hersenschors groeit in die periode een fijnmazig netwerk van synapsen en kunnen de functionaliteiten van de frontale hersenkwabben volledig worden benut. Op het spirituele gebied ontwikkelt het bewustzijn de karaktereigenschappen en karmische consequenties die het resultaat zijn van alle voorgaande levens, en zo rond z'n 21e is de mens de mens die hij van zichzelf heeft gemaakt. Er kan dus nooit meer uitkomen dan erin zit. Als wij nu in dit leven geen hogere idealen nastreven, moeten we niet verwachten dat ze ons de volgende keer komen aanwaaien. In feite kunnen we nu met ons denken een springplank creëren voor de volgende keer. En misschien hebben wij dat in ons vorige leven ook al gedaan; vandaar dat wij hier nu bij elkaar zijn om met elkaar van gedachten te wisselen over wat de mens werkelijk is en waartoe hij in staat is.

Het lijkt mij passend om deze lezing af te sluiten met de woorden van Gautama de Buddha:

Alles wat wij zijn is het resultaat van hetgeen wij hebben gedacht.



Toestanden van bewustzijn

Door welke bril kijk je?

Misschien kijkt u ook wel eens naar het journaal en vraagt u zich af of de vele problemen ooit op te lossen zijn. Zullen oorlogen altijd blijven bestaan? Op welke manier kunnen we het immigratiebeleid humaner laten verlopen? En hoe kunnen we ons staande houden in de vele veranderingen die op dit moment plaatsvinden in de samenleving? We zijn op zoek naar antwoorden, en vragen onszelf misschien af wat onze bijdrage zou kunnen betekenen in de wereld waarin we leven. Voor antwoorden op onze levensvragen hebben we inzicht en wijsheid nodig. Maar is wijsheid te vinden in ons brein? Of speelt ons bewustzijn hier een belangrijke rol in? We hebben u laten zien dat alles bewustzijn is en dat al die bewustzijnen met elkaar verbonden zijn, ÉÉN zijn. En u heeft zojuist kunnen horen dat de mens dan ook alleen maar kan bestaan dankzij de samenwerking van bewustzijnen.

In deze lezing gaan we verder op onderzoek en gaan we ontdekken waar we antwoorden kunnen vinden op al die levensvragen. We doen dat door op reis te gaan door de verschillende toestanden van bewustzijn. Hierdoor kunt u *zelf* ontdekken wat waar is en wat de mogelijkheden zijn om uw visie hierop uit te breiden. Het is belangrijk om ons te realiseren dat als we op ontdekkingsreis gaan in onszelf, we onze huidige denkgewoonten moeten loslaten. We zetten als het ware een oude bril af en nieuwe brillen op om de wereld en onze plaats daarin opnieuw te aanschouwen. Als het goed is krijgt u hiermee niet alleen een beeld van

de wereld en uzelf zoals het nu is, maar ook een beeld van hoe de wereld en uw rol daarin zouden kunnen en misschien wel moeten zijn.

Gandhi zegt in het boekje *Ethische religie*, dat de ziel twee vensters heeft. Door het ene ziet hij hoe hij is en door het andere hoe hij moet zijn.⁽¹⁾ We hebben dus het vermogen in ons een ideaal voor ogen te nemen hoe we willen zijn maar ook hoe de wereld eruit zou kunnen zien.

En kunt u zich dan voorstellen dat die nieuwe wereld die u kan waarnemen met uw nieuwe bril, steeds meer een werkelijkheid voor u zal worden als u zich erop concentreert en ermee vereenzelvigd? Want zoals u eerder hoorde: een belangrijke eigenschap van bewustzijn is, dat het wordt waar het zich op richt ofwel waar het zich mee identificeert. We zullen in ieder geval een poging wagen om te onderzoeken of dit klopt.

Verschillende toestanden van bewustzijn

We gaan eerst kijken naar de verschillende toestanden waar ons bewustzijn in kan verkeren. Een toestand van bewustzijn is namelijk wat anders dan bewustzijn *per se*. Bewustzijn kan in verschillende toestanden verkeren. Wakker zijn, slapen en sterven zijn toestanden waarin ons bewustzijn op verschillende gebieden kan verblijven.

We gaan ervan uit dat bewustzijn er altijd was, is en zal zijn; het is alleen de manier waarop bewustzijn zich kan uitdrukken wat aan verandering onderhevig is.

Ons bewustzijn verkeert afwisselend in de waaktoestand, de droomtoestand en de droomloze slaap.

Als we wakker zijn kan ons bewustzijn ook in verschillende toestanden verkeren. Denkt u maar aan de momenten dat we intellectueel aan het studeren zijn, dat we helemaal opgaan in een film of mooie muziek, of denkt u aan de wisselende emotionele buien waarin we ons boos, blij of verdrietig voelen.

Het is belangrijk om ons te realiseren dat we bepaalde toestanden passief ondergaan óf we hebben de kennis en het inzicht in onszelf ontwikkeld om boven bepaalde toestanden uit te stijgen. Dat laatste betekent dat we met volledige beheersing die toestand kunnen betreden, waardoor andere kwaliteiten van ons bewustzijn bewust naar buiten kunnen treden. Stel dat we vroeger heel erg ongeduldig waren maar dat hebben leren beheersen, waardoor we nu met veel geduld bepaalde situaties tegemoet kunnen treden.

Door ons in de verschillende toestanden te verdiepen trainen we ons onderscheidingsvermogen, waardoor we steeds beter een bepaalde toestand kunnen herkennen, en hierdoor kunnen kiezen hoe we in die toestand willen staan en hoe we dus in het leven staan.⁽²⁾

Waaktoestand, droomtoestand, droomloze slaap

De eerste toestand of het eerste gebied is de *waaktoestand*. Dit is voor ons de uiterlijke wereld waarin wij wakker zijn en waar we meer of minder zelfbewust onze ervaringen opdoen. We zullen hier straks wat uitgebreider op terugkomen.

De tweede toestand is de *droomtoestand*. Dit is een toestand waarin we verblijven als we gaan slapen. Het bewustzijn heeft zich teruggetrokken van het fysieke gebied en heeft ons lichaam verlaten. Ons bewustzijn functioneert dan op een ander bestaansgebied – een mentaal-gevoelsgebied – een andere bestaanswereld. Omdat we met dat gebied, met die wereld nog niet volledig vertrouwd zijn, kunnen we er niet volledig zelfbewust optreden. Hierdoor ondergaan we de ervaringen vooral passief omdat we er nog geen leiding over hebben.

De ervaringen die we daar ondergaan zijn een weerspiegeling van de emotionele gebeurtenissen die we overdag opbouwen en in deze slaaptoestand uitwerken. Denkt u maar aan een dag waarop we ruzie hebben

gehad met onze buurman of aan onze gelukzalige ervaringen als we verliefd zijn. Het is een gebied waar begeertes, angsten en emoties – zoals jaloezie en gelukzalige gevoelens – in thuishoren. Deze emotionele toestanden zullen we daar dan ook overeenkomstig ervaren. We zullen hier ook nooit iets anders oogsten dan we zelf hebben gezaaid. En dat kan van de dag ervoor zijn maar ook van langere periodes terug. Het is een iets meer innerlijke toestand van ons bewustzijn maar zeker nog niet een spirituele toestand. Het draait hier namelijk nog voortdurend om ons eigen persoonlijke ik en het ontbreekt ons nog aan een groots spirituele visie.

De derde toestand is de *droomloze slaap*. Het klinkt misschien gek, maar de droomloze slaap is een zeer spirituele toestand van ons bewustzijn. Het is spiritueel omdat het een toestand van zelfvergetelheid is. De persoonlijkheid speelt hierin geen rol meer. Omdat de spirituele kwaliteiten in het dagelijkse leven bij de meesten van ons nog niet de overhand hebben, kunnen we in deze spirituele toestand ook nog niet zelfbewust ervaringen opdoen. Daarom is het voor ons een droomloze slaap. Als we veel verder ontwikkeld zouden zijn, konden we hier gewoon, net als in het waakbewustzijn, ervaringen opdoen. Maar omdat dit voor verreweg de meeste mensen niet het geval is, ervaren we niets of weinig en nemen we ook niets of heel weinig bewust mee als we weer wakker worden. Deze toestand is geen ‘uitgedoofd bewustzijn’, maar juist een uiterst actief bewustzijn, op spiritueel niveau. Toch kunnen we soms wel iets ervaren van deze bewustzijnstoestand. Als we bijvoorbeeld gaan slapen met een vraagstuk over het leven of we willen iemand helpen waarin het belang van de ander vooropstaat, dan kan het gebeuren dat we wakker worden met een inzicht in de oplossing. Op deze manier hebben we vanuit ons hogere bewustzijn een ervaring meegenomen naar ons waakbewustzijn.

De vierde toestand is de eenheidsbeleving. Dit is voor ons nog heel moeilijk om daar een voorstelling van te maken. Deze toestand van bewustzijn is volgens de wijsheidsliteratuur ‘nog duizendmaal spiritueler dan de derde toestand’. Dit bewustzijnsniveau heeft de gemiddelde mens nog niet ontwikkeld.

U ziet: ons bewustzijn kan in verschillende toestanden verkeren.

Drie brillen, drie visies

Welnu, in ons dagelijkse leven – onze waaktoestand – kunnen we het leven vanuit verschillende visies bekijken. Visies die overeenkomen met de hiervoor genoemde toestanden. Dus in de waaktoestand kun je ook weer een aantal subtoestanden of visies onderscheiden, die we voor nu brillen zullen noemen. We hebben een materialistische bril die overeenkomt met de waaktoestand, een mentaal-emotionele bril die overeenkomt met de droomtoestand en een spirituele bril die overeenkomt met de droomloze slaap. En we hebben ook nog een vierde bril maar deze bril is echter voor ons zo abstract, dat we vandaag gemakshalve van de eerste drie brillen uitgaan.

De bril waardoor u kijkt is bepalend voor uw visie op het leven. Vanuit welke visie je naar de dingen kijkt bepaalt dan ook wat je ziet en wat je ervaart.

Door je materialistische bril neem je alleen waar via je zintuigen, je reageert vanuit hoe de buitenwereld op je overkomt. Het merendeel van de mensen beschouwt de wereld van zintuiglijke waarnemingen, gedachten, gevoelens en stoffelijke dingen als de enige werkelijkheid. Ze gaan ervan uit dat, zodra hun lichaam niet meer functioneert, hun leven ophoudt. Hun ideeën zijn gebaseerd op de gedachte: ‘je leeft maar eenmaal’. Dit wordt ook wel de hal van onwetendheid genoemd. En met onwetendheid wordt dan bedoeld dat we nog geen besef hebben van de kracht achter de uiterlijke wereld.

Door je mentaal-emotionele bril neem je alles waar vanuit jezelf. Je reageert vanuit je eigen standpunten op basis van je eigen gevoel, je eigen verlangens en persoonlijke vooroordelen op de buitenwereld. We creëren hiermee een persoonlijke gevoelsmatige werkelijkheid. We maken dan keuzes in het leven omdat het goed aanvoelt. In deze toestand zijn we misschien iets minder gericht op het uiterlijke leven, maar we zijn zeker niet spiritueel omdat we nog bewust zijn van onze persoonlijkheid. Ons ik speelt altijd een dominerende rol. We voelen wel dat er meer moet zijn, maar je kan het nog niet helemaal plaatsen. We ervaren dan iets van een andere toestand van ons bewustzijn maar het is nog vaag. We kunnen het ook vergelijken met wanneer we fantaseren en dagdromen. Alles is mogelijk in onze fantasie maar we kunnen het niet concreet maken. We kunnen geraakt worden door het leed van een ander maar missen nog het begrip en dieper in-

zicht om diegene zinvol bij te staan.

Door je spirituele bril neem je geen onderscheid meer waar tussen jezelf en de buitenwereld. Alles hangt met elkaar samen. In die spirituele toestand is de waarnemer gelijk aan het waargenomen. We maken dus geen onderscheid meer tussen onszelf en de wereld om ons heen. We zien de totale samenhang en eenheid van alles. We zien de uiterlijke wereld als het gevolg van een grotere Werkelijkheid. Het gaat niet meer om persoonlijke belangen, het algemeen belang staat voorop. Doordat we het leven vanuit een groter perspectief bekijken kunnen we hierdoor de oorzaken en gevolgen waarnemen van de gebeurtenissen die om ons heen plaatsvinden. We weten dan ook dat de oplossingen hiervoor in de mens zelf besloten liggen.

Toestanden van bewustzijn

1. Waaktoestand
 - Materialistische bril
 - Mentaal-emotionele bril
 - Spirituele bril
2. Droomtoestand
3. Droomloze slaap
4. Eenheidsbeleving

Je visie bepaalt wat je ziet en wat je ervaart

Samenvatting

Als we dit nu samenvatten dan kunnen we zeggen dat we door onze materialistische bril alleen de materie zien, de buitenkant. We denken afgescheiden te zijn van de ander.

Met onze mentaal-emotionele bril op, reageren we op basis van onze eigen emoties en gaan we uit van onze eigen standpunten.

Door onze spirituele bril zien we de eenheid van alles.

De verschillende toestanden in ons dagelijks leven

We kunnen op één dag verschillende brillen op hebben. Welke bril we op hebben, wordt bepaald door welke vermogens we in onszelf aanspreken en welke we sluimerend op de achtergrond laten.

Als we bijvoorbeeld trek krijgen om iets te eten en daaraan gehoor geven, dan zijn we gericht op onze

lichamelijke toestand. Maar als we 's middags diep in ons werk verzonken zijn en daar zo in opgaan, dan kan het gebeuren dat we helemaal vergeten te eten. Op dat moment hebben we onze lichamelijke toestand op de achtergrond geschoven, omdat we ons werk belangrijker vonden.

Dit is ook van toepassing op een emotionele toestand. We kunnen vanuit een emotie reageren, wat vaak leidt tot niets, maar we kunnen ook vanuit begrip en inzicht reageren waardoor we de situaties beter kunnen oplossen; hiermee hebben we onze hogere vermogens wat meer op de voorgrond geschoven.

Dit is geen statisch proces, want het gaat continu over van de ene toestand naar de andere. Het ene moment voelen we ons blij, of hebben we honger, het andere moment zijn we intellectueel bezig met een vraagstuk, en later verdiepen we ons in het wereldgebeuren. We kunnen daar uiteindelijk zelf richting aan geven, al naargelang onze wilskracht, en doelstelling.

De kwaliteit van ons bewustzijn kan dus variëren van lichamelijke bezigheden zoals sporten of koken tot meer spirituele kwaliteiten zoals het zich verdiepen in levensvragen.

Als we naar de wereld om ons heen kijken zien we in het algemeen dat de spirituele kwaliteiten nog niet echt de overhand hebben. Persoonlijke belangen staan meestal op de voorgrond. We bekijken de wereld door de twee lagere brillen, waardoor het leven vanuit mededogen op de achtergrond staat.

Onze visie is nog beperkt, maar we hebben alles in ons om deze visie steeds spiritueler te laten worden. De meer spirituele kwaliteiten zijn echter sluimerend in ons aanwezig omdat we met ons dagelijks bewustzijn daar nauwelijks op gericht zijn. We realiseren ons vaak nog niet welke invloed het spirituele bewustzijn zou kunnen hebben op het grote geheel.

Toch zijn er van die korte momenten dat we iets van die invloed vanuit onze hogere natuur ervaren. Denkt u maar aan die korte aha-momenten. U herkent dat vast wel, 'er gaat mij een licht op' wordt er ook wel gezegd.

Drie visies op drie wezenlijke vragen

Tussen die drie verschillende manieren van kijken wisselen we per dag nogal eens. De drie brillen – die drie visies op het leven – zullen we nu gaan toepassen op verschillende vraagstukken.

We zullen ons brein onder de loep nemen. We gaan onderzoeken waar we waarheid denken te vinden en we gaan ons verdiepen in het begrip 'helpen'. Want vaak willen we met alle goede bedoelingen helpen maar de vraag is of we dan ook echt iemand helpen. Zou het kunnen zijn dat helpen inhoudt dat de ander leert zichzelf te helpen? We zullen het onderzoeken.

Wat is ons brein?

We gaan nu eerst met onze drie brillen onderzoeken op welke wijze we naar een brein kunnen kijken.

Als we door onze *materialistische bril* naar een brein kijken, dan zien we dat miljarden hersencellen alles regelen wat we denken en doen. Ze regelen onze bewegingen, onze zintuigen, gevoelens, geheugen en alles wat we zeggen. We zijn met die bril op van mening dat hoe meer we onze hersenen gebruiken, des te beter ze kunnen werken en des te beter we kunnen functioneren.

De veranderingen die in het opgroeiende kind plaatsvinden, schrijven we dan toe aan het puberbrein. Dat brein verandert en daarom zou ons kind zo onhandelbaar zijn. Er wordt namelijk van alles afgebroken en aangemaakt in het puberbrein. Als we deze kennis delen met onze kinderen, dan kan het zomaar gebeuren dat je dochter iets uitspookt en dan naar je toekomt en zegt: "Ja mam daar kan ik echt niets aan doen, dat komt door mijn hersenen!"⁽³⁾

Als we menen dat we enkel ons lichaam zijn, gaan we er ook van uit dat die hersenen op een raadselachtige manier ons bewustzijn produceren. Maar toch weten we vanuit onze materialistische bril bekeken nog niet hoe dat precies in elkaar steekt. Want niemand heeft nog in de hersenen kunnen ontdekken waar het gevoel van ik-besef zit, waar het gebied van zelfbewustzijn is. Er zijn wetenschappers en filosofen die beweren dat het ik-gevoel een samenwerking is van al die miljarden hersencellen, maar meer dan een vage theorie is dit niet, het is op geen enkele manier ooit bewezen.

Als we door onze *mentaal-emotionele bril* naar een brein kijken, dan hebben we al een gevoel dat we zelf een invloed hebben op ons brein. We gaan ervan uit dat onze mentaal-emotionele gesteldheid bepaalt hoe ons brein werkt. Dit idee vinden we terug bij verschillende wetenschappelijke onderzoeken waarin gesteld wordt dat meditatie een langdurige invloed heeft op

het functioneren van het brein.⁽⁴⁾ Als we vanuit dit standpunt gezien kijken naar het brein, dan gaan we ervan uit dat onze denkwijze, de manier waarop we ons voelen, bepalend is voor het brein.

Door onze *spirituele bril* gezien, hebben we het besef dat in essentie grenzenloos bewustzijn de werkzame kracht is achter het brein. We weten dat de Mens een reïncarnerend wezen is met grenzenloze mogelijkheden en tijdloos in de KERN. We weten dat ons lichaam met zijn brein een tijdelijk instrument is, maar niet essentieel voor wat we werkelijk zijn.

Wat is ons brein?

1. Materialistische bril: verzameling hersencellen die bewustzijn produceren
2. Mentaal-emotionele bril: ons gevoel bepaalt ons brein
3. Spirituele bril: brein is instrument van ons bewustzijn

Waar denken we waarheid te vinden?

Nu gaan we met onze verschillende brillen op onderzoek naar waarheid: waar denken we waarheid te vinden?

Door *onze materialistische bril* bekeken denken we waarheid te vinden in de uiterlijke wereld. Het gaat dan om het verzamelen van uiterlijke feiten. We denken dat de wereld en de mens is zoals we hem zintuiglijk waarnemen. Hij heeft zichzelf niet gemaakt. Het is niet haalbaar voor ons om alle gebeurtenissen die we in de wereld waarnemen op te lossen. We voelen ons afhankelijk van de uiterlijke omstandigheden, ons DNA, ons brein. We gaan ervan uit dat we in de materie alle antwoorden kunnen vinden.

Met *onze mentaal-emotionele bril* op weten we dat de waarheid in onszelf zit. We leren dat hoe wij naar de wereld kijken bepalend is voor wat er allemaal gebeurt en dat we dat kunnen veranderen. Maar we vullen het wel in vanuit onze eigen standpunten. We voelen ons nog afgescheiden van de buitenwereld. Er is nog geen inzicht dat alles met elkaar samenhangt.

Door *onze spirituele bril* gezien, vinden we waarheid in het bewustzijn als oorzaak van alle dingen. We zullen waarheid vinden in universaliteit. En dat wil zeggen dat wat voor de een opgaat ook voor alles

moet opgaan. Als we door deze bril kijken naar de wereld waarin wij leven dan bekijken we alles vanuit een groter perspectief. We overzien als het ware het hele boek, en gaan niet uit van slechts één pagina. Hierdoor weten we dat bijvoorbeeld het verschil tussen rijkdom en armoede of de situatie rondom het milieu problematisch zijn, maar met onze spirituele bril op zullen we heel andere oplossingen bedenken. Het zijn situaties gecreëerd door de mensen zelf omdat ze aan hun *eigen* welvaart en bezit zoveel waarde hechten, terwijl dit in de eeuwigheid van bewustzijn zeer tijdelijke toestanden zijn. Door het ontwikkelen van inzicht ontdekken we een grotere waarheid omtrent het leven. We zien dat alle mensen nauw met elkaar verbonden zijn waardoor onze functie van mens-zijn een heel andere betekenis krijgt.

Waar denken we waarheid te vinden?

1. Materialistische bril: in de uiterlijke wereld
2. Mentaal-emotionele bril: in ons gevoel
3. Spirituele bril: in het universele bewustzijn

Hoe help je?

Nu gaan we onderzoeken op welke verschillende manieren we kunnen helpen en gaan we kijken waar het toe zal leiden.

Door *onze materialistische bril* gezien zal de hulp gericht zijn op fysiek niveau. Dit kan bijvoorbeeld op gezondheidsniveau zijn. We nemen dan bijvoorbeeld een aspirine als we hoofdpijn hebben. Op dat moment verlicht het ons ongemak. We kunnen het ook verder doortrekken naar bijvoorbeeld het bieden van hulp aan landen waar armoede heerst. We doneren een bedrag waarmee bijvoorbeeld goederen of medicijnen of voedsel ingeslagen worden en terecht kunnen komen in de gebieden waar het zo ontzettend hard nodig is. Op deze manier bieden we ondersteuning aan de mensen. Dit is noodzakelijk om te doen. Alleen kunnen we hierbij de vraag nog stellen hoe we de *oorzaak* van het probleem kunnen oplossen.

