

# PRAKTISCHE THEOSOFIE

*een cursus in tien brieven*

door

dr. G. S. ARUNDALE

5. Hoe men gelukkig kan zijn onder  
ongunstige omstandigheden



1961

UITGEVERIJ THEOSOFISCHE VERENIGING, NED. AFD.  
AMSTELDIJK 76 - AMSTERDAM-Z.

## 5. HOE MEN GELUKKIG KAN ZIJN ONDER ONGUNSTIGE OMSTANDIGHEDEN

Zodra geluk beschouwd wordt als een vereiste voor de evenwichtige ontwikkeling van de individu, opdat het leven vervuld worde, kan het zoeken ernaar niet langer als egoïsme worden gezien. Maar het geluk, waarnaar het een ieders plicht is te streven, is niet van uiterlijke omstandigheden en omgeving afhankelijk, maar van de ontdekking van de betekenis en het doel van het leven door middel van het begripen van alle omstandigheden in het leven en het ligt binnen het bereik van elke individu, die ernaar wil zoeken met verstand en belangeloze eerlijkheid en die zichzelf wil bevrijden van die valse aanpassing, waardoor hij verzoent en aanvaardt, maar die hem niet het begrip schenkt.

Iets van de menselijke natuur en van zijn dynamische vermogens is aangegeven en u hebt uzelf in verband met die vermogens kunnen zien, u hebt de methode om ze vrij te maken, geleerd. U hebt gezien, dat alle ervaring een najagen van het geluk is, een najagen, dat in werkelijkheid een zoeken is van het kleine deel naar het grote Geheel. En nu gaan wij die ingrediënten beschouwen, die nodig zijn voor begrip en daarom ook voor het welzijn van iedereen onder ongelukkige omstandigheden.

Maar hoe weinigen zullen erkennen, dat het fundamentele element van het merendeel van het leed het individu is en dat hij met zichzelf moet beginnen. Hij moet zijn verhouding tot anderen, zijn reacties op zijn omgeving, op de mensen in die om-

geving, op zijn werk, zijn godsdienst, zijn overtuigingen, op gezondheid, ziekte, huwelijk en geslachtsleven begrijpen. Zijn ingewikkelde *reacties* op deze alledaagse factoren zijn het, eerder nog dan die factoren zelf, die de oorzaak zijn van veel menselijke ellende; deze waarheid is duidelijk waarneembaar in de wijze, waarop mensen in gelijksoortige of identieke levensomstandigheden reageren. Sommigen zullen de uitdaging met vreugdevolle intelligentie en moed aannemen — andere scheppen door hun reacties problemen, die naar ellende en zelfbeklag leiden.

*De toversleutel, die toegang geeft tot begrip*

Nu u zich bewust wordt van het feit, dat de ellende wordt vergroot naarmate het leven wordt belemmerd door egoïsme, trots, jalouzie, vooroordeel en talloze andere beperkende eigenschappen, hebt u de toversleutel in uw bezit. Maar u moet nu nog de deur ontsluiten en het gebied van het begrip betreden. Om dit te doen, moet men de verschillende elementen van elk afzonderlijk probleem kunnen herkennen. U moet het egoïsme, de jalouzie, de trots en alle overige eigenschappen zien, die uw reacties beïnvloeden en u moet ze beschouwen in verband met een bepaald probleem, u moet ze herkennen als factoren, die bijdragen tot dat probleem, anders zal — wanneer nauwelijks de éne moeilijkheid is opgelost — deze hele ongezonde massa factoren zich hechten aan andere omstandigheden en zodoende nieuwe moeilijkheden in het leven roepen.

Wanneer u zich eenmaal bewust bent van de

geest en de emoties die ertoe bijdragen, een situatie ingewikkeld te maken, dan bent u niet alleen in staat om het resultaat hiervan te zien en het met verstand te bestrijden, maar ook kunt u de wijze ontdekken, waarop u toekomstige problemen het beste kunt benaderen. Want — hoewel de condities, die het leed hebben geschapen, onveranderd kunnen blijven (en soms moeten ze onveranderd blijven) — zult u er zich van bewust zijn, dat de transformatie zich binnenin uzelf moet voltrekken. Dan zult u ophouden, anderen of uw omstandigheden de schuld te geven van uw narigheden, omdat u weet, dat het geheim van het geluk in uzelf besloten ligt.

*Experimenteren om gelukkig te worden.*

Dit weten is echter niet genoeg. Men moet voortdurend met elk probleem, dat men tegenkomt, experimenteren, met elke narigheid ook, totdat men de elementen van beide vindt, terwijl men tegelijkertijd tracht in zichzelf de harmonie, de vrijheid, de eenvoud en het evenwicht te bereiken.

Innerlijke harmonie, die verbinding van hart en geest vanwaar alle waarachtige handeling ontspruit, is het eerste ingrediënt, dat strikt noodzakelijk is voor de vrede. Dit zal erkend worden door diegenen, wier geluk bij talloze gelegenheden vernietigd is door het conflict tussen begeerte en verstand. Getuige de gewone man die zo vaak tegen zijn zin naar een lezing of naar een concert gaat, omdat zijn hart hem ingeeft, dat zijn vrouw behoefte heeft aan verandering en ontspanning, terwijl de geest voortdurend zijn recht op een welverdiende avond thuis

opeist en verdedigt. Als zo'n conflict sterk is, bij irritatie af, dan zal de handeling, die uit een dergelijke disharmonie voortkomt, verkeerd en futiel zijn, want de avond, die zozeer tegen zijn zin wordt opgeofferd, het concert, dat hij zo tegen zijn zin aanhoort, zal noch hem, noch de vrouw, voor wie het offer gebracht werd, veel genoegen geven. Alleen wanneer het hart en de geest in harmonie blijven, kan handeling tot blijvend geluk leiden.

Vrijheid is het tweede bestanddeel: vrijheid van de gebondenheid of perversies die uit training, omgeving, ras, godsdienst voortkomt; vrijheid voor de ziel om binnen zijn voertuigen te kunnen bewegen, onbelemmerd door beperkingen of abnormaliteiten; vrijheid van jaloezie, trots, kleingeestigheid en andere beperkende eigenschappen; vrijheid van angsten, van zorgen om wat de mensen zullen zeggen, van de begeerte een positie te verwerven of te handhaven, vrijheid van tradities en conventies, zodat het Zelf zich, zonder beperkingen, in zijn volle macht en zuiverheid binnen de gevangenis van de alledaagse wereld kan bewegen.

Maar al te dikwijls — het is waar — wordt deze vrijheid misverstaan als losbandigheid en wordt ermee gepronkt tegenover conventie en gewoonte, training en traditie, minder omdat de ziel vrij is, dan omdat zij gevangen is in een begrip van vrijheid dat meer begrenst dan de gewoonte, die haar veroordeelt zelf. Maar de werkelijk vrije mens is eenvoudig, recht-door-zee en ongecompliceerd; hij vermijdt de eigenaardigheden die inhaerent zijn aan het gepronk met vrijheid.

Uit het tweede komt het derde bestanddeel voort: de eenvoud, die de wereld en de mensen aanvaardt zoals zij zijn; de eenvoud, die zich vrij en natuurlijk openbaart, zonder moeite of begeerte naar macht, naar erkenning, naar beloning; de eenvoud, die alles binnen zijn gebied van bewustzijn omvat en die zijn warmtegevend licht laat stralen zowel over hen die het wel, als over hen die het niet verdienen, zoals de bloem zijn geur verspreidt.

En waar evenwicht heerst en waar de eigenschappen van hart en geest in evenwicht zijn, daar zal ook een gelukkiger reactie gevonden worden op, en een groter begrip voor de verschillende individuele typen en temperamenten, die een om de geest en de emoties draaiende wereld bevolken.

*Welke factoren doen een probleem ontstaan?*

Nu wij erkennen, dat het individu het hoofdpunt, is en nu wij kennis hebben verkregen omtrent de elementen, waaruit het geluk bestaat, kunnen wij die factoren, die verdriet veroorzaken, nader onder ogen zien.

Zelden is een probleem ontgaan van egoïsme of persoonlijke begeerte, hoe knap die ook door de geest of de emoties verborgen kan worden. Dat een situatie een probleem is geworden, is op zichzelf een aanwijzing, dat een dergelijke begeerte er in meespeelt, hoewel deze begeerte kan zijn verborgen onder de dekmantel van schijnbaar altruïsme. Dit moet als een mogelijkheid worden toegegeven of erkend, voordat we de volgende stap kunnen doen, die zijn zal: dit egoïsme op te zoeken en te erkennen,

hoewel er misschien dagen, weken of zelfs maanden nodig zijn om het te ontdekken. Tegelijkertijd moet elk spoor van angst, van welke aard ook, worden ontdekt en elk conflict tussen hart en geest opgelost, terwijl men voortdurend moet trachten, de complicaties, die ontstaan door het onderworpen zijn aan tradities en conventies, te ontdekken.