Met *onze mentaal-emotionele bril* op, helpen we met een gevoelsmatige toestand. We willen dat de ander zich weer goed gaat voelen, weer gelukkig is. Als we door de problemen en het leed van anderen diep geraakt worden, kan het gebeuren dat we zelf emoti-

oneel worden. We hebben ons dan zo verplaatst in de ander dat we zelf mee lijden. We willen helpen en zullen gaan reageren vanuit hoe wij denken wat goed kan zijn voor de ander. We projecteren daarmee onze eigen ideeën op hem. Maar weten we wel wat goed is voor hem als we hem niet volledig kennen? We hebben immers nog niet de volledige kennis over onszelf omdat we nog niet uitgaan van het in essentie goddelijk bewustzijn. We missen hierdoor het inzicht waardoor de situatie is ontstaan, dus waar zouden we dan onze kennis op kunnen baseren om te weten wat die ander nodig heeft?

Kijkend door *onze spirituele bril*, helpen we vanuit inzicht en onderscheidingsvermogen; we zien de rechtvaardigheid van het leven zelf en weten daarom wat er nodig is om de ander te helpen. Het leven lijkt soms wel onrechtvaardig. Want waarom wordt er bijvoorbeeld een kind geboren in een vluchtelingenkamp? Maar als je het vanuit het grote perspectief beschouwt, begrijp je meer van oorzaak en gevolg en zelfs als je niet precies weet welke oorzaken er voorafgingen aan een vreselijke oorlog, begrijp je toch dat het voortkomt uit de mens zelf. En dat besef stimuleert juist tot hulp, tot mededogen. Onze hulp is niet zinloos. We kunnen namelijk op zo'n manier helpen dat de ander leert zichzelf te helpen. We bieden de ander de mogelijkheid om hierdoor zijn eigen vermogens te ontdekken en te activeren.

Als we deze manier van helpen zouden toepassen in de wereld dan zullen we een humanere mentaliteit ontwikkelen. We zullen bijvoorbeeld vluchtelingen de kans bieden om hier veilig te verblijven. Eventueel zouden we ze kunnen helpen om veranderingen in hun thuisland aan te brengen, zodat ze daar weer veilig kunnen wonen en een bijdrage kunnen leveren aan een betere situatie daar.

Helpen op een manier waarop de ander leert zichzelf te helpen is gebaseerd op de Râja-Yogamethode. Katherine Tingley bracht deze methode vanuit de Theosofia weer naar voren. Ze ging dan ook uit van de visie dat het goddelijke in alles aanwezig is. Ze reikt ons belangrijke sleutels aan waarmee jonge kinderen al leren *hoe* te denken in plaats van *wat* te denken. Door anderen te helpen ontwikkelen ze hun innerlijke vermogens. Mocht u hier meer over willen weten dan bent u bij dezen van harte uitgenodigd voor het

volgende symposium waar we het uitgebreid over dit onderwerp zullen hebben.

Hoe help je?

1. Materialistische bril: met fysieke middelen
2. Mentaal-emotionele bril: door mee-lijden
3. Spirituele bril: door wegnemen oorzaken

Van brein-denken naar Universeel-denken

Als we ons verdiepen in de vele idealisten in de wereld – denkt u maar aan Nelson Mandela, Gandhi of Martin Luther King – dan kunnen we daar veel van leren. In de bekende 'I have a dream'-toespraak van Martin Luther King presenteerde hij aan de mensen zijn droom, zijn ideaal.⁽⁵⁾ Een ideaal dat gebaseerd is op rechtvaardigheid en gelijkwaardigheid. Dit is een voorbeeld waarin we universaliteit kunnen herkennen. We zien ook in hun leven dat het begint met het vormen van een ideaal waarin het werkelijke begrip van 'mededogen' tot uitdrukking kan komen. Hun inzichten en kennis brengen ze belangeloos in voor een groter geheel. Ze inspireren anderen door zelf een levend voorbeeld te zijn van het ideaal dat ze voor ogen hadden.

Samenwerken, tolerantie, vertrouwen op basis van inzicht en kennis, inlevingsvermogen en mededogen zijn allemaal kwaliteiten die nodig zijn om grotere idealen tot uitdrukking te brengen.

Het zijn kwaliteiten die allemaal in ons aanwezig zijn en die we nu al kunnen gebruiken. Iedereen kan op zijn eigen manier iets betekenen voor iemand anders. Een kind kan een voorbeeld zijn voor een ander kind, we kunnen onze functie als ouder naar beste vermogen vervullen, of als werknemer en werkgever kunnen we pogen om in samenwerking met elkaar onze idealen te behalen. Wanneer we leven naar onze hoogste idealen met een groter belang voor ogen dan zullen we zeker een bijdrage kunnen leveren op het wereldtoneel. Want vanuit het besef dat eenheid en verbondenheid een feit is, zien we door onze spirituele bril wat het gevolg kan zijn van een leven in mededogen.

Wees de verandering die je wenst in de wereld⁽⁶⁾

We hebben tot nu toe een innerlijke reis gemaakt. We

hebben kunnen ontdekken dat we vanuit verschillende toestanden van ons bewustzijn kunnen waarnemen. En door welke bril – of vanuit welke toestand – we kijken, bepaalt wat we zien en wat we ervaren. We hebben ook kunnen ontdekken dat we wijsheid kunnen vinden in de hogere bewustzijnstoestanden. Ons inzicht in de drie brillen biedt ons een visie op het leven. Hierdoor kunnen we zelf bepalen welke functie we willen vervullen in de wereld waarin we leven. We hoeven alleen nog maar te leren hoe we er uitdrukking aan geven.

U kunt hier vanmiddag al mee aan de slag gaan in de workshops; ze zijn bedoeld om die ontdekkingsstocht zelf te maken — en te ervaren wat de resultaten zijn als we een spirituelere bril opzetten.

Referenties

1. M.K. Gandhi, *Ethische religie*. Ingeleid en vertaald door Carolus Verhulst, Mirananda, Wassenaar 1978, 4e druk, blz. 32.
2. Over de vier verschillende toestanden van bewustzijn: Nils A. Amnéus, *Het levensraadsel*, Theosophical University Press Agency, Den Haag 2002, hoofdstuk 5; Mandukya Upanishad, bijvoorbeeld in de vertaling van S. Radhakrishnan; T. Subba Row, 'Occultism of Southern India'. Artikel in: *Esoteric Writings of T. Subba Row*. The Theosophical Publishing House, Adyar 1980, artikel 9; Barend Voorham, 'Dromen in vele soorten en maten'. Artikel in *Lucifer*, jaargang 26, februari 2004, nummer 1, blz. 10-16; Barend Voorham, 'Esoterische Wijsheid uit India – deel 4'. Artikel in *Lucifer*, jaargang 27, april 2005, nummer 2, blz. 36-45.
3. Hendrik Spiering, 'Ik wil geen ruzie maken – dat doen mijn hersenen'. Artikel in *NRC* d.d. 6 juni 2006.
4. Diverse artikelen in *Frontiers in Human Neuroscience*.
5. Martin Luther King, 'I have a dream'-toespraak: www.youtube.com/watch?v=smEqnklfYs.
6. Citaat toegeschreven aan M.K. Gandhi: http://en.wikiquote.org/wiki/Mahatma_Gandhi.



Baas in eigen brein? – Uitkomst workshops

Hoe ons bewustzijn ons brein verandert

Op basis van de ochtendpresentaties werden in de workshops de volgende vragen besproken.

- *Kunt u iets noemen wat niet reageert en ageert?*
- *Bent u een brein of heeft u een brein?*
Er zijn mensen die een ernstige hersenbloeding hebben gehad en als gevolg daarvan lichamelijk gehandicapt zijn. Ze kunnen bijvoorbeeld niet of nauwelijks meer praten. Toch kunnen sommigen van deze mensen, na een intensieve therapie, weer op hun oude niveau presteren. Ze leren weer spreken. Hersenscans tonen aan dat andere delen van het brein de spraakfunctie hebben overgenomen.
- *Hoe kun je dit verklaren met de informatie uit de drie lezingen?*

De procedure die is uitgedacht is als volgt: een vraag in de workshops komt op het scherm. Dan krijgen de workshopleiders de gelegenheid de visies van hun groep te presenteren. Met hun visies gaan we dan verder, en kan ieder van u vragen stellen. Op deze manier plukt iedereen de vruchten van alle workshops en delen we de ervaringen.

De eerste vraag was: *kunt u iets noemen wat niet reageert en ageert?*

Workshop 1

Een aantal workshopleden zei: “niets, er is niet iets

aan te wijzen wat daaraan voldoet”. In actie komen en reageren onttrekt zich soms aan je zintuigen, het kan onzichtbaar zijn, maar vindt steeds plaats.

Er kwam ook een aantal vragen naar voren. Allereerst: kan het Grenzenloze, dat vanochtend in de lezingen is genoemd, ageren en reageren? Een andere discussie ging over of er als je mediteert – waarbij je innerlijk rustig en stil wordt – sprake is van actie en reactie. Sommigen zeiden: “ja, want je gaat zelf die meditatie in en je gaat er zelf uit. Je bent dus zeker wat aan het doen”. En de laatste discussie ging over de periode na de dood, dus tussen twee levens in. Dan ben je je ervaringen als het ware aan het verteren en verwerken, je bewustzijn inter-ageert eigenlijk met je eigen ervaringen — kun je dan ook spreken van actie en reactie?

Workshop 2

Ons gesprek begon met de vraag ‘als je niet reageert, is dat dan eigenlijk ook reageren?’ De conclusie van onze groep was dat het dan nog steeds reageren is, want je kiest ergens voor. De volgende vraag was: kan je waarnemen zonder dat je reageert, dus puur waarnemen? Iemand kwam met het voorbeeld van een foto. Dat lijkt een heel objectieve waarneming. Eén reactie hierop was: ja, maar het nemen van een foto is eigenlijk subjectief, want vanuit welk perspectief doe je dat en wat belicht je feitelijk. En degene die naar de foto kijkt, bekijkt deze ook vanuit een

bepaald perspectief. En als je foto's na jaren weer terugziet, dan zijn ze verouderd en hebben gele randjes — wat ook een soort reactie is. Kortom, we kwamen er niet onderuit te stellen, dat er ook bij een foto een soort actie-reactie is.

Wat we verder zagen is dat alles wat zich manifesteert actie-reactie is. En toen *dat* eenmaal was geconcludeerd zei iemand: “oké, dus alles uit de oerknal is actie-reactie”. En toen *dat* eenmaal was geconcludeerd zei iemand: “oké, dan is er dus ook een kracht achter de oerknal” — en daar zijn we opgehouden.

Workshop 3

We noemen twee of drie heel interessante reacties naar aanleiding van die eerste vraag. Er werd nadrukkelijk gezegd: “ja, er is voortdurend actie en reactie, maar hoe dat loopt hangt af van de vraag hoe sterk bewust-zijnen op elkaar zijn afgestemd”.

Soms zijn er gevolgen die je helemaal niet waarneemt, omdat die buiten je interesse of bereik liggen. Soms heb je niet door wat de gevolgen voor anderen zijn van wat je doet. We kopen bijvoorbeeld dingen in de winkel — wat betekent dat voor wat er in Afrika of Japan gebeurt? En als we een gedachte denken, wordt die misschien wel in Australië door iemand opgepakt. Er is misschien wel veel meer actie en reactie dan we vermoeden. Onze visie hierop kan zich nog enorm uitbreiden.

En ook bij ons was er de vraag: hoe zit dat met de Oneindigheid?

Workshop 4

De groep heeft zich flink uitgedaagd gevoeld om toch een aantal voorbeelden te bedenken over dat iets niet ageert of niet reageert. Allereerst was er ook bij ons die vraag over de Oneindigheid of het ‘Beginsel’, zoals het ook genoemd werd. Dus het lijkt me boeiend als je daar straks meer over zegt.

Ten tweede noemde iemand de ‘stille getuige’, de ‘waarnemer’. Daarmee werd vermoedelijk de ‘Stille Wachter’ bedoeld, zoals we dat in de Theosofie noemen. De vraag was, of een bewustzijn dat de top van een kleinere of grotere hiërarchie is, ageert en reageert? Op natuurkundig gebied kwam er een vraag over bevroren eicellen: daar zit *echt* geen leven in, die bewegen en ageren en reageren toch niet?

Workshop 5

In onze workshop hebben we een aantal vragen besproken en die hebben we zelf weten op te lossen. Onder andere: is een tafel dode stof? En wat gebeurt er met ons lichaam als ons bewustzijn zich heeft teruggetrokken? Iedereen heeft zelf zijn oplossingen gevonden op basis van — en het is leuk om dat te vermelden — de heldere lezingen van vanochtend.

Workshop 6

Onze workshop kwam ook tot de conclusie dat alles ageert en reageert, nadat we twee voorbeelden hadden besproken. Als eerste: een bewusteloos lichaam lijkt bewegingsloos. Daar werd tegenin gebracht dat ons lichaam wel reageert en dat het menselijk bewustzijn op dat moment ergens anders vertoeft — en waarschijnlijk ook reageert en ageert.

Er werd ook demonstratief een bril op een tafel neergelegd, in de trant van ‘die reageert niet’. Maar degene die dat deed zei zelf al: “ja, maar die bril bestaat uit een heleboel atomen en die reageren wel op elkaar”. Ook werd het ‘absolute nulpunt’ even ter sprake gebracht. Maar ook dat probleem werd vlot geattaqueerd.

Hierna gaf Herman C. Vermeulen een reactie op de vragen die uit de workshops kwamen — steeds direct gevolgd door een levendig debat met de zaal.

Beweegt de Oneindigheid?

We beginnen met de vraag of de Oneindigheid ageert en reageert. Dat is een echte hersenkraker, om zo te zeggen. Want per definitie gaat die Oneindigheid, zoals die wordt omschreven in *De Geheime Leer*, ons menselijk voorstellingsvermogen te boven. En dat is precies de moeilijkheid, want als we toch iets over die Oneindigheid willen zeggen, kunnen we alleen zeggen: het is niet dit en het is niet dat. En met die ontkenningen moet je oneindig doorgaan — en dat is zonde van je tijd. Daarom wordt in het Buddhisme gezegd: de beste voorstelling ervan is ‘Leegte’, oftewel, je kan je er helemaal niets van voorstellen en je kan er ook geen enkele eigenschap aan toekennen.

Als we nu willen nagaan of het Oneindige ageert of reageert, dan kunnen we eigenlijk alleen dit zeggen: ageren en reageren is altijd gekoppeld aan bewustzijn, en *bewust zijn* heeft altijd te maken met belichaming

en dus begrenzing — hoe subtiel, hoe spiritueel, of juist hoe materieel die manifestatie ook is. Misschien gaat die manifestatie ons voorstellingsvermogen wel helemaal te boven. Toch is ze er. Oftewel de Oneindigheid is geen bewustzijn. Soms wordt het in de literatuur ‘bewustzijn *per se*’ genoemd, omdat het de bron is waar alles uit voortkomt. Maar zelf is het geen bewustzijn.

Tegelijk moet je je realiseren dat bewustzijn automatisch met acties en reacties te maken heeft. Mijn collega Barend Voorham en ik hebben een paar keer met groot genoeg mentaal getennist over: wat is er nu eerder, actie-reactie of bewustzijn? Uiteindelijk hadden we een redelijke consensus. Die twee zitten zo dicht bij elkaar, die kun je als het ware niet van elkaar lostrekken.

Kortom: die Oneindigheid ageert of reageert niet, omdat bewegen een beperkte activiteit is. Terwijl die Oneindigheid – in zijn mogelijkheden en zijn *oneindige* beweging – onbeperkt is. Filosofisch gezien kan het dus niet. Je kan er geen eigenschappen aan toekennen, je kan niet zeggen dat het bewustzijn is, je kan ook niet zeggen dat het zelfbewustzijn is, je kan dus ook niet zeggen dat het ageert en reageert.

Vraag

Ik vraag mij af of de drang of behoefte om je weer te manifesteren, voortkomt uit dat Oneindige. Als dat zo is, komt er in die Wortel wél een reactie op gang.

Antwoord

Ik ken een mooie buddhistische vergelijking: we kunnen ons het Oneindige voorstellen als een Oceaan die *is*. Die Oceaan bestaat uit een oneindig aantal wezens of ‘bewustzijnen’ en er ontstaan voortdurend golven in die oceaan. En één zo’n golf noem ik Herman Vermeulen. Ik ben eigenlijk een rimpel in die totaliteit. Heel vaak hebben we de neiging om in ons denken uit te gaan van afgescheidenheid: ‘hier ben ik en daar is de totaliteit’. Nou, die afgescheidenheid is er niet. Er is alleen totaliteit en in die totaliteit is er een golfje dat zich afgescheiden voelt, en dat noemt zich Herman Vermeulen en zegt ‘dat ben ik’. Dat is een heel essentieel idee.

Je kan dus ook niet van Oneindigheid zeggen dat het stilstand *per se* is. Mevrouw Blavatsky spreekt over

‘eeuwigdurende Beweging’. Met het buddhistische idee van ‘Leegte’ werd niet bedoeld dat het niets is, maar dat wij ons er geen voorstelling van kunnen maken, dat we er geen enkele vorm aan kunnen geven. Immers, in de Oneindigheid is alles aanwezig en dus ook beweging, ook stilstand, enzovoort, enzovoort. Dus alles is er en ergens in die Totaliteit ontstaat er als het ware een soort concentratie waar wij een individualiteit aan toekennen. Dat is een heel principiële gedachte in de Theosofia, die je moet zien vast te houden en proberen te begrijpen. Want als je dat niet doet, dan kan je met de diepte die de Theosofia je biedt, met alle filosofische, religieuze en wetenschappelijke invalshoeken ervan, niet goed uit de voeten, dan loop je uiteindelijk vast.

Dit fundamentele idee van de Theosofia is eigenlijk de essentie van Religie in de ware betekenis van het woord: ‘je verbinden met de totaliteit’, zonder dat daar op de een of andere manier een beperkende beschrijving aan wordt gegeven. Religie in deze zin heeft daarom niets te maken met godsdiensten. Het is superabstract, het heeft niets te maken met allerlei voorschriften en barokke ceremonies, het is eigenlijk alleen maar DIT. Ik hoop dat dit antwoord helpt. Ja, ieder moet er zelf over nadenken, want dit is niet iets wat je ’s ochtends, door even een eitje aan te tikken, je eigen maakt — dit kost wel even tijd.

Vraag

Ik ben er nog niet helemaal uit of het Oneindige niet reageert, want die Oneindigheid wordt ook wel eens beschreven als de inademing en de uitademing van Brahman. Daarvan kun je toch niet zeggen dat het niet ageert of reageert?

Antwoord

Naast Brahman bestaat er ook het begrip Parabrahman, ‘voorbij Brahman’, en daarover praten we nu: het Oneindige.

Vraag

Maar de Oneindigheid bestaat toch bij de gratie van eindigheid?

Antwoord

Nee, dat is niet het geval. In ons denken kennen we

eigenlijk alleen eindigheid. Omdat we ons die Oneindigheid niet kunnen voorstellen, denken we altijd in eindige dingen. Maar al die eindige dingen zijn in feite niets anders dan *aspecten van de Oneindigheid* — en er zijn oneindig veel van die aspecten.

Reactie

Ik kan me niet voorstellen dat het niet reageert, want alles is Leven. Dus ...

Antwoord

Ja weet u, u moet zich afvragen: wat is reageren? Een reactie is niet oneindig, die is beperkt. Als ik naar iets kijk, iets eet, proef of hoor, dan heb ik daar een beperkte reactie op. Als de Oneindigheid reageert, zeg je eigenlijk dat die Oneindigheid beperkte reacties heeft en dat is niet juist.

Het gaat erom dat we ons realiseren dat er *in* die Oneindigheid (maakt een weids gebaar, en geeft meteen toe dat zijn armen niet groot genoeg zijn) oneindig veel dingen gebeuren, zoals acties en reacties, manifestaties, indalingen en terugtrekkingen, noemt u het maar op. Er is sprake van een gigantische dynamiek.

Reactie

Nou, ik ben er nog niet uit — nog niet tenminste.

Antwoord

Dat geeft niet en ik kan me dat heel goed voorstellen. Want dit is een idee waarmee we moeten proberen te werken. Het is namelijk de voedingsbodem voor alle religieuze, filosofische, en ook wetenschappelijke uitgangspunten. Want u kunt zich voorstellen dat als je er een levensfilosofie op nahoudt waarin de Oneindigheid je uitgangspunt is, je een heel andere kijk op het leven hebt dan als je ervan uitgaat dat het leven eenmalig is en ik moet het in dat ene leven maar zo prettig mogelijk zien te krijgen.

Reactie

Ja, dat klopt, maar ik weet nog niet hoe ik er over honderd jaar over denk.

Antwoord

Dat weet ik ook niet, maar uw visie zal, in uw volgende incarnatie, vast breder zijn.

Continuë uitbreiding: stoffelijk of geestelijk?

Opmerking

Ik wil graag het begrip expansie of uitbreiding introduceren: dat er ook nieuwe ruimte ontstaat. Dat punt heb ik hier nog niet gehoord. Mijn idee is dat er oneindige uitbreiding is, van ruimte en ook van bewustzijn, en dat die nooit stopt.

Antwoord

Als je praat in termen van uitbreiding, dan heb je het over het feit dat je beperkt bent, en dat je die beperking overwint. Maar dan ben je nog steeds niet de Oneindigheid en ben je dus nog steeds beperkt.

Reactie

Ik dacht eraan dat iemand die onbeperkt is, zich onbeperkt kan blijven uitbreiden.

Antwoord

Nee, iemand kan zich niet onbeperkt uitbreiden — want ‘iemand’ is een beperkt begrip.

Reactie

Het universum expandeert ook, dus er komt nog steeds ruimte bij. Maar dat proces is oneindig en blijft aan de gang. En dat geldt ook voor je bewustzijn, dat blijft oneindig expanderen. Daar zit geen eind aan en op zich ook geen begin.

Antwoord

Als u zegt ‘*bewustzijn* kan oneindig groeien’, dan zeg ik ja.

Reactie

Ja, zo bedoel ik het.

Antwoord

Dat is ook wat we leren in de Theosofia, zeker, uitstekend.

Kun je waarnemen zonder iets te beïnvloeden?

Opmerking

In de workshop kwam bij mij het begrip ‘stille getuige’ naar boven. Ik weet niet meer waar ik dat idee vandaan heb, maar wat u beschrijft over dat Oneindige,

dat kan ik voor mijn gevoel verbinden met het idee van een ‘stille getuige’.

Antwoord

Een ‘stille getuige’ kennen we niet in de Theosofia, wel een ‘Stille Wachter’.

Reactie

Een wachter die wacht nog, die doet nog iets. Een stille getuige heeft een soort bewustzijn waarin je alles loslaat behalve dat je waarneemt wat er is. Ik heb een beeld van het totaal als een oceaan, zoals u beschrijft. Ik verbind me met die oceaan, die een getuige is die alleen kan zien — die heeft geen verschijning, die is gewoon oceaan.

Antwoord

Ja, maar dan neemt hij ook niet waar. Je kan niet waarnemen zonder dat je tegelijk reageert. Als ik naar u kijk, dan ontvang ik prikkels, optische prikkels in eerste instantie, akoestische in tweede instantie, en uw vraag in derde instantie. Die prikkels komen op mij af en of ik het nu wil of niet, ik interpreteer ze, want ik maak me een voorstelling van u. Dat ik u zie of hoor, is in feite al ageren en reageren. Je kunt niet buiten datgene staan wat je waarneemt.

Reactie

Oké, dan komt deze gedachte uit een andere bron, iets wat geen Theosofie is.

Antwoord

Dat weet ik haast wel zeker, met alle respect overigens.

Worden wat je ziet

Vraag

U heeft al vier à vijf keer gezegd dat wij ons niet kunnen voorstellen hoe die Oneindigheid is. Ik weet niet precies wat u met ‘wij’ bedoelt: deze zaal, of misschien de mensheid? Maar hoe weet u dat in de mensheid niemand is die zich kan voorstellen hoe die Oneindigheid is?

Antwoord

Nou, daar zit ten eerste een interessante filosofische logica achter, die algemeen – onder andere in de wis-

kunde – wordt aanvaard. Dat is één. Ten tweede kun je kijken waar de Theosofia vandaan komt. Die is terug te voeren tot de Leraren van mevrouw Blavatsky en tot de Mysteriescholen, en daarmee tot de Loge van Wijsheid en Mededogen. Zij hebben ons deze principes voorgelegd.

Reactie

Mijn punt is: vanochtend heeft u uitgelegd dat het bewustzijn zich vormt naar dat waar het zich op concentreert — dus wij worden waar we naar kijken. Dan zou je dus kunnen zeggen dat het beter is geen Theosoof te worden, want volgens de Theosofie kun je de Oneindigheid niet leren kennen. Als je je niet op het Oneindige concentreert, word je het ook niet. En toch denk ik dat elk mens diep van binnen verlicht wil worden.

Antwoord

Zeker wil elk mens diep van binnen verlicht worden. Uit de Theosofia volgt, dat die verlichting, die innerlijke groei, nooit ophoudt in de Oneindigheid. Ik zou dus absoluut niet het advies willen geven om geen Theosoof te worden. Gaat u ervan uit dat u wel de Oneindigheid kan kennen?

Reactie

Jazeker.

Antwoord

Dat is uw standpunt, dat is prima, dat mag. Maar ik zal u onze visie wel proberen uit te leggen. In de Theosofia nemen we drie hypothesen aan. Om te beginnen de ‘Oneindigheid’. Deze hypothese is in *De Geheime Leer* veel breder omschreven, en in die beschrijving staat er nadrukkelijk dat die elke menselijke voorstelling te boven gaat. De tweede hypothese is ‘cyclische beweging’ en de derde is ‘zo boven zo beneden’ — oftewel wat je in het klein ziet, zie je ook in het groot. Als u ervan overtuigd bent dat u de Oneindigheid kan leren kennen, prima, gaat u dan die weg, dan zult u dat zelf ervaren. En wij zeggen eenvoudig dat als je het woord Oneindigheid echt als Oneindigheid definieert, dan is dat door een bewustzijn – hoe verheven dit ook is, ook al is deze super-super-goddelijk – *niet* voor te stellen. Want als dat wel zou kunnen, dan zou

dat impliceren dat dat bewustzijn gelijk zou zijn aan die Oneindigheid, en dat zou gelijk impliceren dat er geen enkele vorm van individualiteit zou bestaan. U mag er ongetwijfeld anders over denken — maar dit is de Theosofia. Dat vindt u onder andere uitgebreid terug in de stanza's van mevrouw Blavatsky's *De Geheime Leer*.

Reactie

Dus u gaat uit van wat in de boeken staat, niet zozeer van uw eigen ervaring?

Antwoord

Ik kan u verzekeren dat binnen mijn ervaring – en ik spreek voor mijzelf – ik tot op heden tot de conclusie moet komen dat het nog steeds klopt. Deze hypothese aanvaard ik daarom, maar dat hoeft u niet te doen.

Tijdloosheid

Opmerking

Nog even over die Oneindigheid. Ik had ooit begrepen en geleerd dat die tijdloos is, dat die dus geen begin en geen einde kent. Iets wat tijdloos is kan ook niet veranderen. Daarmee zou je, denk ik, een antwoord kunnen geven op de vraag of de Oneindigheid in actie komt of een reactie geeft — dat bestaat niet.

Antwoord

Dat is een andere invalshoek, die inderdaad klopt denk ik. Dank u wel.

Is er nog beweging als de temperatuur het absolute nulpunt bereikt?

Een volgende vraag die uit de workshops kwam ging over het 'absolute nulpunt'. In de fysica heeft men veel onderzoek gedaan – onder andere in Leiden – naar de temperatuur waarbij alle beweging in de fysieke stof ophoudt. Men heeft eens geconcludeerd dat dat bij 273 graden onder nul was. Naderhand zijn die proeven nog wat beter overgedaan en men kwam tot de conclusie dat het bij 273,2 graden was (gedefinieerd als 0 graden Kelvin). Maar dan spreken we wel over de stof van *ons* niveau van manifestatie. Als je ervan uitgaat dat deze stof de enige is die bestaat (wat de Theosofia niet doet), krijg je het idee van een absolute grens. Wat houdt nu dat absolute nulpunt in? Bij die tempe-

ratuur houdt de fysieke beweging op, en verliest de stof zijn normale eigenschappen. Als je geleiders voldoende afkoelt, worden ze supergeleiders: de elektrische stromen kunnen weerstandloos blijven ronddraaien. Maar we nemen alleen de stoffelijke kant waar. Die zegt ons niets over de kwaliteit van het bewustzijn. Als we bijvoorbeeld overlijden, en ons stoffelijk lichaam begint uiteen te vallen, hebben we op dat moment geen contact meer met ons lichaam. Dan heb je een vergelijkbare situatie, waarin het bewustzijn – dat er dus wel is – op de innerlijke gebieden in bepaalde droomtoestanden verkeert, devachanische periodes heeft, maar dat het lichaam, als samengetrokken stof, op dat moment niet meer functioneert.

Bij het absolute nulpunt gebeurt er in zekere zin het tegengestelde, want de stoffelijke atomen verspreiden zich niet maar hun bewegingen stoppen. Theosofisch gezien gebeurt er dit: door stof zo sterk af te koelen, zorg je ervoor dat elk bewustzijn dat die stoffelijke elementen gebruikt, op dat moment niets meer van zichzelf tot uitdrukking kan brengen op *dit* materiele gebied.

Vraag

Ik zou willen vragen wat we doen als we embryo's invriezen. Op het moment van de bevruchting waren die cellen nog wel in beweging. Daarbij komt de vraag: wanneer treedt het bewustzijn van de mens in de foetus? Stel dat het op dat moment al gebeurd was, dus voordat de cellen worden gekoeld, wat gebeurt er dan met dat bewustzijn? Trekt het zich even terug, en zodra die cellen weer ontdooien, komt dan datzelfde bewustzijn tot uiting, of is dat misschien het bewustzijn van een ander mens?

Antwoord

Als ik het juist heb, worden embryo's niet afgekoeld tot 273 graden onder nul, al worden ze wel flink gekoeld. Als ze te koud worden, gaat namelijk een aantal materialen uiteenvallen.

Maar de vraag is duidelijk, en ons theosofische antwoord bestaat uit meerdere mogelijkheden. Er kunnen namelijk een paar dingen gebeuren.

U moet zich goed realiseren dat zo'n bevruchte eicel of embryo een uiting is van een bewustzijn dat zich wil manifesteren, vanaf het moment van de bevruch-

ting. Als je een embryo invriest, kan het zo zijn dat die wachttijd zo lang wordt dat het achterliggende bewustzijn tot het punt komt van 'ik zoek nu een andere mogelijkheid om me weer te reïncarneren'. Als de embryo's weer ontdooid worden, zie je dat een bepaald percentage niet meer levensvatbaar is.

Als we de vraag vanuit karma, de leer van oorzaak en gevolg, bekijken: we hebben veel meer relaties opgebouwd dan met één set ouders. In vele levens – ook in dit leven zelfs – hebben we een groot aantal relaties gelegd: goede relaties, of juist tegenovergestelde, waardoor we ons in negatieve zin aan mensen binden. Die banden kunnen een aantrekkingskracht op ons uitoefenen om ons *daar* te manifesteren. We worden namelijk aangetrokken tot de dingen waarmee we ons verbinden, en je kan je verbinden uit liefde, maar ook uit haat. Na het invriezen van een embryo kan het dus zijn dat het achterliggende bewustzijn een alternatief zoekt.

In een andere situatie blijft het achterliggende bewustzijn wel verbonden. Dat betekent dat we dat menselijk bewustzijn verhinderen om zich te manifesteren, gedurende een bepaalde periode.

En *als* dat bewustzijn zich terugtrekt, kan je je afvragen wie er dan – bij een embryo dat vijf of tien jaar in de diepvries gelegen heeft – tevoorschijn komt, en gebruikmaakt van die speciale mogelijkheid om zich te manifesteren.

Vraag

Invriezen gebeurt ook bij mensen die een slopende ziekte hebben, in de hoop dat hun lichaam na bijvoorbeeld vijftig jaar – wanneer de nabestaanden denken dat er nu een mogelijkheid is om de persoon te redden – weer tot leven kan worden gebracht. Maar dan kan het dus ook zijn dat er inmiddels een ander bewustzijn in dat lichaam plaatsneemt?

Antwoord

Het is wel een spooky-achtig scenario, maar theoretisch-technisch gesproken: ja, dat kan. Maar er gebeurt waarschijnlijk iets anders. Je moet je realiseren dat iedereen een bepaalde portie levensenergie heeft. En als die innerlijke kracht op is, dan kan je je afvragen wat er gaat gebeuren als men, bijvoorbeeld, na vijftig jaar zo iemand ontdooid. Die persoon zou dan theoretisch

misschien 140 tot 150 jaar oud zijn. Is dat lichaam überhaupt nog tot enige activiteit te brengen?

Vraag

En stel dat dat lichaam wel tot ontwaking te brengen is?

Antwoord

Stel dat dat gebeurt, dan is het inderdaad nog de vraag wie er inklimt. Het moet natuurlijk wel iemand zijn die enige affiniteit heeft met die lichamelijke structuur.

Vraag

Is het volgens u een kleine kans dat dat de voormalige bewoner was?

Antwoord

Nee, dat zeg ik niet. Ik denk dat het veel meer voor de hand ligt – theosofisch-technisch gezien – dat op een gegeven moment dat lichaam niet meer opstart, omdat die achterliggende levenskracht er gewoon niet is. Het idee om zeer zieke mensen in te vriezen, is natuurlijk een heel materialistische visie. Hier is het zieke lichaam, daar hebben we op dit moment nog geen oplossing voor, we zetten het in de diepvriezer en als we meer kunnen, ontdooiden we het weer. Maar dan ga je dus niet uit van het achterliggende bewustzijn, dat op een gegeven moment aan het einde is van zijn levensperiode en zich zal terugtrekken op zijn vitale overlijdensdatum.

Het is natuurlijk goed om je te realiseren dat we nog nooit iemand hebben ontdooid en alsnog hebben genezen — het is wat dat betreft een enorme speculatie op de toekomst.

Opmerking

De psychiater Oliver Sacks heeft gepubliceerd over patiënten die overvallen werden door de slaapziekte, rond 1920-1930. Die mensen waren dertig, veertig jaar in coma en werden door hem via een soort boodschapperstof 'L-DOPA' in het leven teruggebracht en wat gebeurde er? Die mensen zeiden: "dit is mijn leven niet, ik herken de structuren om mij heen niet, ik herken de krant niet, ik eet nu van een plastic bord en ik lig in een ziekenhuis waar ik niets van herken". Die mensen vielen na tien dagen dood, weg. Oliver

Sacks concludeerde daaruit dat het leven bestaat aan de hand van ervaring, en als ik een groot deel van mijn ervaring kwijtraak, kan ik in dit leven mijzelf niet meer manifesteren.

Antwoord

Ik denk dat dit idee zeker voor een deel met de theosofische visie olijnt. Het is een bekend feit dat als je geen belangstelling meer hebt voor de dingen die om je heen gebeuren, als het leven zich veel beperkter voor jou gaat voordoen, dat het dan op een gegeven moment afgelopen is. Er is een bekend Engels spreekwoord: 'use it or lose it', 'wat je niet gebruikt, verlies je'.



Voorbeelden van veranderingen van het brein

Intermezzo

Op zaterdagavond was er een speciaal symposium-programma, waarin de visies van de eerste dag geïllustreerd werden met voorbeelden uit de praktijk. Aan de hand van de bijzondere verhalen van twee mensen die een beschadiging in hun hersenen wisten te overwinnen, ontstond een boeiende discussie met de zaal. De avond begon met een filmfragment over een befaamde Duitse natuurkundige, die openlijk durfde uit te leggen waarom *onbegrensde geest* de oorsprong van alle uiterlijke vormen is, en hoe je je dat kan voorstellen. Deze avond werd voorbereid door een team van Duitse leden; hij werd gepresenteerd door Ralph Kammer, Sieglinde Plocki en Claudia Bernard.

De filmfragmenten werden ingeleid en uitgeleid door beknopte toelichtingen, die op een heldere manier de verbanden legden met de Theosofia en het thema van het symposium: hoe ons bewustzijn ons brein verandert.

Fysieke stof als een schuimkop op een golf

In de eerste twee filmfragmenten gaf de Duitse natuurkundige Hans-Peter Dürr (1929 – 2014) zijn visie op de relatie geest-stof, en hoe we ons individueel bestaan binnen de Oneindige Eenheid zouden kun-

nen bekijken.⁽¹⁾ Hans-Peter Dürr heeft in zijn professionele leven nauw samengewerkt met de beroemde kwantumfysicus Werner Heisenberg, en hij kent de kwantumtheorie (die duidelijke aanwijzingen geeft voor het bestaan van bewustzijn en vrije wil) dus op zijn duimpje. Maar hij was ook maatschappelijk en filosofisch zeer actief. Hij heeft bijvoorbeeld bijgedragen aan meerdere Pugwash-conferenties: conferenties die gericht zijn op ontwapening en verantwoordelijke wetenschapsbeoefening.

We geven nu, enigszins verkort en aangepast, enkele fragmenten uit de uitleg van Hans-Peter Dürr weer: “Materie is in laatste instantie slechts gestolde geest: het is, zogezegd, een *korst* van de geest. De stof is daarom alleen een middel, een werktuig voor de geest; de laatste is de drijvende kracht.” “De toekomst is open, we kunnen de toekomst zelf vormgeven, dit is geen illusie maar een natuurfeit.” “We zijn als individuele wezens allen deel van één Geest, omdat de Geest niet deelbaar is. Ik stel dat vaak voor als een oceaan, die altijd blijft wat hij is. De wind zweept golven op, de individuele wezens, en bovenop de golven verschijnen schuimkoppen. Deze witte schuimkoppen kijken elkaar nu aan en zeggen dan tegen elkaar: ‘jij staat los van mij’. Maar we hebben twee kilometer oceaan onder ons en zijn helemaal niet gescheiden!” “Die schuimkoppen zijn ons stoffelijk lichaam. Daar hechten we meestal enorme waarde aan. En toch, als we sterven,

verdwijnen we helemaal niet als geestelijke wezens, maar worden we als golf weer in het geheel opgenomen.” Een schitterend beeld, dat zo uit de geschriften van het Mahâyâna-Buddhisme genomen had kunnen worden. (Het is zeker mogelijk dat die inderdaad een grote inspiratiebron van deze moedige wetenschapper zijn geweest ...)

Beschrijvingen ‘van binnenuit’

Hierna volgden twee aansprekende praktijkvoorbeelden waarin een bepaalde hersenschade na enige tijd kon worden overwonnen. Allereerst het verhaal van Barbara Arrowsmith, die in staat bleek om een aangeboren mentale blokkade te overwinnen.⁽²⁾ Het ging om een zware blokkade: ze kon geen ordening aanbrengen in haar denken en doen, en ze was ook niet in staat om abstracte gedachten te vatten. Haar hersenen bleken een bepaalde afwijking te hebben. Voor de jonge Barbara was het een wanhopig makende handicap. Maar nadat ze als jongvolwassene had gehoord van onderzoek bij ratten, waaruit bleek dat hersencellen wel konden aangroeien, ging ze met zichzelf aan de slag. Door middel van zelfontworpen oefeningen (haar artsen geloofden er niet in) wist ze al haar geblokeerde vermogens weer te activeren. Waaruit blijkt dat ze die capaciteiten in haar bewustzijn wel degelijk al had en dat alleen haar lichaam, haar instrument, gehandicapt was.

Barbara Arrowsmith werd daarmee een levend voorbeeld van *neuroplasticiteit*: dat zenuwcellen zich wél kunnen aanpassen, en beschadigingen kunnen herstellen of ondervangen. Met haar ervaringen op dit gebied, heeft zij later talloze kinderen met een mentaal probleem kunnen stimuleren om hun handicap tot op zekere hoogte te overwinnen. Ze benutte haar ervaringen om vele anderen te helpen.

Het tweede praktijkvoorbeeld was het verhaal van Jill Bolte Taylor, een vrouw die op haar 37e jaar een zware beroerte kreeg, en als gevolg daarvan een bijna-doodervaring.⁽³⁾ Zij was neuroanatom van beroep, en kon als het ware ‘vakkundig’ haar bijzondere ervaringen beschrijven. Waarnemingen die enkel mogelijk zijn, omdat ons menselijk bewustzijn in staat is dergelijke ingrijpende lichamelijke gebeurtenissen als ‘observator’ waar te nemen. Dat kan alleen, omdat we ‘erboven staan’.

Zijn de hersenen de zetel van het menselijk bewustzijn?

Nu volgde een boeiende discussie tussen zaal en inleiders, waaraan ook Herman C. Vermeulen een bijdrage leverde. We noemen enkele pittige ‘nadenkertjes’ uit deze gedachtewisseling.

Het is niet zo dat de hersenen ‘de zetel van het menselijk bewustzijn’ zijn. Om te beginnen, het menselijk bewustzijn zit niet ‘in’ ons lichaam, maar stuurt het aan. En ons lichaam moeten we niet zien als dode stof, maar als een samenwerkend geheel van wezens: celwezens, atomaire wezens, enzovoort. Deze wezens zijn veel minder ver ontwikkeld dan het menselijk bewustzijn, maar het gaat niettemin om wezens, ‘bewustzijn’.

Alle hersenverschijnselen en problemen met de hersenen zijn te verklaren, als we eenmaal de intensieve samenwerking tussen menselijk bewustzijn en zenuwcelwezens volledig begrijpen. Het pianomodel dat in de lezing ‘Bewustzijnsresonantie, resoneren kun je leren’ wordt uitgewerkt, geeft ons een duidelijk beeld hoe die wisselwerking verloopt.

De hersenen zijn nog om een andere reden niet de speciale zetel van het menselijk bewustzijn. Immers, *alle* organen tezamen vormen het instrument waardoor wij werken. Elk orgaan speelt zijn eigen rol in het geheel. Daarbij speelt het hart in feite de meest spirituele rol.

Vormen van neuroplasticiteit

In de voorbeelden van Barbara Arrowsmith en Jill Bolte Taylor zien we, hoe zware hersenbeschadigingen kunnen worden overwonnen. Maar er is volgens de Theosofia nog een andere, minder in het oog springende vorm van neuroplasticiteit, die niettemin voor onze visie op het leven van groot belang is. En dat gaat over onze innerlijke groei, de verruiming en veredeling van ons bewustzijn. Elke keer dat het ons lukt om ons denken en handelen een andere, meer inspirerende en harmonieuze kwaliteit te geven, zal dat zijn uitwerking op de wezens van ons lichaam niet missen. Die worden door onze invloed gestimuleerd om innerlijk ‘mee te groeien’. Het gevolg is, dat gedurende de loop van onze incarnaties, onze hersenen (en natuurlijk elk ander orgaan) een steeds geschikter orgaan worden om onze hogere, edelere eigenschappen naar buiten te brengen.

Concreet betekent dit, dat wat de onderzoekers nu zeggen over ‘welke hersendelen wat doen’, hoogstens opgaat voor de gemiddelde mens nu. De fysieke hersenen weerspiegelen simpelweg onze huidige denkgevoonten. In de toekomst zullen onze hersenen zich heel anders kunnen gaan gedragen.

Bijna-doodervaring

Jill Bolte Taylor werd in de uren na haar beroerte als het ware heen en weer geslingerd tussen twee toestanden van bewustzijn: haar normale geordende en logische verstand (dat snel afnam in kracht) en een bijzonder besef van eenheid met alles om haar heen. Deze laatste toestand noemde ze haar ‘nirvâna-toestand’. Achteraf interpreteerde zij beide toestanden als volgt — en bedenkt u dat zij alles natuurlijk met een neuroanatomische bril bekeek: terwijl ze nog logisch nadacht, was volgens haar haar ‘linkerhersen helft’ actief, en terwijl ze dat harmonieuze besef van eenheid had, was haar ‘rechterhersen helft’ actief.

Hoewel dit in zekere mate kan kloppen, kunnen we er theosofisch gezien nog een wezenlijke dimensie aan toevoegen: namelijk hoe sterk of zwak we op enig moment met ons stoffelijk lichaam verbonden zijn. Is die verbinding sterk, dan heeft ons bewustzijn de directe beschikking over de hersenen, en zijn we in staat tot ‘verstandige actie’. Als ons bewustzijn echter bijna los is van het fysieke lichaam, dan kan zich een heel ander type bewustzijn voordoen. Vele mensen die net als Jill Bolte Taylor een ‘bijna-doodervaring’ hebben meegemaakt, zeggen dat er een onuitsprekelijk gevoel van harmonie over hen heen kwam. Een ervaring die vaak de rest van hun leven een andere wending gaf. Maar die toestand heeft minder te maken met bepaalde hersengebieden (hij kan ook optreden als de hersenen helemaal uitgeschakeld zijn), maar meer met het feit dat het menselijk bewustzijn tijdelijk bevrijd is van de beperkingen van het stoffelijke hulsel. En op zo’n moment worden we ons, in de woorden van Hans-Peter Dürr, als ‘golf’ weer bewust van de Onbegrensde Oceaan waarvan we altijd al een onscheidbaar deel waren.