Als dit zoeken wordt doorgevoerd met geduld en onpersoonlijke eerlijkheid, zullen de oorzaken van de ellende aan het licht komen en hij, die de moed heeft gehad om zóver te komen, zal ook de wijsheid bezitten om zijn probleem door begrip op te lossen. Het ontdekken van het egoïsme, het zoeken naar de vrees, het in harmonie brengen van hart en geest, vrij te komen van tradities en conventie — dit zijn de wegen, die tot dat doel leiden.

*Het beproeven van die theorie*

Waarschijnlijk is er geen andere analyse van een situatie, die zóveel verbijsterende resultaten oplevert als die van de vrouw, wier anders zo vriendelijke, liefdevolle echtgenoot ontrouw is geweest. Hier worden geest en hart in al hun samengesteldheid onthuld. Terwijl zij heen en weer geslingerd wordt tussen liefde en gekrenkte trots, zal elke actie, die zij onderneemt, slechts leiden tot meer conflicten en narigheden, tenzij er begrip bestaat. De eerste stap is, dat zij erkent, dat de oorzaak van het verdriet in haarzelf ligt. Alleen indien zij bereid is, haar innerlijk te onderzoeken en haar reacties eerlijk onder ogen te zien, kan zij haar vrede vinden. Welke vorm van egoïsme staat op de achter-



grond van haar verdriet? Is het een bindende liefde, jalouzie, of trots? Of is het angst: de angst dat het gemak en de bescherming van het eigen huis in gevaar worden gebracht, of vrees voor economische mislukking, vrees voor eenzaamheid? Wordt zij tot handelen gedreven door angst voor roddelpraatjes en verkeerde beoordeling, of doordat zij onderworpen is aan de traditionele eis tot handhaving van haar trots? Is het verlangen om haar plicht te doen oprecht, of wordt dit edele woord gebruikt om eigen belangrijkheid en eigen superioriteit opnieuw te vestigen, terwijl zij blijft in een overigens pijnlijke situatie van comfort en veiligheid?

Alleen wanneer deze elementen eerlijk onder ogen worden gezien en de eigen verhouding tot hen wordt begrepen, kan er harmonieuze actie zijn, want waar conflict is, kunnen geluk en sereniteit niet lang bestaan. Een beslissing om te „vergeven en te vergeten”, die vernietigd kan worden door critiek en praatjes van anderen, die meestal in dit soort situaties ontstaan, zal maar al te snel resulteren in nog méér innerlijke conflicten. De geest moet van alle gewonde trots verlost worden, het hart moet zonder begeerte tot vergelding zijn en de twee moeten één worden, hoewel een van beide noodzakelijkerwijs zal overheersen. Als men besluit, zijn plicht te vervullen, dan moet dat met vreugde gedaan worden, met begrip en evenwichtigheid en nooit als een kwestie van „verdragen”. Maar indien na een dergelijke analyse het hoofdmotief een verlangen naar veiligheid en comfort blijkt te zijn, als de liefde er niet aan te pas komt, alleen angst en

trots, dan zal hij, die eerlijk is en die op onpersoonlijke wijze een element van onderhandeling in dit besluit herkent, de valkuil van zelfbeklag vermijden.

Als men eenmaal op deze wijze de weg gevonden heeft, zullen alle toekomstige problemen benaderd kunnen worden met evenwichtigheid, waardigheid en sereniteit en elke ervaring zal een uitdaging zijn, die met enthousiasme en moed aanvaard wordt. Maar alles, wat tot nu toe is gezegd, is waardeloos, als wij niet experimenteren. Experimenteren met een menselijk vraagstuk kan even boeiend zijn als de oplossing van een wiskundig vraagstuk en niets is fascinerender en verheffender dan u zelf meester te voelen van wat een hopeloze situatie scheen te zijn. Daarom: experimenteer met uw eigen leven, daardoor het vermogen verwervende om diegenen te helpen, die nog door de duisternis een weg trachten te banen.