Referenties

1. Fragmenten uit twee films: *Geist kann zu Materie werden*, en *Materie kan nicht mehr zu Geist werden*. Münchner Max-Planck-Institut, zomer 1997. Te zien op YouTube.
2. *The woman who changed her brain*. Video van lezing van Barbara Arrowsmith. Ted^x-Toronto, 26 oktober 2012. Te zien op YouTube.
3. *My stroke of insight*. Video van lezing van Jill Bolte Taylor. Ted^x-Monterey, 27 februari 2008. Te zien op www.ted.com/speakers/jill_bolte_taylor.



Bewustzijnsresonantie

Resoneren kun je leren

In de vorige lezingen heeft u kunnen leren om met verschillende brillen te kijken:

bril 1: de materialistische bril;

bril 2: de mentaal-emotionele bril, en

bril 3: de spirituele bril.

Met onze *eerste bril* kijken we naar de uiterlijke wereld, dat is onze werkelijkheid met die bril. We zien onszelf als los van die wereld, gescheiden van anderen. Met onze *tweede bril* zijn we gericht op onze eigen gevoelens en gedachten. We fantaseren, dagdromen en creëren onze persoonlijke gevoelsmatige werkelijkheid. Met onze *derde bril* kijken we naar de verbanden achter de uiterlijke zaken, naar het grotere geheel. We zien onszelf als deel van dat geheel. Het gaat niet meer om persoonlijke belangen; we hebben het algemeen belang voor ogen. We zien met een ruimer bewustzijn. Nu gaan wij ons verder verdiepen in dit anders kijken, dit anders denken. Wij zetten hiervoor onze spirituele bril op, en de materialistische bril af. Dat is natuurlijk gemakkelijker gezegd dan gedaan! Want een spirituele bril is niet te koop! Een spirituele visie zullen we toch echt zelf moeten ontwikkelen. Wij hebben die hogere vermogens in ons. Hoe we die vermogens actief kunnen maken, hoe we ons bewustzijn kunnen uitbreiden, daar gaat deze lezing over.

Wat is resonantie?

Wij breiden ons bewustzijn uit door bewustzijns-

resonantie, en de uitdagende ondertitel van deze lezing is: *resoneren kun je leren*. Dat leren, daar helpen wij u graag bij. Dat doen wij door u om te beginnen uit te leggen wat resonantie eigenlijk is.

Resoneren komt van het Latijnse *resonare*, dat *weerklinken* betekent. Resonantie is een natuurkundig verschijnsel dat voorkomt bij trillingen: een trillend voorwerp kan bij een ander voorwerp een overeenkomstige trilling teweegbrengen. Als dit andere voorwerp in het ritme van de oorspronkelijke trillingen gaat meetrillen, wordt dat verschijnsel resonantie genoemd. Resonantie komt voor bij materiële voorwerpen, zoals muziekinstrumenten: het meetrillen van gelijkgestemde snaren van een gitaar, viool of piano. Maar resonantie komt ook voor bij gedachten. Wij stemmen ons denken op een bepaalde frequentie af, en vinden weerklink bij andere mensen die op dezelfde golflengte zitten. Dat is bijvoorbeeld de basis voor een vruchtbare samenwerking tussen mensen. Nog algemener gezegd: bewustzijn is beweging, is trilling. Bewustzijn kan op bepaalde toonhoogtes of karakteristieken vibreren. Zo vibreert u, resoneert u, met mensen met eenzelfde karakteristiek. En kunt u ook impulsen ontvangen van verder ontwikkelde wezens als u de gelijke karakteristiek deelt.

Wij kunnen op alles resoneren

Want zoals u in de eerste lezing heeft kunnen lezen is alles bewustzijn. Eén grenzenloos Leven. Wij zijn

bewustzijn en hebben een brein dat daar helpt uitdrukking aan te geven op het uiterlijk gebied. Een belangrijke gedachte om je te realiseren is dat wij mensen, als deel van het geheel, alles in ons hebben wat er in de Grenzenloosheid aan mogelijkheden bestaat. Wij zijn in wezen gelijk aan het Grenzenloze, het Al. Wij hebben het vermogen om uit dat grenzenloze reservoir te putten. Het is onze uitdaging om dit te doen: het ontwikkelen van eigenschappen, karakteristieken, die latent in ons aanwezig zijn. Hierop kunnen wij bewust leren resoneren, met onze vrije wil.

Maar vaak resoneren wij eenzijdig: overbelichten wij de ene, en onderbelichten de andere karakteristiek in ons. Opgeslokt door een bepaalde situatie wordt ons denken gevangen gehouden in een bepaalde karakteristiek. Op uw werk gaat gereorganiseerd worden, en u denkt alleen maar steeds: heb ik straks nog een baan? Of denkt u misschien, hoe kan mijn bedrijf het werk beter doen? Of misschien zelfs, hoe kan mijn bedrijf beter bijdragen aan de samenleving? Ziet u het verschil? Persoonlijk belang, bedrijfsbelang of maatschappelijk belang. Hier zijn verschillende bewustzijnsaspecten in u actief en op de voorgrond. Vaak zijn wij ons hiervan niet bewust.

Wij kunnen ons hiervan bewust worden door die verschillende bewustzijnsaspecten, die gelaagdheden in ons, te gaan herkennen. Dat is de eerste stap in het proces van bewustzijnsuitbreiding. In welk bewustzijnsaspect ben je actief? Dat verandert voortdurend. Zodra wij onze bewustzijnsaspecten kunnen herkennen, kunnen we daar op leren afstemmen, leren resoneren. Dat is de tweede stap. Door het zuiver richten van ons denken, kunnen we onze hogere bewustzijnsaspecten worden. Dat is de derde stap. We worden onze universele en onzelfzuchtige karakteristieken. Wij breiden ons bewustzijn uit. En ten slotte hebben wij het vermogen in ons om die hogere karakteristieken te zijn, op elk moment van de dag. Deze vier stappen in het proces van uitbreiding van ons bewustzijn gaan wij nu nader bespreken.

Het herkennen van de aspecten van ons bewustzijn

Laten we beginnen bij het herkennen van onze bewustzijnsaspecten. In de vorige bijdragen hebben we besproken dat elk bewustzijn in wezen zowel geeste-

Proces van bewustzijnsuitbreiding

- Herkennen van onze bewustzijnsaspecten
- Leren resoneren op onze hogere aspecten
- Worden van onze hogere aspecten, karakteristieken
- Zijn van die hogere karakteristieken

lijk als stoffelijk is, zowel spiritueel als materieel. Wij kunnen deze twee aspecten het lager zelf en het Hoger Zelf noemen. Het lager zelf is een beperkt bewustzijn, terwijl het Hoger Zelf universeel bewustzijn is. Het lager zelf is afgescheiden, persoonlijk, op jezelf gericht, het Hoger Zelf universeel verbonden, bovenpersoonlijk, op het geheel gericht. Het lager zelf is voorbijgaand, illusoir, vergankelijk, het Hoger Zelf meer duurzaam, meer werkelijk, onvergankelijk. Bedenkt u zich daarbij dat hoog en laag hier relatieve begrippen zijn, afhankelijk van hoe ruim uw blik is. We zullen dit toelichten aan de hand van een voorbeeld.

Lima, de hoofdstad van Peru, wordt zeer concreet door klimaatverandering bedreigd. De stad krijgt maar vier millimeter regen per jaar. Voor hun watervoorziening zijn de acht miljoen inwoners volledig afhankelijk van gletsjers uit de Andes, die rivieren naar Lima voeden. Maar door de opwarming van de aarde zijn de gletsjers aan het smelten en verdwijnen. Naar verwachting zal Lima zo binnen twintig jaar droog komen te staan. Lima zal dan drinkwater van zeewater moeten gaan maken. Maar dat is een vreselijk dure techniek. Peru heeft daar geen geld voor.

Gaan wij, rijke westerse landen, ze helpen? Of gaan wij alleen onszelf helpen? Zij zitten straks zonder water, maar aan de andere kant, als wij onze dijken niet verhogen staan wij straks misschien wel onder water! En veel huizen in Nederland staan al 'onder water' — figuurlijk gesproken: door de daling van huizenprijzen zijn ze minder waard dan de hypotheek. Het is natuurlijk zeer begrijpelijk dat mensen zich zorgen kunnen maken over hun eigen situatie. Of de situatie van hun dorp of stad, of ons hele land. Terwijl anderen een nog ruimere blik hebben en zich richten op de uitdaging om als wereldgemeenschap de klimaatverandering te voorkomen of op z'n minst de gevolgen

ervan gezamenlijk op te vangen.

Hoe ruim is úw blik? Merkt u het verschil tussen het meer beperkte en het meer uitgebreide bewustzijn in u? Dat is de eerste stap. U zult misschien denken, dit is eenvoudig, ik zie dit ook. Maar bent u zich er elk moment van de dag van bewust welk deel van uzelf op de voorgrond is? Wij vragen u niet om onpraktisch te zijn, en de uiterlijke dagelijkse zaken te verwaarlozen. Maar wel om na te denken over wat voor u in wezen belangrijk is, wat duurzaam, onvergankelijk zou kunnen zijn.

Wie in ons richt het bewustzijn? Om u daarin wat meer houvast te geven gebruiken wij ook vaak de driedeling van de mens als geest, ziel en lichaam. De geest is dat aspect dat besef heeft van het Grenzenloze in u en mij, dat onvergankelijke. Het lichaam is het instrument dat wij gebruiken, dat voorbijgaande. En dit onvergankelijke communiceert met het voorbijgaande en *vice versa* door middel van de ziel, de tussennatuur, het lerende deel. Wij leren en groeien door ons op het geestelijke, het spirituele te richten, en het geleerde in het dagelijks handelen uit te drukken met het voertuig van de ziel — het lichaam met zijn brein.

Vereenzelvig de ziel zich steeds meer met de geest, dan ben je steeds meer je Hoger Zelf. Vereenzelvig de ziel zich met zijn lichamelijk voertuig, dan ben je je lager zelf.

De verschillende bewustzijnscentra in de mens

We gaan de samenstelling van ons bewustzijn nu nog iets verder afpellen. Ons bewustzijn kun je zien als een stroom met verschillende bewustzijnscentra. Een soort condensatiepunten in uw stroom van bewustzijn. In volgorde van spiritueel naar materieel:

1. Goddelijk bewustzijn.
2. Geestelijk bewustzijn.
3. Hoger menselijk bewustzijn.
4. Persoonlijk menselijk bewustzijn.
5. Dierlijk-vitaal bewustzijn.
6. Lichamelijk bewustzijn.

Dit is een meer subtiele indeling van bewustzijn, die meer recht doet aan het complexe wezen dat wij mensen zijn. In welk bewustzijnscentrum zijn wij actief?

Zijn wij actief in ons Goddelijk bewustzijn?

Dan ervaren we de eenheid van alles. Dat is voor ons mensen in onze huidige staat van ontwikkeling nog een zeldzame ervaring. Eenheidsbeleving is hier het bepalende bewustzijnsaspect. Ons een moment volledig één weten met de natuur, komt hier bijvoorbeeld dichtbij.

Zijn wij actief in ons Geestelijk bewustzijn?

Dan begrijpen wij de zaken tot in hun kern, doorzien wij de samenhang der dingen. Wij hebben een levensvisie en zijn anderen tot inspiratie. Begripsvermogen, inzicht is hier het bepalende bewustzijnsaspect.

Zijn wij actief in ons Hoger menselijk bewustzijn?

Dan hebben wij bovenpersoonlijke gedachten en inzichten. Wij kijken naar situaties zonder onze eigen persoon daarin centraal te stellen. De bepalende aspecten zijn hier intellect, verwarmd door een beginnend begripsvermogen. Want terwijl intellect nog wel eens bij koude redenering kan blijven steken, leidt bijkomend begrip van hoe de zaken in de kern in elkaar zitten vaak tot een milde, warme houding van vergevingsgezindheid en mededogen.

Zijn wij actief in ons persoonlijk menselijk bewustzijn?

Dan hebben wij lagere gedachten en begeerten. De bepalende denkaspecten zijn hier intellect en begeerte. Begeerte is als zodanig een neutrale kracht, die wordt gekleurd door je motief. Bij de gemiddelde mens is begeerte vaak zelfzuchtig, we willen iets voor onszelf of onze eigen kleine kring. En dan wenden we ons intellect ook aan om die zelfzuchtige begeerten vorm te geven. Maar, indien geleid door de bovenpersoonlijke aspecten, kan begeerte ook edel zijn. De begeerte naar een rechtvaardige samenleving bijvoorbeeld. De begeertekracht resonanceert dan in het hoger menselijk bewustzijn.

Zijn wij actief in ons dierlijk-vitaal bewustzijn?

Dan worden we gedreven door impulsen van begeerten, neigingen en gevoelens. De bepalende denkaspecten zijn hier vitaliteit en gevoel. Met vitaliteit bedoelen wij hier dadendrang. De impuls om ergens iets aan te doen, zonder even goed na te denken. Als je resonanceert met mensen bij wie het vitaliteitsaspect overheerst kun je daar behoorlijk zenuwachtig en gestresst van worden! Het gevoel hangt als bewustzijnsaspect nauw samen met je zintuigen. Het is een instinctmatig reageren op zintuiglijke prikkels zonder dat het intellect daarbij

maar staan voortdurend met elkaar in contact, wisselen informatie uit en werken samen om aan de mens gestalte te geven. Daarbij heeft het stimuleren van uw hogere aspecten een harmoniserende invloed op de lagere aspecten, de begeerte, het gevoel en het lichaam. Stel dat u zich gekwetst voelt of dat u jaloers bent op uw collega die in plaats van u promotie heeft gemaakt. U kunt zich helemaal overgeven aan die lagere gevoelens. Maar als u uw bewustzijn weet te richten op die hogere aspecten door u te verdiepen in een religieus of filosofisch vraagstuk, of wanneer u een wandeling in de natuur maakt, dan zullen die indrukken de gevoelens van jaloezie veranderen en bent u wellicht blij voor die collega.

Deze bewustzijnsresonantie tussen de verschillende aspecten of karakteristieken in ons werkt zoals bij een piano (zie afbeelding hiernaast).

Elke octaaf (bestaande uit acht tonen: do re mi fa sol la ti do) kun je zien als een laag, die met hogere of lagere octaven kan communiceren door het aanslaan van een toon van dezelfde aard of kleur. Als je op een piano een toon aanslaat, dan vibreren die snaren mee, die gelijk-aardig gestemd zijn, ze resoneren. Als je in een octaaf de F aanslaat, dan trillen de F's in de andere octaven mee. De F's resoneren. Het aanslaan van een toon brengt een snaar in trilling, en andere snaren met veelvoud (1:2) of breuken (1:½) gaan meetrillen. Die snaren staan dus niet in fysieke verbinding met elkaar, maar zijn dan in resonantie, waarbij de trilling door de lucht wordt overgebracht.

Op die manier wordt van de ene octaaf naar de andere, dus van het ene bewustzijnsaspect naar het andere, informatie overgebracht. Er is voortdurend communicatie tussen de verschillende geleidingen in de stroom van bewustzijn. Bewustzijn kenmerkt zich door beweging en verandering. Er is daarom altijd activiteit, vibratie. En als er in één deel vibratie is, dan heeft dat haar weerslag op de andere delen. Om dit wat concreter te maken geven wij u nog een paar voorbeelden van resonantie tussen onze verschillende bewustzijnsaspecten. Ieder mens zal wel eens een keer een ervaring hebben meegemaakt waarin hij of zij zich één voelde met een groter geheel. Bijvoorbeeld tijdens een wandeling kijken naar een schitterende sterrenhemel, of de zon in de zee zien ondergaan onder het geruis van de branding. Op dat moment ervaart ons *persoonlijk menselijk be-*

wustzijn de stilte en schoonheid van de sterrennacht en resonanceert daardoor met het *goddelijk bewustzijn* in ons. En resonanceert met ons *geestelijk bewustzijn* van visie en inspiratie, wanneer bij zo'n ervaring bepaalde passages uit een heilig boek ons te binnen schieten. En resonanceert in ons *hoger menselijk bewustzijn*, als we ons bovenpersoonlijk realiseren dat al zo veel mensen al zo veel eeuwen hetzelfde zagen en nog zoveel mensen zoveel eeuwen hetzelfde zullen zien. En resonanceert in ons *dierlijk-vitale bewustzijn*: persoonlijke begeerte wordt wijsbegeerte, persoonlijke gevoelens worden gevoelens van gelukzaligheid voor alles. In ons *lichamelijk bewustzijn* kan het zelfs zo doorwerken dat we, ook al begonnen we vermoeid aan onze wandeling, met hernieuwde energie thuiskomen.

Een ander mooi voorbeeld is het bijwonen van een lezing van een inspirerend geestelijk leider, zoals de Dalai Lama, vorige week in Rotterdam, die spreekt over mededogen en het ontwikkelen van ethisch besef en handelen in een seculiere wereld. Hij memoreert ons dat alle grote wereldreligies de nadruk leggen op liefde, mededogen, geduld, verdraagzaamheid en vergeving. De essentie van elke godsdienst is een goed hart, maar een te grote gehechtheid aan de eigen geloofstraditie kan het waarderen van andermans zienswijzen belemmeren. Hij roept ons daarom op om in het onderwijs, van kleuterschool tot universiteit, aandacht te geven aan spiritualiteit en ethiek, die verder reikt dan godsdienst alleen. Zodat onze kinderen een vreedzamere 21e eeuw opbouwen dan de eeuw die wij hebben meegemaakt. De Dalai Lama raakt onze harten, en ons geestelijk bewustzijn van visie en inspiratie resonanceert, en brengt ons persoonlijk menselijk bewustzijn daarmee in harmonie, want dat resonanceert niet langer met godsdienstige voorkeuren en vooroordelen.

Een beproefd middel om op het hogere in ons te leren resoneren is *meditatie*. Letterlijk betekent meditatie overpeinzing, bespiegeling, beschouwing. Het doel van meditatie is dat je gaat resoneren met het inzichtelijke aspect in jezelf, het inspiratieve, de eenheidsbeleving. Je bent geconcentreerd en met een ongedwongen, waarheidzoekende houding bezig met een vraagstuk of een visie. Je bent daarbij opmerkzaam op eventuele opkomende verstoringen, emoties en gedachten van je persoonlijk bewustzijn, die je negeert, voorbij laat gaan. Zo bereik je een toestand van concentratie, van

niet-afgeleid zijn. En dan kan het hogere in jezelf doorkomen. Je bent in resonantie met je Hoger Zelf. In het begin heb je hiervoor misschien nog een aparte tijd en ruimte nodig. Maar naarmate je je denkprocessen steeds beter beheerst kun je het vraagstuk of de visie waarop je mediteert in het dagelijks leven permanent op de achtergrond van je denken houden.

Hoe worden wij onze hogere karakteristieken?

Als wij eenmaal onze bewustzijnsaspecten, de bewustzijnscentra van waaruit wij actief zijn, steeds kunnen herkennen, en wij bewust hebben leren resoneren op de hogere bewustzijnsaspecten in ons, hoe houden wij dit ontwikkeld vermogen dan levend in ons? Hoe blijven wij ons denken voortdurend richten op onze hogere bewustzijnsaspecten? Hoe kunnen wij onze universele en onzelfzuchtige karakteristieken worden? Daarvoor moeten wij in onszelf een continue wisselwerking, een voortdurende resonantie met het hogere in ons tot stand gaan brengen. Zoals u in de derde bijdrage heeft kunnen lezen, zijn wij als gemiddelde mens iedere nacht eventjes actief op het spiritueel gebied, in onze toestand van droomloze slaap — *sushupti*. Dit is een geestelijke toestand die uitstijgt boven zelfzucht en persoonlijke vooroordelen, een toestand van begrip en eenheidsbesef. De kunst is om de spirituele kennis en ervaring die we daar opdoen terug te brengen naar de waaktoestand. Dat gaat het best als wij in onze waaktoestand overdag zuiver op de hogere aspecten in ons resoneren; op alles wat het beste en meest verheven in ons is. Dus niet resoneren op de lagere aspecten, het persoonlijke, vergankelijke. Onze droomtoestand, de toestand tussen waken en droomloze slaap, zal dan ook harmonisch en rustig zijn, en dus een gestroomlijnd kanaal zijn voor hogere kennis en ervaring uit de spirituele gebieden. Het kanaal is leeggemaakt van versturende lagere invloeden. Er is geen ruis. En bij het ontwaken zullen wij dan een ruimer en duidelijker besef hebben van alles wat in de toestand van *sushupti* is gebeurd. Dat kan zich uiten in nieuw begrip na een goede nachtrust. Ineens hebben wij de oplossing voor een vraagstuk, hebben wij een idee, gaat ons een licht op. Ineens hebben wij een ruimere visie op iets.

Zo gaat het bij de gemiddelde mens, maar er zijn ver-

Hoe worden we onze hogere karakteristieken?



heven mensen die bewust in die spirituele bewustzijns-toestand – *sushupti* – verkeren, terwijl ze klaarwakker zijn. Zij zijn hun hogere karakteristieken geworden. Wij kunnen dat ook worden, en zijn.

Hoe zijn wij onze hogere karakteristieken?

Dat doen wij door onze hogere bewustzijnsaspecten te herkennen, en ons er vervolgens bewust op te gaan richten. En daarbij onze lagere aspecten te laten meertillen in die hogere karakteristiek. En je wordt wat je resonanceert; je hogere karakteristiek wordt je karakter. Het is dus mogelijk om je karakter te veredelen. Bewustzijnsverruiming is karakterveredeling. Je maakt jezelf geschikt om je medemensen met wijsheid en mededogen ter zijde te staan. Het is een kwestie van resoneren op de onbaatzuchtige idealen en ideeën die voortdurend als inspirerende stromen van ons diepste innerlijk uitgaan; resoneren op de edele karakteristieken en impulsen uit je omgeving; en resoneren van je lagere aspecten met de impulsen van je hogere. Resoneren kun je leren!

In de hiërarchie van Leven resoneren wij dan met wezens met een bewustzijn dat veel hoger en veel verder vooruit is dan bij gemiddelde mensen: de wijze mensen en de Buddha's. Zo ook resoneren de wezens met een bewustzijn dat lager is dan bij gemiddelde mensen met ons. *Wij zijn verantwoordelijk* voor die lagere wezens, het dierenrijk, plantenrijk, mineralenrijk. *Wij zijn verantwoordelijk* voor het welzijn van de planeet, voor onze medemensen en de lagere rijken. *Wij zijn verantwoordelijk* voor onze eigen miljarden lichaamscellen, de wezens die ons lichaam samenstellen, die hun bewustzijn ontwikkelen binnen onze constitutie. Ons lichaam, onze constitutie, is voor die wezens hun

universum, zoals het Melkwegstelsel dat voor ons is. Als wij ons richten op het beste, meest verhevene in ons, dan zullen onze lichaamcellen daarop resoneren. Bewustzijnsresonantie op elk moment op een zo hoog mogelijk niveau binnen de mogelijkheden die u heeft ontwikkeld, dat is meewerken met de Natuur. En zoals het zo prachtig staat omschreven in het onschatbare boekje *De Stem van de Stilte*:

Help de Natuur en werk met haar mee; en de Natuur zal u als één van haar scheppers beschouwen en zich voor u buigen.⁽¹⁾

Bewustzijnsontwikkeling door resonantie werkt over meerdere levens heen. Je brengt niet meer en niet minder tot uitdrukking dan wat je ontwikkeld hebt, van karakter tot en met het fysieke brein. Hoe dat werkt, daar gaat de volgende lezing over.

Referentie

1. H.P. Blavatsky, *De Stem van de Stilte*. Vertaling van de oorspronkelijke Engelse uitgave van 1889, Stichting I.S.I.S., Den Haag 1992, 2e druk, blz. 61.



Bewustzijn voor en na het sterven

... Ik was aan de andere kant (...) waar geen tijd en ruimte bestaat.⁽¹⁾

Ik voelde dat ik mijn lichaam los liet en begon omhoog te stijgen en kreeg een gevoel van vrede dat ik op aarde nooit gekend had. Ik zweefde met enorme snelheid door een spiraalvormige trechter en hoe verder of hoger ik kwam, hoe meer de donkerte veranderde in licht (...) Een alles overweldigend gevoel van liefde kwam over mij, niet het aardse gevoel dat ik ook goed kende, maar iets dat ik niet beschrijven kan.⁽¹⁾

Wat gebeurt er met bewustzijn bij de dood?

In deze lezing gaan we kijken wat er met ons bewustzijn gebeurt, voor, tijdens en na het sterven. Wat ik zojuist voorlas waren twee citaten van mensen die een bijna-doodervaring (BDE) hebben gehad. Wat er tijdens zo'n bijna-doodervaring precies plaatsvindt zullen we straks bespreken, samen met nog wat bijzondere gevallen rond het natuurlijk stervensproces. Maar om dit goed te kunnen plaatsen, gaan we eerst bekijken hoe dit natuurlijke proces verloopt, zoals de meeste mensen dit doormaken.

Gisteren hebben we u verteld dat bewustzijn cyclisch actief en passief is: in de actieve fase manifesteert het zich op het uiterlijke gebied om ervaring op te doen, waarna het zich weer terugtrekt naar de innerlijke gebieden, voor een periode van rust. Een universeel cyclisch proces dat bij mensen reïncarnatie wordt ge-

noemd, dat letterlijk 'wederveeswording' betekent. We gaan nu dit proces doorlopen waarbij we antwoord zullen geven op de volgende vragen:

- Wat laten we achter bij het sterven?
- Wat nemen we mee, oftewel: wie of wat reïncarneert er? Wat komen we tegen na de dood?
- Waarom hebben we geen bewuste herinneringen aan de dood?

We doorlopen de reïncarnatiecyclus aan de hand van de schematische voorstelling rechts

Gerichtheid verschuift

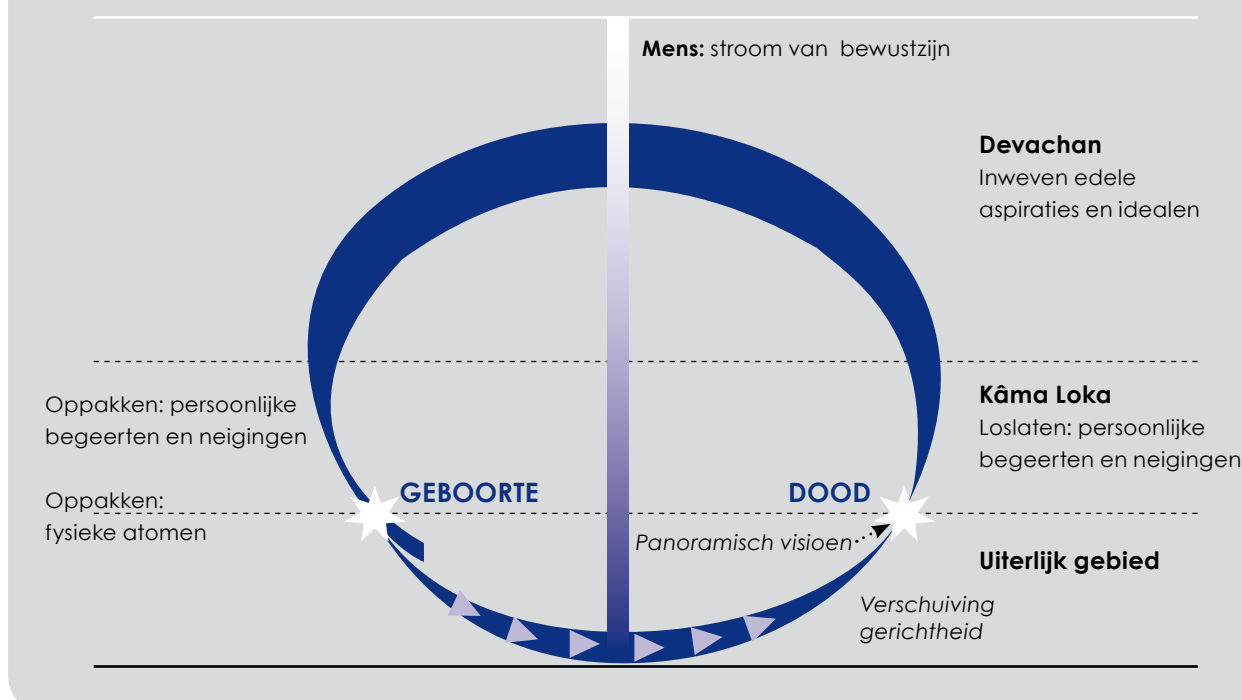
Tegen het einde van het leven zien we vaak dat materiële zaken hun waarde verliezen, we maken ons minder druk om uiterlijke dingen en kunnen wat afwezig lijken voor de omgeving. Dit is een teken dat de gerichtheid van het bewustzijn begint te verschuiven naar de meer innerlijke gebieden. We worden vaak wat vergeetachtig, maar met name betreft dat de dagelijkse oppervlakkige gebeurtenissen, terwijl belangrijke momenten uit het verleden juist meer aangehaald worden.

Panoramisch visioen

Op het moment dat we overlijden zijn we ogenblikkelijk in een toestand van complete en vredige bewusteloosheid, waarna zich een proces voordoet dat ook wel het *panoramisch visioen* wordt genoemd. Gedurende

Reïncarnatiecyclus

HET GRENZENLOZE



enkele uren vanaf de laatste hartenklop, zien we ons gehele leven in zeer verkorte tijd voorbijtrekken. Het persoonlijk bewustzijn verenigt zich tijdelijk met het Hoger Zelf en ziet zijn afgelopen leven op aarde — de rol die hij gespeeld heeft. Hij ziet welke oorzaken geleid hebben tot een bepaalde situatie en hij ervaart daar de volstreekte rechtvaardigheid van.

Het is een zeer belangrijk proces waarbij alle waardevolle levenslessen en ethische consequenties van de keuzes van het afgelopen leven worden geoogst. Het is daarom ook raadzaam iemand bij het overlijden enkele uren ongestoord te laten, zodat dit belangrijke proces zich in alle rust kan voltrekken. De stroom van bewustzijn is na dit panoramisch visioen definitief uit het lichaam teruggetrokken, waarmee de dood volledig is. Er is vervolgens weer sprake van een totale onzelfbewustheid. Want net zoals we niet zelfbewust in slaap vallen, sterven we ook niet zelfbewust.

Kâma Loka

We komen weer tot enige, vage vorm van bewustzijn in *Kâma Loka*, een gebied of toestand waar al onze persoonlijke neigingen en begeerten hun uitwerking

hebben. *Kâma Loka* betekent letterlijk 'begeerte-plaats'. We bevinden ons nu in het astrale gebied waar we in de derde lezing over gesproken hebben, dat net wat etherischer is dan onze uiterlijke wereld, en waar onze persoonlijke emoties en verlangens zijn geworteld. Een spiritueel gericht mens zal dan ook vrij vlot door dit gebied heen gaan en het nauwelijks of niet bewust ervaren, omdat hij er weinig affiniteit mee heeft. Maar naarmate iemand sterke persoonlijke verlangens en uiterlijke begeerten heeft gehad, zal het verblijf in deze toestand langer duren. Er is simpelweg langer de tijd nodig voordat al deze energie is uitgewerkt en losgelaten.

Antwoord op de eerste vraag: wat laten we achter bij het sterven?

We hebben nu het antwoord op de eerste vraag: wat we achter laten bij het sterven. Het zijn alle lagere, persoonlijk gerichte karakteristieken van de mens. Dat deel van ons dat leeft in de illusie van afgescheidenheid van alle andere wezens; een illusie die we produceren door ons te identificeren met het uiterlijk gerichte, zintuiglijke bestaan.

Devachan

Nu we ons lagere, sterfelijke deel hebben achtergelaten, gaan we in een toestand over waar we daadwerkelijk uitrusten. Het is een geestelijke toestand – die ook wel *Devachan* wordt genoemd – waarin het hogere deel van de persoonlijke mens alle spirituele lessen en ervaringen van het afgelopen leven assimileert. Zoals in Kâma Loka alle lagere neigingen en begeerten werden uitgewerkt, worden in Devachan alle verheven verlangens en idealen herbeleefd en ingeweven in ons karakter. Edele aspiraties die in het afgelopen leven niet volledig in vervulling zijn gekomen, zien we in Devachan op alle mogelijke manieren verwezenlijkt. Het is een toestand van onbeschrijflijke gelukzaligheid en vrede. En hoewel dit dus in zekere mate illusoir is, omdat het een zelfgeschapen spirituele droomwereld is, wordt het omschreven als vele malen meer werkelijk dan wat wij hier op aarde kunnen ervaren.

Als ten slotte al onze idealen zijn herbeleefd en verwerkt, verliezen we de aantrekkingskracht tot deze toestand en worden we weer aangetrokken tot het aardse leven, waar we zo vertrouwd mee zijn. Zodra we Devachan weer verlaten, pakken we de bouwstenen van onze lagere natuur weer op. Dit zijn niet alleen onze fysieke bouwstenen, maar ook onze neigingen, begeerten en andere karaktereigenschappen. Bij het bereiken van volwassenheid, hebben we alle bouwstenen verzameld en pakken we de draad weer op waar we gebleven waren.

Tweede vraag: wie of wat reïncarneert er?

Het antwoord op de tweede vraag: wie of wat er reïncarneert, is dus de spirituele mens, bestaande uit alle bovenpersoonlijke, edele karakteristieken, gericht op de eenheid van het leven. Het is dit onsterfelijke deel van ons dat leven na leven reïncarneert en daarom ook wel de Reïncarnerende Ego wordt genoemd.

Overgangen van toestand van bewustzijn

Dood en geboorte zijn dus slechts *overgangen van toestand van bewustzijn*, bewustzijn dat in essentie onvergankelijk is. Sterven kan je zien als het achterlaten van je oude jas die versleten is. Het is een bevrijding van de innerlijke mens, die niet langer meer door het uiterlijke lichaam wordt beperkt.

Gedurende dit proces gaan we door verschillende

toestanden, die we ook in de derde lezing hebben beschreven. Als we sterven gaan we van de waaktoestand over naar een droomtoestand in Kâma Loka en Devachan, waarvan de laatste het karakter van een droomloze slaap kan hebben. Ieder moment, zoals we hebben gezien, zijn we omgeven door onze eigen neigingen, gedachten en idealen.

Derde vraag, wat komen we tegen na de dood?

Het antwoord op de derde vraag, wat komen we tegen na de dood, is dan ook: onszelf, niets meer en niets minder. Waar we ons tijdens het leven op richten en energie insteken, is wat zijn uitwerking heeft na de dood. Er is dan ook geen reden om bang te zijn voor het zogenaamd onbekende, omdat het *juist* het bekende is dat we doormaken en bovendien al talloze malen hebben doorgemaakt.

Dit betekent dus ook dat we NU invloed hebben op de toestand waarin we ons bevinden na het sterven. We kunnen nu met onze vrije wil kiezen waar we ons op richten, of waarmee we resoneren, zoals de vorige spreker net verteld heeft.

Vierde vraag: waarom hebben we geen bewuste herinneringen aan de dood?

Ten slotte de laatste vraag, waarom we dan geen bewuste herinneringen aan de dood hebben. De reden hiervoor is dat we nog te weinig in onze hogere natuur, ons blijvende deel leven. We hebben simpelweg nog te weinig affiniteit met dit niveau van bewustzijn, om er *zelf* bewust ervaring op te kunnen doen. We identificeren ons in ons huidige stadium van ontwikkeling met ons lagere, vergankelijke deel en het is juist dit deel dat uiteenvalt bij de dood — inclusief het fysieke brein, dat gekoppeld is aan onze persoonlijke herinneringen en indrukken van het afgelopen leven. Dit betekent echter niet dat we ons helemaal niets meer herinneren van vorige levens, maar daarover vertelt Barend Voorham zo meteen meer.

Bijzondere gevallen rond leven en dood

Nu we globaal het stervensproces hebben doorlopen zoals de Theosofia dit vanuit het bewustzijnsuitgangspunt leert, willen we nu naar een aantal bijzondere gevallen rond dit stervensproces kijken. Situaties die volgens ons in dit licht beter verklaard kunnen wor-

Wat komen we tegen na de dood?

Onszelf: waar we tijdens het leven op gericht waren. Dit bepalen we NU.

Waarom hebben we geen bewuste herinnering aan de dood?

We leven nog te weinig in onze hogere natuur: kunnen er nog niet zelfbewust ervaring opdoen. Ons vergankelijke deel valt uiteen, samen met onze herinneringen.

den dan vanuit de materialistische visie. Ten eerste noemen we twee situaties die bij mensen in coma kunnen voorkomen:

1. Bijna-doodervaring
2. Waarnemen zonder hersenactiviteit

Vervolgens zullen we stilstaan bij *dementie* en wat dit met het stervensproces te maken heeft. En ten slotte, gerelateerd aan dementie: *terminale luciditeit*, het verschijnsel van een helder bewustzijn vlak voor het sterven.

Twee situaties die bij mensen in coma kunnen voorkomen

Allereerst twee situaties die zich voor kunnen doen bij coma. Coma is meestal het resultaat van ernstige beschadiging van de hersenen. Als gevolg van een ongeluk, zuurstoftekort of een beroerte bijvoorbeeld, worden vrijwel alle activiteiten van de hersenen stopgezet en zien we dus van de buitenkant iemand die in een diepe slaap is, wat ook de oorspronkelijke betekenis is van het Oudgriekse woord 'koma'. In het geval de comapatiënt kunstmatig in leven wordt gehouden en er ook geen hersenactiviteit meer wordt gemeten, is er sprake van hersendood.

Bijna-doodervaring: ingaan van het stervensproces

Bij mensen die weer uit een coma ontwaken, doet zich wel eens de situatie voor dat iemand een ervaring heeft opgedaan die ondertussen de algemene benaming 'bijna-doodervaring' (BDE) heeft gekregen. Een ervaring die zo bijzonder is dat het vaak ingrijpende, levensveranderende gevolgen heeft voor degene die het heeft

meegemaakt. En waarvan, zoals uit de citaten in het begin bleek, de grootsheid en intensiteit vaak met geen woorden uit te drukken zijn. Een aantal kenmerkende elementen die in vrijwel alle gevallen wordt genoemd is een terugblik op het leven, de ervaring om buiten het lichaam te zijn, het doorgaan van een tunnel met een stralend licht aan het eind en het ervaren van een overweldigend gevoel van intense vrede en onvoorwaardelijke liefde, of zelfs een eenheidsbeleving.

Wat gebeurt er nu precies met iemand die een bijna-doodervaring heeft? Het is zoals de term al zegt een ervaring op het randje van de dood, het is het ingaan van het stervensproces, waarbij het menselijk bewustzijn zich terugtrekt naar meer innerlijke gebieden, maar met dat essentiële verschil dat de verbinding met het lichaam niet volledig verbroken wordt. Het waarnemend bewustzijn is dan ook nog steeds de persoonlijke mens, die op het astrale gebied – los van het lichaam en de filter van de hersenen – de overweldigende ervaring opdoet. Maar wel nog steeds gekleurd vanuit de persoonlijkheid. Het is de 'dagelijkse ik' die de ervaring in deze droomtoestand interpreteert. En dit is precies de reden, waarom een gelovig iemand zegt God gezien te hebben, een atheïst bijvoorbeeld alleen een wit licht ziet en weer een ander een overleden geliefde — afhankelijk van zijn of haar geloof of overtuiging. Het voorbij zien trekken van het leven is dan ook niet het werkelijke panoramisch visioen dat we meemaken als we echt sterven, aanschouwd vanuit ons Hoger Zelf. Het is hooguit een tipje van de sluier van het ingaan van het echte stervensproces, een proeven aan. En dan te bedenken dat dit tipje al in geen woorden is uit te drukken.

Bij een bijna-doodervaring blijft het lager deel intact. De ervaring kan naverteld worden, alhoewel dus nooit in haar volledige omvang. Het brein, als voertuig van fysieke herinneringen is simpelweg te beperkt om de intensiteit van de ervaring die buiten dit beperkte instrument is opgedaan, over te brengen. Er zijn duizenden gevallen in de literatuur beschreven van over de hele wereld, keer op keer met dezelfde terugkerende karakteristieken, alleen cultuurafhankelijk geïnterpreteerd door degene die de ervaring meemaakte.

Een voorbeeld dat interessant is in het kader van het thema van dit symposium is de neurochirurg Eben Alexander. Een Amerikaanse wetenschapper die, door-

dat hij zelf een bijna-doodervaring heeft gehad, compleet van levensvisie veranderd is. Hij heeft er een boek over geschreven dat 'Na dit *Leven*' heet en onlangs is uitgekomen.⁽²⁾ Zoals vele medische wetenschappers was hij van mening dat bewustzijn het product van de hersenen is, maar door zijn eigen ervaring is hij nu overtuigd dat het omgekeerde het geval is. Naar eigen zeggen heeft hij sindsdien één missie: en dat is het verenigen van de wetenschap met spiritualiteit, niet als twee aparte dingen, maar als onlosmakelijke aanvulling van elkaar.

Geen hersenactiviteit, wel waarneming

Iets anders wat kan voorkomen bij mensen die uit een coma ontwaken is dat ze toeschouwer zijn geweest van hun eigen levensreddende operatie, of gebeurtenissen kunnen navertellen die rondom hun bed hebben plaatsgevonden. Dit komt ook voor bij comapatiënten die geen hersenactiviteit vertoonden. Iets dat volgens al de mensen die ervan uitgaan dat we ons brein zijn, onmogelijk kan hebben plaatsgevonden. Het brein kan hier niet de waarnemer zijn geweest.

In zijn boek *Eindeloos bewustzijn* noemt cardioloog Pim van Lommel het voorbeeld van een vrouw die hersendood was en na maanden in coma te hebben gelegen letterlijk na kon vertellen wat ze artsen had horen zeggen rond haar bed.⁽³⁾ Het gaat hierbij om mensen die in de toestand verkeren waarin ze *zelfbewust* waarnemen in de astrale sfeer en dit weten vast te houden na het ontwaken uit hun coma. Tijdens de coma is er dan sprake van een wakker zijn op het astrale gebied. Zoals we onze fysieke zintuigen hebben op dit gebied, hebben we ze ook op astraal gebied. Er wordt door mensen die een dergelijke ervaring hebben gehad bovendien vermeld, dat dit waarnemen van een helderheid en nauwkeurigheid was, waartoe hun fysieke zintuigen niet in staat zijn.

Een belangrijke conclusie die we hieruit kunnen trekken is *dat hersendood dus geen dood is*. Op zijn minst is voorzichtigheid geboden wanneer er geen hersenactiviteit wordt gemeten. Het is allerm minst een bewijs dat de ware mens, de Reïncarnerende Ego werkelijk vertrokken is. Wij kunnen namelijk van buitenaf niet het exacte moment waarnemen waarop de verbinding met het lichaam definitief verbroken is.

Op dit moment is hersendood nog juridisch gelijkge-

steld aan werkelijke dood met alle gevolgen van dien. Zo'n twee jaar geleden bijvoorbeeld is er in Denemarken nog flinke ophef ontstaan nadat een jonge vrouw door een ernstig ongeluk in coma was geraakt en hersendood was verklaard. Artsen stonden op het punt haar organen te transplanteren, maar op het moment dat ze losgekoppeld werd van de hart-longmachine, bleek ze toch zelfstandig door te ademen. Tien dagen later was ze weer thuis en enkele maanden later reed ze gewoon weer op haar paard.

Dementie

Schijnbaar minder direct verbonden met het proces van de dood is dementie. Een veelvoorkomend ziektebeeld dat weliswaar ernstiger wordt naarmate de dood nadert, maar al vele jaren voor de dood zijn intrede kan doen. Vandaar dat ik schijnbaar zeg, want je zou je kunnen afvragen wat het verlies van verstandelijke vermogens jaren voor het sterven met de dood heeft te maken. Volgens de Theosofia alles, zoals we nu duidelijk zullen proberen te maken.

Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig verschillende ziektes waarvan alzheimer de meest voorkomende is.⁽⁴⁾ De huidige medische visie op dementie is dat het een combinatie is van meervoudige stoornissen in verstandelijke vermogens (waaronder het geheugen), stemming en gedrag, als gevolg van verschillende hersenziektes.

Terugtrekken denkbewustzijn

De Theosofia geeft aan het verlies van deze verstandelijke vermogens een andere uitleg. Uitgaand van het bewustzijn als achterliggende kracht, legt zij de oorzaak bij het terugtrekken van het denkbewustzijn, waardoor deze verstandelijke vermogens niet meer tot uitdrukking kunnen komen. Het gevolg is dat er verval optreedt in de hersenen, omdat er minder gebruik van wordt gemaakt als voertuig van het denkbewustzijn. Net zoals de spierkracht afneemt van spieren die niet getraind worden, sterven hersenen ook af als ze niet gebruikt worden. Het vermogen tot nadenken en reflectie is er nog wel, maar heeft zich al voor een groot deel teruggetrokken. Slechts het meer vegetatieve bewustzijn blijft een verbinding met het lichaam houden, dat om die reden niet sterft.

De oorzaak achter het terugtrekken van het denkbe-

wustzijn laat zien waarom dementie juist alles met de dood te maken heeft. Bij het natuurlijke stervensproces trekt het bewustzijn zich terug op het moment dat het lichaam ‘op’ is. Beide gebeurtenissen vallen samen op het moment van de dood.