*Het „ik” is belangrijker dan de omstandigheden*

De opperste waarheid echter, die men zich voortdurend bewust moet zijn, is, dat alle omstandigheden door uzelf geschapen zijn. Er bestaat niet zoiets als „geluk”, er is slechts wetmatigheid. Overal zijn zowel voorwaarden als gelegenheid ongelijk; overal zijn gunstige en ongunstige omgevingen, mensen, die vanaf het begin gehandicapt zijn door ziekte, zwakzinnigheid, misdadige neigingen, niet te beteugelen hartstochten, naast mensen, die alle omstandigheden zozeer in hun voordeel hebben, dat zij van succes verzekerd zijn. Niettemin zijn deze om-

standigheden door henzelf gemaakt. Zoals wij in vorige levens geleefd hebben zijn wij in het huidige. Wat wij in voorafgaande levens gezaaid hebben, oogsten wij nu. Dat is de wet van Karma. Iedereen heeft een omgeving, die inhaerent is aan zijn ontwikkelingsstadium.

Het is niet genoeg, om dit alleen maar te weten, wij moeten ons ook realiseren, dat in deze omgeving datgene te vinden is, wat nodig is voor de volgende stap in de ontwikkeling. Zodoende hebben omgeving en omstandigheden een tweevoudige functie: ze bepalen het stadium van ontwikkeling en bovendien verschaffen ze de materialen, die voor het verder bouwen noodzakelijk zijn. Ze vormen vervulling en gelegenheid.

U kunt in armoede geboren zijn, omdat u van armoede geprofiteerd hebt; maar uw armoede bevat tevens het vermogen om er aan te ontsijgen. U bent misschien met een ongeneeslijke ziekte geboren omdat dat een natuurlijk en onvermijdelijk gevolg is van uw verleden. Maar men kan ziekte ook door andere methoden overwinnen dan door genezing. U bent misschien geboren temidden van de meest hopeloze omstandigheden, omdat zij inhaerent zijn aan uw stadium van ontwikkeling. Maar ze komen eveneens tegemoet aan uw behoefte om ze te overwinnen. U bent misschien geboren met weinig verstand, zonder vrienden, ongewenst, onverzorgd en u wordt misschien bij alles wat u doet, tegengewerkt. Het is de wet, uw wet. U alleen kunt uzelf veranderen en zodoende uw omgeving veranderen, die slechts een verlengstuk van uzelf is.

Deze beschouwing van het leven en alle omstandigheden daarin, plaatst het „ik” tegenover alle voorbijgaande omstandigheden en laat u zien, dat er geen omgeving bestaat — hoe overweldigend dan ook —, die krachtiger is dan u, die hem geschapen heeft. En de Theosofie legt zich meer toe op het *wakker schudden van het individu* dan op het wijzigen van zijn omstandigheden, want op het ogenblik, dat hij wakker is en zichzelf kent zoals hij werkelijk is, zal hij die omstandigheden veranderen, of — als hij dat nog niet kan — zal hij zich ervan bevrijden door ze langzaam meester te worden.

„De Waarheid ligt in onszelf;  
zij ontstaat niet door uiterlijke dingen,  
wat u ook moge geloven.  
Er is een centrum in ons allen,  
waar de Waarheid tenvolle verblijft;  
en „weten” is meer een weg naar buiten te vinden,  
waardoor de gevangen pracht kan ontsnappen,  
dan om een licht binnen te laten, dat verondersteld  
wordt, buiten te zijn.”<sup>1)</sup>      ROBERT BROWNING.

*Aanbevolen lectuur:* „Praktische Theosofie”, C. Jinarajadasa;  
„Wenken aan jonge bestudeerders van het Occultisme”,  
L. W. Rogers; „De verborgen zijde der dingen”, C. W.  
Leadbeater.

<sup>1)</sup> „Truth is within ourselves; it takes no rise  
From outward things, what'er you may believe.  
There is an inmost centre in us all,  
Where truth abides in fullness; . . . and „to know”  
Rather consists in opening out a way  
Whence the imprisoned splendour may escape,  
Than in effecting entry for a light  
Supposed to be without.”

THEOSOFISCHE  
BIBLIOTHEEK  
Tolstraat 154 Amsterdam

SEP 1 2012