In het geval van dementie, is er wat anders aan de hand. Het denkbewustzijn van de mens trekt zich voortijdig terug naar meer innerlijke gebieden, terwijl het lichaam nog niet versleten is. Het gevolg is dat er een scheiding optreedt met het voertuig, zonder dat de schakel geheel verbroken is. De hogere aspecten die ons tot mens maken kunnen zich niet meer uiten door het brein, en de dementerende persoon reageert alleen nog maar instinctmatig. “Het is mijn moeder niet meer” hoor je dan vaak zeggen. Toch is de werkelijke mens er nog, op de achtergrond, maar desalniettemin nog aanwezig; zo meteen meer hierover als we het fenomeen terminale luciditeit bespreken.

Oorzaak voortijdig terugtrekken denkbewustzijn

Wat is nu de oorzaak van het vervroegd terugtrekken van de hogere mens? Ook dit is terug te voeren op ons bewustzijn, ons eigen denken. Het is namelijk een *disharmonie* ontstaan in dit of in een vorig leven door een verwaarlozing van het denken. Wanneer we geen aandacht meer geven aan bepaalde denkaspecten, ontstaat er een hapering in de stroom van bewustzijn. Dit kan ertoe leiden dat deze stroom niet meer voluit door kan vloeien met het gevolg dat het denkbewustzijn zich uiteindelijk terugtrekt en niet tot uitdrukking kan komen in het voertuig. We kunnen echter nooit generaliseren, omdat je niet weet waar de disharmonie is ontstaan. En bovendien kan deze disharmonie in het denken haar oorsprong in dit leven, maar ook in een vorig leven hebben.

Maar dát de oorzaak in ons eigen denken besloten ligt betekent dus ook dat we deze kunnen voorkomen met ons denken. Dementie is dan ook dus absoluut niet iets dat bij het leven hoort! Het is een onbalans die door middel van een harmonieuze gerichtheid en beheersing van het denken voorkomen kan worden. Hoe dat proces werkt kunnen we zelf in onze omgeving herkennen. Identificeer je je bijvoorbeeld alleen met je lichaam, zonder er enige andere interesse op na te houden, dan blijft er weinig over op het moment dat het lichaam in verval raakt. Hetzelfde geldt voor

de werknemer die het werk als enige drijfveer in het leven heeft, geen enkele interesse erbuiten op na houdt en geen diepere betekenis in het leven kent. Na zijn pensioen blijft er een leegte over: ‘het hoeft allemaal niet meer zo’ en zonder enige invulling van de waardevolle tijd, stopt de training van het brein.

Hoger denken actief houden

Ontwikkel daarom alle aspecten die je als mens bent in harmonie, dat betekent de lagere onder de beheersing van, en dienend aan de hogere, duurzame aspecten. Een gezond leefpatroon draagt hieraan bij, maar dit is slechts een voorwaarde voor het gezond houden van onze voertuiglijke kant. Belangrijker is dat we ons richten op onze hogere denkaspecten, waardoor onze hersenen automatisch getraind worden en ‘fit’ blijven. Interessant om hier te noemen is het volgende gegeven: op de Engelse Wikipedia staat bij de ziekte van Alzheimer vermeld dat er van de vele symptomen eentje overheersend is en dit blijft gedurende het hele verloop van de ziekte en dat is apathie: het verlies van interesse in je omgeving en het vermogen om je in te leven in anderen.⁽⁵⁾ En het kunnen inleven in anderen, er *zijn* voor anderen is typisch een eigenschap van het hoger denken. Daarom is apathie een aanwijzing dat dit hoger denkbewustzijn zich heeft teruggetrokken en op de achtergrond is geraakt. Houd daarom levendige interesse in je medemensen, wees betrokken, en blijf je verwonderen. Je bent nooit te oud om te leren en je zult merken dat je dit met oprechte interesse letterlijk tot op de laatste dag kan doen.

Terminale luciditeit

Tot slot willen we stilstaan bij het fenomeen terminale luciditeit, dat nauw verbonden is met dementie. Het is het verschijnsel dat mensen die jarenlang dement waren of aan een psychische aandoening leden, in de laatste dagen of uren van hun leven plotseling een helder bewustzijn hebben en vaak weer toegang krijgen tot hun geheugen. Iets dat volgens de huidige wetenschap niet zou moeten kunnen, want hoe kan een helder bewustzijn uit een beschadigd brein voortkomen? Toch is het een verschijnsel dat bij de oude Grieken al beschreven werd en volgens vrij recent gepubliceerd onderzoek van de Amerikaanse psychiater Bruce Greyson en de Duitse bioloog Michael

Nahm bij dementie zeer regelmatig blijkt voor te komen. Een van de voorbeelden uit dit onderzoek betreft een 92-jarige vrouw die sinds negen jaar de diagnose alzheimer had en haar naaste familieleden waaronder haar eigen zoon niet kon herkennen. Maar 24 uur voordat ze stierf, herkende ze hen plotseling opnieuw en bovendien wist ze weer hoe oud ze was en waar ze zich bevond.⁽⁶⁾

Voorfase panoramisch visioen

Dit voorbeeld is geen uitzondering, en misschien heeft u zelf wel iets dergelijks in uw omgeving ervaren. Als we wederom kijken naar het stervensproces, dan kunnen we nu begrijpen waarom dit verschijnsel geen uitzondering is en met welke fase in dit proces terminale luciditeit te maken heeft. Het is namelijk een voorbode op het heldere bewustzijn dat we ervaren bij het panoramisch visioen. Voordat iemand zijn werkelijke panoramisch visioen heeft kan hij er al 'naartoe groeien' om het zo te zeggen. De verbinding van het hogere denken van de mens wordt weer aangehaald, en er is tijdelijk weer een mogelijkheid om tot uitdrukking te komen bij de dementerende persoon. Het is een voorfase van het panoramisch visioen en verplegers met ervaring weten dan ook dat zo'n mentale opleving en helderheid het sterven aankondigen.

In de literatuur staat ook een voorbeeld beschreven van een man die vlak voor zijn dood plotseling een vreemde taal (Vlaams) ging spreken.⁽⁷⁾ Deze taal bleek later van zijn geboorteland dat hij in zijn vroege kinderjaren had verlaten, voordat hij de taal beheerste. Hoe het kan dat hij plotseling de verloren herinnering aan deze taal weer binnen kon halen, zal in de volgende voordracht duidelijk worden.

Bewustzijnsuitgangspunt als hypothese

De voorbeelden die we u hebben laten zien van een helder bewustzijn en waarneming in een periode van uitval van de hersenen of beschadiging aan de hersenen in het geval van dementie zijn stuk voor stuk niet te verklaren vanuit de huidige materialistische visie dat bewustzijn gelokaliseerd is in, en voortkomt uit de hersenen. De visie die we u dit symposium voorleggen, waarin bewustzijn de oorzakelijke kracht achter de manifestatie is, geeft volgens ons wél een logische verklaring. Ons brein – dat op zichzelf weer bestaat

uit bewustzijn van lagere aard – is slechts het instrument dat als schakel dient om ons op het uiterlijke gebied uit te kunnen drukken en ervaringen op te doen. Beschouw dit bewustzijnsuitgangspunt als hypothese, en onderzoek vooral zelf de waarde ervan, en met name ook de ethische waarde. Het is een hypothese, zo hebben wij ervaren, die onze inzichten in de processen van de natuur doet vergroten en waarvan wij menen dat het bij voorbaat ontkennen ervan de deuren sluit voor deze diepere inzichten.

De onbevooroordeelde conclusie van de onderzoekers Greyson en Nahm was dan ook dat er meer onderzoek nodig is naar het bijzondere verschijnsel van terminale luciditeit. Maar dit vereist wel een open houding en het verder durven kijken dan met de eerste materialistische bril. Het is met de derde bril van ons hogere denkbewustzijn waarmee we in staat zijn dit onbevooroordeelde onderzoek te doen; en zoals we hebben laten zien, vergaat dit hogere deel nooit. Het is dat deel van ons dat er altijd is en waar we altijd uit putten als we ons er op afstemmen, of ermee resoneren zoals we vanochtend gehoord hebben. Hier kunnen we ieder moment mee aan de slag, en dat is ook precies wat we vanmiddag gaan doen bij de workshop.

Referenties

1. Pim van Lommel, *Eindeloos bewustzijn. Een wetenschappelijke visie op de bijna-dood ervaring*. Ten Have, Kampen 2007 (zeventiende druk), blz. 50 en blz. 60.
2. Eben Alexander, *Na dit Leven. Een neurochirurg over zijn reis naar het hiernamaals*. Bruna, zevende druk, Amsterdam 2014. Oorspronkelijke titel: Proof of Heaven.
3. Zie ref. 1, blz. 55.
4. Nederlandse wikipedia.
5. (Engelse wikipedia) http://en.wikipedia.org/wiki/Alzheimer's_disease.
6. Michael Nahm en Bruce Greyson, 'Terminal Lucidity in Patients with Chronic Schizophrenia and Dementia: A Survey of the Literature'. Artikel in *The Journal of Nervous and Mental Disease*, december 2009, blz. 942-944.
7. H.P. Blavatsky, 'Memory in the dying'. Opgenomen in *H.P. Blavatsky Collected Writings*. 15 delen, The Theosophical Publishing House, Wheaton 1990, deel 11, blz. 448.



Drie niveaus van herinneren: instinct, geweten en intuïtie

Ooit hoorde ik een klein meisje aan haar moeder de vraag stellen of ze wel eens een witte auto had gezien. “Ja hoor”, antwoordde haar moeder. “Ik ook”, zei het meisje, “maar dat is al zo lang geleden, dat herinner ik me niet meer.” Dat is grappig, denkt u misschien, hoe kun je iets weten wat je je niet herinnert?

Toch kan dat! Er zijn namelijk meer gevallen waarin we wel degelijk iets weten, maar het ons niet kunnen herinneren. Bouke van den Noort vertelde zojuist over de man die op zijn tweede voor het laatst Vlaams had gesproken, maar op zijn sterfbed dat weer deed. Dit verhaal werd verteld door een Franse arts uit de 19e eeuw. Hij beschreef een nog merkwaardiger geval. Een stervende vrouw leed als jong meisje aan slaapwandelen. Ze was de dochter van een notaris. Het geval wilde dat zij al slaapwandelen een keer een belangrijk document van haar vader had ontvreemd en het ergens in zijn werkkamer had verstopt. Haar vader had hierdoor grote schade geleden. Op haar sterfbed riep de vrouw plotseling uit: “Ik heb het gestolen”, waarna ze ook de plek aanduidde waar het document lag. Slaapwandelen had ze het stuk weggehaald en verborgen, maar haar dagelijks bewustzijn wist hier niets van. Iets in haar had die informatie wel, wat ze zich alleen op haar sterfbed kon herinneren.⁽¹⁾

Ook de terminale luciditeit is zo'n mysterie van het geheugen, dat niet te verklaren is met de algemene opinie dat het geheugen in de hersenen zit. Nee, deze

merkwaardige gevallen zijn alleen te verklaren als je de mens ziet als een samengesteld bewustzijn. We zullen dat proberen uit te leggen.

Het uitzenden en ontvangen van signalen die indruk in ons bewustzijn maken

Ons bewustzijn zendt vanuit de verschillende geleidingen signalen uit. Het ontvangt ook signalen (zie piano-schema op blz. 40). Het resoneert op allerlei andere bewustzijnen en brengt andere bewustzijnen in trilling. Wat we bijvoorbeeld met onze zintuigen waarnemen – beelden en klanken – maakt een indruk in ons lichamelijk bewustzijn. Die signalen worden doorgezonden naar de andere geleidingen in ons bewustzijn, maar ze werken als eerste in op het lichaam. Zelfs het voedsel dat we tot ons nemen, heeft een effect. Al die indrukken kunnen we ons herinneren. Zo herinner ik me altijd de geur van de metro als ik aan Parijs denk. Zo maakt een begeerte of een neiging een indruk in onze dierlijke natuur. Soms is die indruk zo sterk, dat we nauwelijks van die neiging kunnen afkomen. Denkt u bijvoorbeeld aan een verslaving. Een indruk van een sigaret kan zo sterk zijn, dat we er maar niet van af kunnen blijven.

Op gelijke wijze maakt een persoonlijke gedachte een impressie in het persoonlijk-menselijke bewustzijn. Vaak vergeten we deze lagere bewustzijnsindrukken. Moeilijker te ervaren – omdat we nog niet zoveel in

dat bovenpersoonlijke bewustzijn leven – zijn inzichten en bovenpersoonlijke gedachten, die een indruk maken in ons hogere menselijk bewustzijn. Je hebt bijvoorbeeld een bepaalde wiskundige wetmatigheid leren inzien. Dat inzicht staat in je bewustzijn gegrift. Visies, werkelijk begrip en inspiratie maken indrukken in ons geestelijk bewustzijn. Als je bijvoorbeeld begrijpt dat materie en bewustzijn in essentie hetzelfde zijn, dan is dat begrip in het geestelijke bewustzijn ingeprent. Of eigenlijk staat het daar al – zoals we straks hopen uit te leggen – maar het persoonlijk-menselijke bewustzijn stemt zich er nu op af en neemt het waar. Ten slotte is er het goddelijk bewustzijn, dat resonanceert op eenheidservaringen. De meeste mensen zullen niet veel van dergelijke ervaringen gehad hebben, maar als u ooit wel eens de eenheid van leven heeft ervaren, dan vergeet u dat nooit meer.

Wat is zich herinneren?

Wat is nu zich herinneren? Herinneren is zo'n in het bewustzijn gemaakte indruk weer tevoorschijn roepen. Je haalt een beeld, een sensatie, een gedachte, een visie weer binnen het waarnemende bewustzijn. Herinneren is het weer binnen het bereik van de waarneming halen: de fysieke, de emotionele, de gedachtewaarneming, of de bovenpersoonlijke waarnemingen.

Geheugen: het vermogen gemaakte beelden weer in het bewustzijn op te roepen

Het vermogen om zich iets te herinneren noemen we geheugen. Iemand met een goed geheugen kan zich gemakkelijk bepaalde zaken herinneren.

Nu weten we allen dat je je bepaalde dingen goed kunt herinneren en andere niet. Er zijn kinderen die met gemak aan de koplampen tientallen verschillende automerken kunnen onderscheiden, maar de rijtjes van onregelmatige Franse werkwoorden niet kunnen onthouden.

Dat heeft alles te maken met interesse. Immers waar je op gericht bent, maakt de meeste indruk. Je bewustzijn is geoefend om op dat gebied te verblijven en kan dus de daar gemaakte indrukken gemakkelijk weer binnen de waarneming halen. Iemand die sterk in zijn emoties leeft, kan zich daarom waarschijnlijk een belediging van enkele jaren terug nog gemakkelijk herinneren, terwijl een intellectueel type zo iets na een

week al vergeten is.

We kunnen dus zelfbewust een bepaalde indruk in een van de geledingen in ons bewustzijn weer binnen ons waarnemingsveld halen. We hebben weer het wiskundige inzicht, we herinneren ons weer een naam of een gebeurtenis of we weten weer hoe een plek eruitzag.

Geheugen: plaats waar de indruk is gemaakt

Nu wordt in het taalgebruik geheugen ook beschouwd als de locatie waar bepaalde informatie wordt opgeslagen; het geheugen als het archief van het bewustzijn. De materialist denkt hierbij meteen aan de hersenen. Die worden dan vaak vergeleken met een computer, want ook in de digitale wereld spreekt men over geheugen, dat men in mega-, giga- en terabytes uitdrukt. Zijn onze hersenen een soort supercomputer?

Hersenen opslagplaats van informatie?

Welnu, zoals u ook gisteren gehoord heeft, zijn de hersenen samengesteld uit vele tientallen miljarden neuronen, ofwel zenuwcellen. Al die cellen zijn vele verbindingen aangegaan met andere cellen. Regelmatig worden die verbindingen weer ongedaan gemaakt. Dat vindt plaats in een heel complex en dynamisch proces, veel dynamischer en ingewikkelder dan bij uw pc. Hoe en waar informatie in dit dynamische, complexe systeem, dat de hersenen zijn, opgeslagen zou worden, is volledig onbekend. Men neemt in het algemeen aan, dat die informatie ook van het ene deel van het brein naar het andere wordt overgebracht. In dit verband spreekt men wel over kortetermijn- en langetermijngeheugen. Iets wat we meemaken of leren – wat dat ook moge zijn – zou allereerst in het kortetermijngeheugen worden opgeslagen en vervolgens naar het langetermijngeheugen gaan. Maar hoe kan die informatie in hersencellen worden opgeslagen als die cellen voortdurend veranderen en als er voortdurend nieuwe verbindingen – synapsen – worden aangeemaakt en weer verbroken. Hoe kunnen die neuronen dan onze herinneringen bevatten? We denken dat deze theorie niet logisch is en dat het geheugen dus niet in het brein zit.

Het brein is het instrument van het lagere denken en dus ook het *instrument* van het geheugen en met name de lagere aspecten daarvan. Wij mensen, den-

kers, herinneren ons gedachten. En levende in deze stoffelijke wereld hebben we een brein nodig om deze lagere gedachten vorm te geven en te vertalen naar dit uiterlijk gebied. Maar te veronderstellen dat het geheugen in het brein zit, is hetzelfde als geloven dat muziek in de radio zit.

Geheugen zit overal

Maar als het geheugen dan niet in het brein zetelt, waar zit het dan? Ons antwoord is: waar zit het niet? Het geheugen is overal.

Als het geheugen het vermogen is om bepaalde indrukken weer binnen onze waarneming te brengen, dan kan de gehele zichtbare en onzichtbare natuur ons die indruk doen herinneren. U heeft daar ongetwijfeld zelf ervaring mee.

Je gaat bijvoorbeeld na een groot aantal jaren weer naar de plek waar je ooit, toen je jong was, verbleef — een vakantieland of zo. Als je daar bent, herinner je je precies weer welke mensen er toen waren, wat ze deden en wat jij deed. Een ander voorbeeld: je hoort een liedje op de radio en je herinnert je weer een bepaalde idealistische gedachte uit je jeugd. Die vakantieplek en dat liedje waren dus eigenlijk de plek waar de herinneringen in verborgen zaten. Alleen moet je die omstandigheden niet loskoppelen van je eigen bewustzijn. Er is iets in je eigen bewustzijn wat resonant met dat liedje en die bepaalde plek. Daardoor herinner je je weer bepaalde gedachten en gevoelens.

Alles is met elkaar verbonden

Dit wordt verklaard met het theosofische feit dat aan de gehele Natuur een essentiële eenheid ten grondslag ligt. Alles is met elkaar verbonden. We zijn van niets gescheiden. Uw ervaringen zijn daarom niet uw privé-eigendom. Ze worden niet opgeslagen in een ‘archief’ waar alleen u de sleutel van heeft. In principe heeft iedereen er toegang toe.

Dit zou ons onze verstrekkende verantwoordelijkheid voor het leven op onze planeet moeten doen beseffen. Want door simpelweg een gedachte te denken, heb je een spoor nagelaten in de levende Natuur. En dat spoor kun je later terugvinden — je herinneren — maar het kan ook door andere mensen binnen hun waarnemingsveld getrokken worden. En met ‘Natuur’ bedoelen we dan niet slechts de zichtbare natuur, maar

de totaliteit van het leven.

Laten we proberen dat uit te leggen.

Âkâśa

De ruimte waarin al die lagen van ons bewustzijn zijn en leven, is niet leeg, maar is gevuld met wat in het Sanskrit Âkâśa wordt genoemd: universele, levende substantie. Âkâśa is die ruimte.

Âkâśa strekt zich dus uit van zeer goddelijke, spirituele sferen tot het fysieke gebied. Naarmate Âkâśa dichterbij de grove wereld komt, wordt het ook wel het astrale gebied of het Astrale Licht genoemd. Dat Astrale Licht is een gebied dat fijner van structuur is dan onze fysieke wereld, en daarom is het voor de fysieke zintuigen niet waarneembaar.

Het Astrale Licht registreert feilloos wat er op aarde gebeurt. In dit verband wordt wel gesproken van een beeldengalerij. Alle gedachten, gevoelens, begeerten worden erin opgetekend.

Het Astrale Gebied staat niet los van ons. Wij maken er deel van uit. In onze gevoelsmatige, dierlijke natuur zijn we deel van het astrale. Wij zwemmen als het ware door dit gebied, we zijn er een onderdeel van, zoals een vis een onderdeel van de zee is. We maken ook steeds nieuwe indrukken erin. Regelmatig worden we oude indrukken gewaar. Als dat zich voordoet, zeggen we dat we ons iets herinneren.

Die indrukken hoeven niet per se door onszelf gemaakt te zijn. Ze kunnen van andere wezens afkomstig zijn, of door ons in vorige levens zijn gemaakt. We hebben er echter altijd een connectie mee, hoe vaag ook, want anders zouden we ze niet waarnemen.

Op gelijke wijze zijn we in onze hogere bewustzijnsaspecten een integrerend onderdeel van Âkâśa. We merken daar echter veel minder van, omdat we nog niet geleerd hebben ons op die toestand van bewustzijn te richten. Zoals u in de vorige bijdragen al heeft horen zeggen, doen die hogere toestanden van bewustzijn zich aan ons voor als een droomloze slaap. We hebben er nog te weinig affiniteit mee.

Omdat we alleen iets kunnen waarnemen met ons eigen bewustzijn, bepaalt wie we zijn — ons karakter — of we indrukken van de lagere regionen van het astrale gebied of de hogere van Âkâśa waarnemen. Daarom kan een wezen alleen die indrukken ontvangen, die passen bij zijn ontwikkeld bewustzijn. Een dier kan

zich geen menselijke gedachten herinneren, omdat het nog niet kan denken en dus daar geen ervaringen mee heeft. Evenzo kan een mens zich geen goddelijke zaken herinneren, of ik moet zeggen: hij kan dat nóg niet, hij moet leren dat te doen.

Aurisch Ei

Elk onderdeel van ons bewustzijn hult zich in een overeenkomstig voertuig. Het lichamelijke bewustzijn hult zich in een lichaam van de fysieke stof, in feite de laagste vorm van het astrale. Het dierlijke en persoonlijke bewustzijn hullen zich in de daarmee overeenkomende astrale voertuigen, terwijl de hogere vormen van ons bewustzijn zich kleden in de verschillende, meer etherische gelaagdheden van Âkáša. En al die verschillende voertuigen vormen weer een geheel, iets wat we het Aurisch Ei noemen. Dat Aurisch Ei is dus de zetel van al die verschillende vormen van bewustzijn.

Waarom kunnen we ons soms iets met veel moeite en soms zonder enige inspanning herinneren? Naarmate de indruk dichterbij ons eigen Aurisch Ei is gemaakt en we er 'gemakkelijker bij kunnen', halen we die indruk sneller binnen het waarnemende bewustzijn. Maar sommige indrukken zijn wellicht vage signalen die wij van andere wezens opvingen. De indruk is nauwelijks in onszelf gemaakt. Dan is het zoeken geblazen om zich dat te herinneren.

U moet dat zo zien: alle ervaringen die we overdenken, inpassen in onze eigen kennis en ervaringen, en waar we regelmatig aan denken, worden deel van ons eigen Aurisch Ei, van onze eigen natuur; alle andere ervaringen niet. Toch laten die ook een spoor na, maar het kost ons veel meer moeite om dat spoor te volgen en de bron te traceren.

Herinneren op vele niveaus

In feite is leven een voortdurend zich herinneren: het binnen het waarnemingsveld halen van indrukken. Leren is herinneren. Groei is herinneren. Ons persoonlijke bewustzijn leert namelijk als het de inzichten en kennis van de hogere vormen van bewustzijn actief maakt, ontwikkelt – dat is: uit-wikkelt – ofwel zich *herinnert*. Groei komt van binnenuit. Zelfs fysiek is dat zo. Een plant of bloem groeit van binnenuit. Een menselijk lichaam groeit van binnenuit. Dat geldt ook

voor bewustzijn. Alle vermogens zitten in ons, maar ze moeten naar buiten vloeien.

In alle geledingen van ons samengesteld bewustzijn ervaren we indrukken, door onszelf of wellicht door andere bewustzijnen gemaakt.

Instinct

Welnu, de herinneringen van onze voertuiglijke natuur – het lichaam en het dierlijke bewustzijn – noemen we instinct.

In de biologie wordt instinct omschreven als een vastgelegd gedragspatroon dat ontstaan is zonder ervaring of zonder het te leren. Het zou genetisch overgeërfd zijn. Je treft instinct zowel in de mensen- als dierenwereld aan. Denkt u bijvoorbeeld aan reflexbewegingen. Ook wij zeggen dat instinct is overgeërfd, maar niet van je voorouders maar van jezelf. De in vorige levens opgedane ervaringen op dit voertuiglijke niveau zijn niet verloren als je sterft. Weliswaar nemen we deze ervaringen niet mee naar Devachan, want zoals de vorige spreker u verteld heeft, worden in die toestand van bewustzijn alleen onze spirituele ervaringen herbeleefd en verwerkt. Maar als het bewustzijn zich weer manifesteert en zijn lichamen opbouwt, dan zullen al die in het verleden opgedane bundels van eigenschappen weer tot werkzaamheid worden geprikkeld. Hiermee kunnen ook de wonderbaarlijke vermogens van dieren verklaard worden. Een prachtig voorbeeld daarvan is de monarchvlinder. In enkele generaties trekken deze vlinders van Mexico naar Canada. De vlinders die daar ontpopt zijn, vliegen in één keer terug naar de plek in Mexico waar hun overgrootouders geboren werden. Waar halen ze de kennis vandaan om deze enorme reis af te leggen? Uit hun bewustzijn. Het zijn reeds opgedane ervaringen uit vorige reïncarnaties. Het gehele fysieke en instinctieve bewustzijn van een mens is in feite een herinnering aan reeds opgedane en verwerkte ervaringen. Dat varieert van de specifieke lichamelijke activiteiten, zoals de hartslag en de ademhaling, tot het instinctief reageren op zintuiglijke prikkels. Het zijn processen die voor ons, denkers, automatisch verlopen.

Niettemin kunnen we met ons denken er invloed op uitoefenen. We kunnen, als we disharmonieus denken, die processen zelfs verstoren. We kunnen dat dierlijke bewustzijn in ons ook gebruiken. We kunnen het trai-

nen. Je kunt het instinctieve bewustzijn zo africhten, dat je bijvoorbeeld blind kunt typen. Je kunt je helemaal concentreren op de gedachten en woorden die je wilt gebruiken, terwijl je vingers vanzelf de juiste toetsen op het toetsenbord vinden.

Persoonlijke denken

Het instinctieve bewustzijn van de mens heeft zich gedurende ontelbare ontwikkelingsfasen gevormd tot wat het nu is — of althans zou moeten zijn: een bruikbaar voertuig voor het werkelijk menselijke bewustzijn. Maar dat denkbewustzijn zelf heeft ondertussen ook het een en ander meegemaakt en ook die ervaringen zijn in het bewustzijn opgeslagen.

Nu hebben de meer dagelijkse ervaringen geen duurzaam karakter. Het zijn juist die persoonlijke ervaringen die we het snelst vergeten. Het geheugen van het persoonlijke bewustzijn is daarom zo onbetrouwbaar. Doordat het veelal werkelijkheid toekent aan de vergankelijke, uiterlijke wereld, zijn de indrukken ook vaak van voorbijgaande aard. Verder heeft de persoonlijke mens simpelweg niet het vermogen om de indrukken in het juiste perspectief te zien.

Vergelijk dat met een voetbalelftal dat een wedstrijd wint. Elk van de spelers zal die wedstrijd herinneren vanuit zijn eigen perspectief. De keeper weet dat hij een keer een bal heeft doorgelaten, de spits dat hij gescoord heeft. Maar het bredere kader ontbreekt. De coach langs de lijn evenwel heeft een totaaloverzicht. Zijn herinnering blijkt veel waarheidsgetrouwer te zijn. Die coach is in dit voorbeeld het Hogere Menselijke bewustzijn; elk van de spelers stelt het persoonlijke bewustzijn voor.

Vaak zeggen mensen dat het geheugen onbetrouwbaar is. Dat klopt ook voor zover het de persoonlijke indrukken betreft. Het is zelfs zo dat het persoonlijke bewustzijn vaak blind is voor wat het zelf doet. In het geval van het slaapwandelende meisje verrichtte ze een daad die het persoonlijke bewustzijn zich nooit heeft herinnerd. Pas toen dit meisje een oude vrouw was en aan het voorportaal van de dood stond, waardoor het persoonlijke bewustzijn tijdelijk één werd met het hogere menselijke bewustzijn, herinnerde ze zich wat ze gedaan had. Dat hogere menselijke bewustzijn is dus veel beter in staat die indrukken waar te nemen en het werkelijke belang ervan te doorgronden.

Want zelfs als de persoonlijke mens zich iets herinnert, kleurt hij die herinneringen altijd in overeenkomstig het bewustzijn dat hij op dat bepaalde moment ontwikkeld heeft. Stel dat je met een vriend een geweldige vakantie hebt, maar later word je door hem onheus behandeld, dan wordt de herinnering aan die vakantie gekleurd door de nare ervaring die je later met die vriend had.

De indrukken van de persoonlijke mens overleven de dood niet. Ze gaan tot ontbinding over als het bewustzijn zich terugtrekt. Bij een nieuwe geboorte wordt een nieuwe persoonlijkheid opgebouwd. Dit gebeurt op basis van de kwaliteiten die het vorige persoonlijke bewustzijn tot ontwikkeling had gebracht. Maar die specifiek persoonlijke indrukken uit het vorig leven zijn niet in de nieuwe persoonlijkheid te vinden. Bij elke nieuwe geboorte wordt ook een nieuw brein gevormd. Dat brein moet, zoals het hele lichaam, weer geoefend worden, voordat het optimaal als instrument voor het denken functioneert. Je moet daarom nooit in het persoonlijk bewustzijn of in het brein naar sporen van het vorige leven zoeken. Een uitzondering hierop is als je als kind of jongere sterft. Dan heb je nog geen spirituele ervaringen gehad die je in Devachan moet verwerken. De persoonlijkheid van een gestorven kind lost dan ook niet op en vindt tamelijk snel een nieuwe gelegenheid, een nieuw stel ouders om zich te manifesteren. Dat is de reden waarom er over de hele wereld mensen zijn die in hun vorige leven als kind zijn gestorven en dit zich ook nog kunnen herinneren.⁽²⁾

Geweten

Nu heeft de persoonlijke mens gelukkig ook spirituele gedachten. Hij heeft zijn bovenpersoonlijke interesses en idealen. Hij denkt soms na hoe goed te leven. Die gedachten maken eveneens een indruk, die we van leven tot leven behouden en dus ook steeds kunnen herinneren.

Weet u wanneer we die ons herinneren? Als we iets willen gaan doen waarvan we weten dat we het niet zouden moeten doen. Ons ethisch besef waarschuwt ons dan.

Deze herinneringen worden het geweten genoemd. Het zijn de spiritueel-ethische ervaringen van dit en vorige levens die je je herinnert op het moment dat je iets wilt doen, waarvan die ervaringen je geleerd

hebben dat je het niet moet doen. Daarom geeft het geweten nooit positief advies. Het zegt nooit wat we moeten doen. Het waarschuwt als we iets ethisch onverantwoord willen doen.

Het geweten is het edelste wat een mens ontwikkeld heeft. Het wordt gevormd door zijn meest verheven indrukken. Let wel, het is zeker niet het edelste wat hij is, maar het edelste wat hij tot nu toe ervaren heeft. Je zou het kunnen zien als schakel tussen het persoonlijke en het hogere menselijke bewustzijn.

Het geweten is niet feilloos. Immers, onze spirituele ervaringen zijn beperkt. Zo komen we ook wel eens te staan voor een ethisch vraagstuk waar we in het verleden nog nooit over nagedacht hebben. Dan zwijgt ons geweten. Als we dan de goede keuze maken, hebben we weer geleerd. Maar ook als we een verkeerde beslissing nemen en daar de gevolgen van ondervinden, hebben we weer een ethische les geleerd. Door nieuwe spirituele ervaringen groeit ons geweten.

Luisteren naar je geweten

Nu wordt van wrede mensen wel gezegd dat ze geen geweten hebben. Ik denk eerder dat ze wel een geweten hebben maar er niet naar luisteren.

Doof worden voor de stem van het geweten vindt geleidelijk plaats. Als je, geplaatst voor een ethische keuze, je geweten smooit, dan zul je het bij een volgende ethische kwestie, nog minder horen. Totdat je op een gegeven moment je geweten zo genuilkorfd hebt, dat het lijkt alsof je er geen hebt.

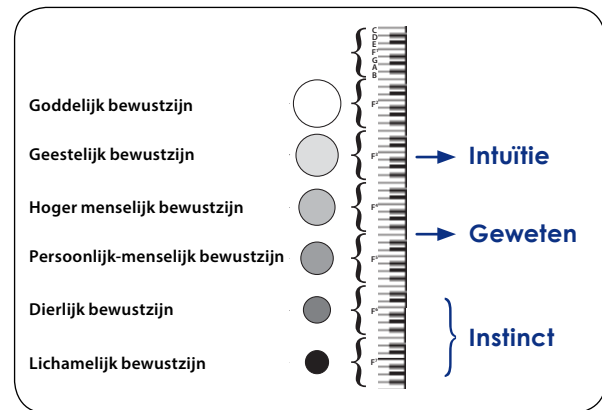
Opvoeding speelt hierin een belangrijke rol. Ouders kunnen het geweten van kinderen stimuleren of juist dempen. Ik heb wel eens een jongetje tegen zijn moeder horen zeggen: “Kijk eens mama wat ik gepikt heb”, waarop zijn moeder geen enkele negatieve reactie gaf. Niet bepaald een stimulans om te leren luisteren naar je geweten. Ik ken ook het geval van een moeder, die haar kind een stuk speelgoed dat hij gepikt had, liet terugbrengen. Zo breng je bij je kind het geweten in stelling.

Als iemand iets tegen zijn geweten in doet, heeft hij vaak bij de eerste keer spijt of wroeging. Maar als hij dat negeert, zal de stem van het geweten steeds zwakker worden, althans die stem zal steeds minder gehoord worden.

Je leest dat ook wel bij moordenaars of beulen: na

de eerste moord of marteling speelt het geweten op. Ze slapen er niet van, ze lijden eronder, maar na de tweede, de derde of zoveelste moord of martelpraktijk, wordt het een gewoonte. Ze horen de stem van het geweten niet meer. Dit is overigens tijdelijk, want ze zullen eens geconfronteerd worden met de gevolgen van hun daden.

De les die je hieruit kunt leren, is dat je moet leren



luisteren naar je geweten. Je *bent* je geweten. Je geweten is de poort naar de hogere delen van jezelf. Als je er niet naar luistert, sluit je deze poort.

Intuïtie

Wanneer die hogere bewustzijnsaspecten zich spontaan aandienen, zonder dat er een intellectuele redenering aan voorafgaat, spreken we van intuïtie. Ook intuïtie is een vorm van zich herinneren.

Die meer spirituele bewustzijnsvormen in ons hebben namelijk ook hun ervaringen, doen op hun bewustzijnsniveau ook hun indrukken op. Die indrukken worden net zo goed vastgelegd in de Âkâsische Natuur. En wij, veelal levende in het persoonlijke bewustzijn, hebben daar ook toegang toe. We kunnen ze aanschouwen. Intuïtie is het onmiddellijk waarnemen van waarheid. Ze is geestelijke wijsheid en manifesteert zich als bovenpersoonlijke, directe visie.

Nu denkt u wellicht: ‘maar dat zijn toch niet mijn indrukken. Mijn bewustzijnsbereik ligt in de sfeer van het persoonlijke. Het hoogste daarvan is het geweten en het is al moeilijk genoeg om daar voortdurend naar te luisteren.’ Er is echter geen afgescheidenheid in de natuur. Alles staat met elkaar in verbinding. U bent óók die hogere bewustzijnen als u zich ermee vereenzelvig.

Leren, zegt Plato, is zich herinneren. Dat wil zeggen dat je de geestelijke ervaringen uit de stroom van bewustzijn die we zijn, actief maakt. Die breng je in je. Die word je gewaar.

In *Phaidoon* beschrijft Plato in een mythisch verhaal hoe de zielen van de mensen voor de geboorte in de godenwereld verkeren. Daar aanschouwen zij de werkelijke Ideeën. Maar als ze geboren worden, moeten ze water van de rivier de Lethe drinken – de rivier van vergetelheid – en vergeten ze wat ze gezien hebben. Heeft een ziel veel gedronken, dan herinnert ze zich weinig; heeft ze weinig gedronken, dan herinnert ze zich veel. Maar elke ziel is die spirituele werkelijkheid gewaargeworden, en als we diep in onszelf kijken, aandachtig luisteren naar wat in ons is, dan weten we dat. We kunnen zelfbewust die herinnering in onszelf trachten op te wekken. Het is mogelijk de intuïtie te trainen. We kunnen ons leren te concentreren op het werkelijk menselijke, het geestelijke, ja, zelfs op het goddelijke bewustzijn in ons. Op zoek gaan naar dit soort herinnering noemt mevrouw Blavatsky ‘reminiscentie’: het actief binnenroepen van deze spirituele beelden.⁽³⁾

Van brein-denken naar Universeel denken

Hoe doen we dat? Hoe maken we contact met die geestelijke invloeden? Hoe stemmen we de ‘octaaf van onze piano’, die van het persoonlijk bewustzijn, zo af, dat we resoneren op de wijsheid en het mededogen van de hogere bewustzijnen in ons?

We moeten ons allereerst leegmaken. We moeten aan persoonlijke gedachten geen plaats meer bieden. U moet zich eens afvragen hoeveel gedachten we wijden aan allerlei zaken die in het licht van spiritualiteit van geen enkel belang zijn. Kijk bijvoorbeeld naar wat de tv ons voorschotelt en u begrijpt dat ons lagere denken soms oververhit raakt door allerlei overbodige informatie en sensaties. Hoeveel zorgen maken we ons niet over onze welvaart, over wat er allemaal mis kan gaan, over mogelijke ziekten, over de naderende dood! Als we ons van al deze dagelijkse beslommingen leegmaken, stemmen we onze ‘octaaf’ op een andere toon en vloeien vanzelf de geestelijke ideeën in ons. Wij geven te vaak de illusoire, uiterlijke wereld een werkelijkheidswaarde die ze niet verdient. We kunnen echter beseffen dat ons geluk niet van illusies afhan-

kelijk is. Als iemand plotseling inziet dat hij zich druk maakte om iets waarover je je niet druk had moeten maken, geeft dat een bevrijding en schept dat ruimte voor nieuwe, grootsere inzichten.

Het gaat erom die inzichten te herkennen en vervolgens te voeden. Dat doen we door onze aandacht erop te richten. Peins daarom over universele ideeën. Schep een beeld van een meedogend mens, van een wereld waarin mensen leven die samenwerking en wederzijdse hulp in de praktijk uitvoeren. Denk groots en bovenpersoonlijk. Leef in het meest verheven ideaal dat je kunt voorstellen.

Deze spirituele grondtoon zal zelfs onze dagelijkse gedachten veranderen. We zullen natuurlijk ook onze vuilnisemmer buiten moeten zetten en naar de winkel gaan om brood te kopen, maar zelfs de gedachten die nodig zijn voor deze handelingen, zullen verlicht worden, als we ze vanuit een overkoepelend Ideaal van mededogen denken. We veredelen dan het persoonlijke, ja, zelfs het dierlijke en lichamelijke. Ook ons brein wordt er uiteindelijk door verlicht.

We moeten niet breinmatig denken. We moeten vanuit het grote, universele beeld denken.

We zijn een stroom van bewustzijn. Onze hogere delen leven in geestelijke werelden. Laten we ons dat herinneren. Laten we de visie op een rechtvaardige wereld, waar samenwerking en wederzijdse hulp de norm zijn, zo scherp en helder formuleren, dat we die in ons dagelijks leven, bij elke handeling die we verrichten en elke gedachte die we denken, zullen herinneren. Meer dan wat ook heeft de lijdende mensheid deze herinnering nodig.

Referenties

1. H.P. Blavatsky, ‘Memory in the dying’. Opgenomen in *H.P. Blavatsky Collected Writings*. 15 delen, The Theosophical Publishing House, Wheaton 1990, deel 11, blz. 446.
2. Zie: H. van der Pol, ‘Wetenschappelijk onderzoek vindt bewijzen voor reïncarnatie’. Artikel in *Lucifer*, jaargang 27, oktober 2005, nummer 5, blz. 87.
3. H.P. Blavatsky, *De Sleutel tot de Theosofie*. Theosophical University Press, Pasadena, Den Haag, München 1985, hoofdstuk 8.



Bewustzijnsverruiming door oefening – Uitkomst workshops

Mens (her)ken Uw Zelf

De workshops

Na de drie presentaties werden door de aanwezigen van het symposium in groepen van ongeveer twintig mensen de volgende vragen besproken.

- *Kunt u een voorbeeld geven dat je van de ene in de andere karakteristiek kwam:*
 - a. Door een impuls van buitenaf
 - b. Vanuit jezelf
 - c. Was dit een lagere of hogere bewustzijns-karakteristiek?
- *Hoe verbeter je de mentaliteit van mensen?*
 - a. Hoe ontstaat de mentaliteit van mensen gezien door de ‘materialistische bril’?
 - b. Hoe ontstaat de mentaliteit van mensen gezien door de ‘mentaal-emotionele bril’?
 - c. Hoe ontstaat de mentaliteit van mensen gezien door de ‘spirituele bril’?

Geef nu antwoord op de vraag: hoe verbeter je de mentaliteit van mensen?
- *Hoe kom je tot bewustzijnsuitbreiding?*

Vervolgens brachten de workshopleiders plenair een kort verslag van hun workshop, waarna Herman C. Vermeulen een kort commentaar gaf. We geven een impressie hiervan.

Workshop 1

Bij de materialistische bril werden zaken als wetenschappelijke dogma’s genoemd – je zou bijna wetenschappelijk geloof kunnen zeggen – die spreken van geluk en pech, meedoen aan een loterij. Ze worden gebracht als wetenschappelijke dictaten in de maatschappij.

Voor wat betreft de mentaal-emotionele bril werd de competitiegeest genoemd, die in onze maatschappij zo ontzettend wordt benadrukt.

Door de spirituele bril zien we de goede voorbeelden van inspirerende en meedogende mensen in de samenleving.

Naar aanleiding van de laatste twee vragen over hoe de mentaliteit van de mensen te verbeteren, ontstond een interessante discussie: wie zijn wij om de mentaliteit van anderen te willen veranderen? Het gaat er vooral om mensen te helpen zich bewust te worden van een aantal zaken zoals Stichting I.S.I.S. hier heeft geprobeerd te doen. Door bijvoorbeeld te laten zien dat je denken uit zeven aspecten bestaat en dat je daar ook wat mee kan gaan doen.

Verder was er de focus op de hogere aspecten in jezelf waarmee je als het ware dat lagere in jezelf naar de achtergrond kan laten gaan, om dat langzaam te laten verdwijnen; een soort ‘fade-out’ — we waren namelijk de Engelse workshop.

Er werd door iemand een leuk voorbeeld gegeven van

de theosofische leer der hiërarchieën, over hoe alles is opgebouwd. Daaruit werd de conclusie getrokken dat je – gezien onze verantwoordelijkheid voor het dierenrijk – maar beter vegetariër kunt worden. Je kan zeggen dat dat een sprong was in haar mentaliteit.

Workshop 2

Er werd een aardig voorbeeld gegeven van een verandering van de ene naar de andere karakteristiek door een impuls van buitenaf. Er was iemand die ooit naar het Sint-Pietersplein was gegaan en in die menigte mensen stond in afwachting van de komst van de Paus. Plotseling begon ze met de hele massa mee te huilen, omdat ze door die massa emotioneel overmand werd zonder dat ze het zelf eigenlijk wilde.

Bij de vraag ‘Hoe ontstaat mentaliteit vanuit de materialistische bril?’ was het antwoord dat dit bepaald wordt door je hersenen en door je omgeving en hoe je hersenen weer op de omgeving reageren.

Een aardige uitspraak over hoe de mentaliteit verandert gezien door de mentaal-emotionele bril, is dat je zegt: “ik ben ook maar een mens”, dus dat je er niet van uitgaat dat je meer in je hebt dan alleen maar je beperkte vermogens.

Straffen en belonen, die vallen ook onder de mentaal-emotionele bril.

Bij de vraag ‘Hoe ontstaat mentaliteit gezien door de spirituele bril?’ werd genoemd: inspireren, het voorbeeld geven, maar belangrijker nog is het voorbeeld *leven* en dat is dan ook inspireren.

Educatie is ook belangrijk. Luister ook vooral goed naar degene die je ‘educeert’, zodat je aansluiting vindt bij die persoon.

Bij de vraag ‘Hoe verbeter je de mentaliteit van mensen?’ is het simpele antwoord: wanneer je door de spirituele bril kijkt. Er kwamen drie sterke punten naar voren bij deze vraag, namelijk door je te concentreren op de eenheid van het leven, deze te overpeinzen en erover te mediteren. Ook het hebben van een open houding is belangrijk, zodat je altijd openstaat voor een grotere waarheid. Als laatste werd ‘jezelf vergeten’ genoemd.

Workshop 3

Bij de eerste vraag was er het voorbeeld dat een sterfgeval eerst een impuls van lijden kan geven, maar

vervolgens een van verzuchting omdat iemand uit zijn lijden verlost is, maar daarna ook een impuls tot allerlei activiteiten, omdat er heel veel geregeld moet worden. Dus door één impuls kunnen meerdere karakteristieken worden aangesproken.

Hoe verbeter je de mentaliteit van mensen? We hebben eerst stilgestaan bij de vraag of, als je een materialistische bril ophebt, je überhaupt gaat nadenken hoe de mentaliteit van mensen ontstaat. Of zie je hoe de wereld is en neem je die zoals die is, zonder je af te vragen of dat uit de hersenen komt of niet?

Er zijn vele voorbeelden genoemd van het kijken door de mentaal-emotionele bril, zoals wat door de regering, de media en het onderwijs wordt gedaan, zowel in positieve als negatieve zin. Maar met die tweede bril kijk je wat verder dan je neus lang is en zoek je wat verder naar oorzaken.

Met de spirituele bril zie je harmonie — en disharmonie natuurlijk als de mentaliteit nog niet harmonieus is. Hoe verbeter je de mentaliteit van mensen? Een antwoord was leiderschap. En: het opbouwen van een visie onder de mensen. Spirituele leiders inspireren mensen om een visie op te bouwen.

Hoe kom je nu tot bewustzijnsverruiming? Eén antwoord was meditatie, maar dan in de zin van je richten op een ideaal.

In een vorig symposium zei iemand dat hij in de ogen van zijn partner keek en een groot mysterie zag en wat bij hem vooral naar voren kwam, was die verwondering die hij op dat moment in zich ervoer. Door die verwondering was hij in staat om zijn bewustzijn te verruimen. Je moet een *open mind* hebben om tot bewustzijnsuitbreiding te komen.

Workshop 4

Er werd niet zozeer over die drie brillen afzonderlijk gesproken, maar veel meer over de samengesteldheid van het menselijke wezen. Een deel van de samengesteldheid is vaak op zichzelf gericht — het eigenbelang eerst. Binnen die samengesteldheid koestert het mentaal-psychische deel vaak niet de gewenste mentaliteit van het algemeen belang.

Het meest interessante was de spirituele bril waarover veel opmerkingen kwamen, zoals van: dan ga je uit van de Eenheid. En als die Eenheid er is, dan doet alles ertoe. Niemand is dan daarvan uitgezonderd. Dan

poog je ook jouw talenten in te brengen in die Eenheid. De laatste vraag ‘Hoe kunnen we de mentaliteit veranderen?’ werd door een cursist Anders Denken vooral beantwoord door de gedachten van die cursus aan te halen: we moeten niet meer antropomorfisch denken maar leven in de hogere denkaspecten.

Workshop 5

Voordat de deelnemers aan de vragen toekwamen, werd de vraag besproken – een duidelijke oefening in bewustzijnsuitbreiding – hoe je elkaar beïnvloedt volgens het pianomodel. En hoe kan je voorkomen dat je wordt beïnvloed door een andere piano? Wat verstoort het luisteren naar je geweten of naar je intuïtie? We hebben gehoord hoe één procent voetbalvandalen een hele stad kan beïnvloeden. Maar als we dat andersom zouden willen doen, waarom lukt dat niet? Deze vragen waren een mooie leidraad die ons tot dezelfde conclusies leidde, namelijk dat alles resoneert met alles. Dat was een heel mooi vertrekpunt. Dat wil ook zeggen dat we niet alleen maar met mensen om ons heen resoneren, maar soms ook met bepaalde plaatsen. De conclusies zijn: als je door die spirituele bril gaat kijken dan moet je dus je wereld groter gaan maken, je moet de oorzaken en gevolgen gaan zien, je moet op zoek gaan naar de hele keten. Wat zit erachter als iets gebeurt?

Zelfstandigheid is een belangrijke factor. Zelf nadenken. Je moet jezelf vragen gaan stellen. Dan bouw je nieuwe inzichten op. Dan kun je ook je nieuwe inzichten en perspectieven gaan overdragen als je de mentaliteit van mensen wilt gaan veranderen — en die vooral verbinden met de hogere karakteristiek in je denken.

Uiteraard moet je voorbeeldgedrag geven. Dat betekent om te beginnen dat je zuiver moet zijn in je eigen motieven. Een voorbeeld: als je een kind hebt dat slecht presteert op school, dan is het belangrijk wat je zegt, maar de motivatie waarmee je dat zegt is evenzeer van groot belang, want wat resoneert er?

Hoe kom je tot bewustzijnsuitbreiding? Je moet je dingen af gaan vragen. Je moet kennis gaan verwerven. Je moet zelfstandig denken, zorgen dat je met verschillende mensen omgaat en ook dat je je oor bij hen te luisteren legt, liefde en mededogen toont, samenwerkt, bruggen bouwt.

Een ander onderwerp dat ter sprake kwam, was onderwijs. Kan het volgende symposium niet daarover gaan? [Zie blz. 64; red.]

Workshop 6

Eerst werd stilgestaan bij de vragen over de kernbegrippen en met name kwam het begrip ‘geweten’ ter sprake. Er is vastgesteld dat het ‘geweten’ iets heel anders is dan de normen en de waarden die in een bepaalde maatschappij belangrijk worden genoemd. Het geweten is echt de individuele ethische ervaring uit vorige levens en uit dit leven.

Daarna werd gesproken over de verschillende manieren van het resoneren van die bewustzijnen op elkaar. Er werd vastgesteld dat die resonantie tot in het dierenrijk doorgaat.

Nu komen, kort geformuleerd, de antwoorden op de vragen. ‘Hoe ontstaat de mentaliteit van mensen vanuit de materialistische bril?’ Alles is stof, dus moet je het in de stof zoeken. Als je iets verder kijkt, dan kom je erachter dat achter die stof iets meer zit — dat is de tweede bril. En als je door de derde bril kijkt, dan zie je dat alles met elkaar verbonden is.

‘Hoe verbeter je de mentaliteit van mensen?’ Er werd vastgesteld dat we de mentaliteit van mensen niet kunnen verbeteren, je kan alleen je eigen mentaliteit verbeteren. Dat is een belangrijk uitgangspunt. Door de wereld te beschouwen vanuit de spirituele bril, kom je tot bewustzijnsuitbreiding. Praktisch betekent dat: ga uit van een helder uitgangspunt. Daarna is het oefenen, volharding, het ideaal voor ogen blijven houden — en ook hoe je dat onder mensen kan verspreiden. Begin zo jong mogelijk, dus opvoeding is heel belangrijk.

Vragen

Vervolgens werden er vragen opgeworpen, die in de workshops naar voren kwamen. Herman C. Vermeulen behandelde die.

Hiërarchieën en gelijkwaardigheid

Vraag

Als je spreekt over de verschillende ego’s in het pianoschema, is er dan sprake van ‘hoger’ of ‘lager’? Er zijn zoveel termen: ego, het transcendente deel, persoonlijk, bovenpersoonlijk. Is er niet sprake van een schaalverdeling, waarin persoonlijk geleidelijk bo-

venpersoonlijk wordt? Alles is bewustzijn. Er is een hiërarchische lijn. Staan wij dan ergens in het midden van die oneindigheid? Hoe verhouden zich die hogere bewustzijnen tot de onze? En hoe verhouden wij ons ten opzichte van lagere bewustzijnen?

Antwoord

Dat is een uitgebreide en gecompliceerde vraag. Welnu, we moeten allereerst vaststellen dat de Theosofia uitgaat van een hiërarchische structuur. Ofwel: niet iedereen is gelijk, maar wel gelijkwaardig. Dat is een heel principiële gedachte. We hebben allemaal onze eigen karakters en eigenschappen. We zijn anders maar we zijn wel gelijkwaardig.

De Theosofia leert dan ook niet dat een bepaald niveau meer te vertellen heeft dan een ander niveau. Je moet je realiseren dat er een grote vorm van samenwerking is en dat die hiërarchisch is. Dat wil zeggen, er is een bewustzijn dat een aantal onderliggende bewustzijnen inspireert om daarmee samen te werken — zoals wij ook samenwerken bij het maken van een symposium, of zoals een menselijk wezen zijn lichaam met alle cellen gebruikt. Hij is er niet zozeer de baas over, maar als het goed is dan is hij er wel de inspirator voor.

Maar er is vrije wil. Dat betekent dat die onderliggende bewustzijnen kunnen zeggen: het is prima met jou, maar we gaan toch ergens anders naartoe. Die vrijheid bestaat. Het is dus niet zo van eenmaal hier, altijd hier. Er zit een enorme dynamiek in.

Er is altijd wel een ethische verantwoordelijkheid. Omdat je samenwerkt en inspirator bent voor een aantal meewerkende bewustzijnen, bepaal je de sfeer voor die andere wezens. Je rolt als het ware het matje uit: de ethiek, de basis waarop je samenwerkt.

Als wij met onze maatschappelijke opvattingen praten over iemand die leidinggeeft en die een inspirator is, dan spiegelen we ons maatschappelijk veel te veel aan degenen die nu vaak de leiding hebben — en theosofisch gezien is dat eigenlijk een heel verkeerd voorbeeld. Het zijn van de inspirator is het ware leidinggeven. Of zoals Lao-tse zegt: “De ware leider loopt achter het volk, zodat hij het niet voor de voeten loopt.”

Oftewel, je bent een stimulator. En van een stimulator mag je verwachten dat die een levend voorbeeld is. De anderen kunnen dat voorbeeld gewoon op basis van hun vrije wil accepteren en navolgen.

We hebben wel eens de vraag van mensen gekregen die lid van onze organisatie wilden worden: “Wat moet ik dan doen?” Je moet niks. Als je niet wilt dan doe je niet mee en als je het leuk vindt om mee te werken, dan ben je van harte welkom. Het geeft niet als je niets kan, want dat leren we je wel en er is altijd wel wat te doen. Dat is een heel andere sfeer dan wanneer je zegt: “Als je mee gaat doen, dan ben je verplicht om dit of dat te doen.”

Er is wel een hiërarchische structuur, maar in het oneindige kan je niet zeggen dat iets de top of de bodem van de oneindigheid is. Er zijn slechts relatieve toppen. Er is altijd een inspirerend bewustzijn dat samenwerkt met andere bewustzijnen. Dat kan zich in allerlei mogelijke vormen voordoen. Deze gedachte wordt in onze samenleving heel moeilijk opgepakt. Ik kan u dit met een buddhistisch voorbeeld misschien wat duidelijker maken: het leven in een *Sangha*. Iedereen is deel van de Sangha: je eet allen hetzelfde, je bent hetzelfde gekleed. Maar als het op studeren aankomt, dan weet de een meer dan de ander. Het is dan de uitdaging om het over te dragen en niet voor jezelf te houden. Je moet de inspirator zijn.

Verandering en oneindigheid

Vraag

We hebben deze twee dagen gezien dat de Natuur een heel dynamisch proces is, dat er constant verandering is, dat bewustzijn op bewustzijn reageert. Is de oneindigheid ook aan verandering onderhevig?

Antwoord

We hebben niet de juiste woorden of termen om de oneindigheid tot uitdrukking te brengen. Dat moet vaak in ontkennende vorm. Of we zeggen bijvoorbeeld: oneindigheid is verandering of beweging *per se*. Dat wil zeggen dat het de onderliggende stimulans is voor wat je aan de uiterlijke kant ziet.

Gisteravond hadden we dat voorbeeld van de oceaan. In de oceaan heb je golven. Elke golf denkt los van de andere te zijn, maar ze zijn aan de onderkant met elkaar verbonden.

Je moet je realiseren dat je met het begrip oneindigheid niet kan denken in de vorm van verandering, want dat zou impliceren dat het niet oneindig is. In oneindigheid zitten alle vormen die je je maar kan

bedenken, waaraan je de verandering kan koppelen. Zou het oneindige kunnen veranderen, dan zou het geen oneindigheid zijn, want dan zou het een bepaald kenmerk hebben. Vandaar dat we zeggen dat het Verandering *per se* is. Het is Beweging *per se*. Alle potenties zitten erin. Het zijn 'lokale concentraties' die uitdrukking geven aan die Beweging. Dus die golven in die oceaan geven uitdrukking aan die oceaan. Zou het een windstille dag zijn, dan zou je kunnen veronderstellen dat er geen beweging is, maar in detail zie je natuurlijk altijd activiteit. Aan de andere kant moet je je realiseren dat beweging altijd een beperking inhoudt.

Wat is nu de uitdaging? Je moet aan het Oneindige en aan Beweging geen grenzen stellen. Zodra je in begrenzings gaat denken, dan doe je het Oneindige tekort. Je vindt dat terug in de Proloog van *De Geheime Leer*, waarin mevrouw Blavatsky zegt dat het grenzenloze elke menselijke voorstelling te boven gaat. Toch is het interessant daarover na te denken. Je kunt dan nagaan welke ethiek je in je leven tot uitdrukking wilt brengen. Filosofie heeft een aantal hypothesen nodig en een belangrijke hypothese is oneindigheid. Ga na of je wel of niet van de totaliteit uitgaat. Dat houdt in dat er altijd meer is; er is altijd lager en hoger dan wij. Er is altijd horizontale of verticale samenwerking, maar ook in principe in alle richtingen. Het is driedimensionaal, hoewel je dit woord in de oneindigheid ook niet kunt gebruiken. Fysici hebben 'string'-theorieën ontworpen. Ik geloof dat ze nu op 26 niveaus zitten. Theosofisch gezien is dat nog maar een fluitje van een cent, want er is in principe een oneindig aantal niveaus.

Vele religies zijn in de problemen gekomen omdat ze aan die oneindigheid indirect toch beperkingen zijn gaan toekennen. Je krijgt dan een godsdienst waarin mensen om allerlei gunsten aan het Allerhoogste vragen. Maar in de Islam mag je het Allerhoogste niet afbeelden. In de joodse traditie kun je het alleen met een bijnaam of met een liefkozende naam aanspreken. Lao-tse zegt heel simpel: "Het Tao dat genoemd kan worden is niet het ware Tao."

Leren

Vraag

Kunt u iets vertellen over dat leren? Hoe werkt dat

vanuit een theosofisch perspectief? Kunt u een tipje van de sluier oplichten?

Antwoord

Een tipje van de sluier! Er zijn enkele belangrijke uitgangspunten die in ogeschouw genomen dienen te worden.

Ten eerste is een baby die geboren wordt geen blanco bladzijde. Zo'n baby heeft een geschiedenis achter zich, heeft een karakter in een oneindig aantal voorgaande incarnaties opgebouwd.

Ten tweede gaat de ontwikkeling van het kind van 0 tot 21 jaar in een aantal cyclische bewegingen. Elke cyclus heeft een bepaalde mogelijkheid om daarop in te spelen. Dat is iets wat je in de visies van Rudolf Steiner en Maria Montessori terugvindt. Beiden hadden een theosofische achtergrond, dat moge duidelijk zijn. Je vindt dat ook terug in de Râja-Yogaschool, zoals die vroeger in Point Loma was. Daar werkte men met die cyclische beweging. Ontwikkeling gaat in fasen. Weet je op die fasen goed in te spelen, dan is het vele malen efficiënter dan als je op het verkeerde moment de technieken probeert duidelijk te maken, of bepaalde kwaliteiten probeert te stimuleren.

Leren is altijd het naar buiten halen. Het is de socratische methode van de vroedvrouw — de juiste vragen stellen, zodat de leerling kan nadenken over de antwoorden. Dus niet zeggen *wat* het is, maar waarom *denk* je dat het zo is. En hoe ben je tot die conclusie gekomen?

Dat is inspireren en de kwaliteiten en eigenschappen naar buiten halen. We gaan ervan uit dat alle kwaliteiten in iedereen aanwezig zijn, alleen bij de een duurt het wat langer om een bepaalde kwaliteit naar buiten te krijgen dan bij een ander. Voor de een moet je bijvoorbeeld die kwaliteiten naar buiten krijgen met een wiskundige aanpak en bij de ander is er een andere aanpak nodig. Dat betekent dus veelal individueel onderwijs. Een klas van 30-35 leerlingen is theosofisch gezien redelijk rampzalig. Je moet op de een of andere manier die leerlingen individueel kunnen begeleiden om de individuele obstakels op te heffen.

Op het volgende symposium, op 30 en 31 mei in 2015, gaan we hierop in. De titel is 'Râja-Yoga Opvoeding van het reïncarnerende kind'.

Diezelfde techniek van Râja-Yoga hebben wij in de

twaalf lessen van de cursus ‘Anders Denken’ zitten. Dan moet je de vervolgcursus ‘Levenswijsheid’ daarbij betrekken, die een levensvisie op basis van de zeven Juwelen van Wijsheid helpt ontwikkelen. In de eerste cursus bespreken we hoe ‘het denken’ in elkaar zit, hoe dat je die gedachten van hogere kwaliteit kan ontwikkelen en vasthouden. We geven die cursus nu al een ruim aantal jaren en steeds is het heel boeiend en dynamisch.

De beste manier om ‘Anders Denken’ en de Theosofia uit te dragen is een levend voorbeeld van het principe te zijn. Je hoeft er niet eens over te praten. Dat wil niet zeggen dat je er niet over *mag* praten, maar mijn ervaring is dat je niemand over de streep krijgt door hem met allerlei woorden te overladen — het voorbeeld is veel belangrijker.

Terugkijkend op wat we deze twee dagen hebben gedaan, ben ik van mening dat we een paar fantastische dagen hebben gehad. De begrippen bewustzijn en materie hebben we veel beter leren begrijpen. Er wordt vaak gedacht dat het spiritualistisch uitgangspunt, dat door de Theosofia wordt gebracht, haaks op de wetenschap staat. Wij zijn van mening dat dat absoluut niet het geval is. We plaatsen de wetenschappelijke feiten alleen in een groter beeld, waardoor heel andere conclusies getrokken worden.

Realiseert u zich ook dat we in de lezingen heel summier de theosofische leringen hebben weergegeven. We hebben meters literatuur voor wie erin geïnteresseerd is. U heeft wat dat betreft een oneindige leerschool voor de boeg. Daar moet u niet depri van worden — elke fase daarin is namelijk fantastisch om mee te maken.



I.S.I.S. Symposium 2015

Râja-Yoga Opvoeding van het reïncarnerende kind

zaterdag 30 en zondag 31 mei

Problemen waarmee veel mensen worstelen, zijn vaak te herleiden tot het feit dat hen nooit werd geleerd de eigen natuur te leren kennen en er meester over te zijn.

Ook wereldproblemen – het geweld, de oorlog en de armoede – zijn altijd terug te voeren naar een onbalans in het bewustzijn van mensen. Omdat er een visie ontbreekt op het leven en de dood, zoeken mensen nooit echt serieus naar oplossingen. Ze geloven dat de wereld is zoals hij is en toch nooit beter wordt. Een andere visie hebben ze nooit leren ontwikkelen.

Een juiste opvoeding kan mensen in staat stellen die visie te ontwikkelen. Het belang van opvoeding is daarom groot. Alleen wat is de *juiste* opvoeding?

Op het I.S.I.S. Symposium wordt gedurende twee dagen gepoogd een antwoord op die vraag te vinden. Het uitgangspunt van die zoektocht is een eeuwenoud opvoedsysteem, Râja-Yoga. Dat systeem is gebaseerd op het feit dat alle vermogens al in de mens zitten. Ze zijn alleen nog niet, of nog niet volledig, ontwikkeld — ‘uit-gewikkeld’. Je moet kinderen dus nooit iets *aanleren*; je moet ze in staat stellen hun slapende vermogens te activeren.

De leer van reïncarnatie is een logisch onderdeel van het Râja-Yoga systeem. Kinderen worden niet als een onbeschreven blad geboren, maar hebben in vorige levens hun karakter opgebouwd. Râja-Yoga leert hun de edele kanten van dat karakter tot volle wasdom te brengen, waardoor ze in staat zijn de onedele trekken te beheersen en te veredelen. Ze leren alle kwaliteiten in hun samengesteld bewustzijn kennen, waardoor ze zelfstandig een visie op kunnen bouwen, zich verantwoordelijk weten en als gevolg daarvan zich kunnen inzetten voor een groter geheel.

Vanaf het begin van de twintigste eeuw hebben leden van Het Theosofisch Genootschap ervaringen opgedaan met Râja-Yoga, dat zich vooral onderscheidt van andere systemen omdat het kinderen niet leert *wat* ze moeten denken, maar *hoe* ze moeten denken.

Het Râja-Yoga systeem is niet slechts toepasbaar op kinderen. Dus niet alleen (groot)ouders en leraren kunnen het toepassen. Iedereen gaat met mensen om. We zijn de opvoeders van elkaar. Maar wat nog belangrijker is: je bent pas een goede opvoeder als je de beginselen van Râja-Yoga eerst op jezelf leert toepassen. We zijn de opvoeders van onszelf!

Het symposium zal in korte lezingen de principes van Râja-Yoga voorleggen. Daarna kunnen de deelnemers in workshops de juistheid en toepasbaarheid van deze principes toetsen.

In een later stadium vindt u op onze website www.stichtingisis.org het volledige programma en de locatie van het symposium. U kunt zich daar ook aanmelden.

Colofon

Redactie:

Barend Voorham, Henk Bezemer,
Bianca Peeters, Rob Goor,
Astrid Kramer

Eindredactie:

Herman C. Vermeulen

Vormgeving en druk:

Stichting I.S.I.S.,
Blavatskyhuis,
De Ruyterstraat 72-74,
2518 AV Den Haag,
tel. 070-346 15 45,
fax 070-345 24 67
e-mail: info@stichtingisis.org
internet: www.stichtingisis.org

© Stichting I.S.I.S.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

Dit nummer uit de Symposiumreeks is tevens nummer 4 en 5 van *Lucifer*, jaargang 36, 2014.



Stichting I.S.I.S.
De Ruyterstraat 72-74
2518 AV Den Haag
T : 070 - 346 15 45
F : 070 - 345 24 67
E : info@stichtingisis.org
I : www.stichtingisis.org

Den Haag, september 2014

Symposiumreeks, nummer 16 is tevens Lucifer, nummer 4/5, 2014