



## De rol van gedachten in ons leven

### Surendra Narayan

Surendra Narayan was van 1980 tot 1995 International Vice President van de Theosophical Society Adyar (TS). Hij schreef dit artikel in de reeks *On the Watch-Tower* in *The Theosophist*.

Een brief van een Meester van Wijsheid vermeldt: *Elke gedachte van de mens die ontwikkeld wordt gaat door naar de innerlijke wereld en wordt een actief werkelijk bestaand ding, en De mens bevolkt voortdurend zijn stroom in de ruimte met een eigen wereld, druk met de voortbrengselen van zijn verbeelding, begeerten, impulsen en hartstochten, een stroom die reageert op iedere gevoelige... organisatie die ermee in contact komt, al naar gelang zijn dynamische intensiteit.*

Het denken differentieert, scheidt en schept de illusie van 'ik' en 'mijn', 'jij' en 'jouw'. Dit leidt tot zelfzucht, vooringenomenheid vanuit het persoonlijk zelf, en dus tot conflict, wedijver, intolerantie, haat, vijandschap, geweld en oorlogen - zelfs oorlogen in naam van religie. De huidige lelijke vorm van deze nauwe verdeling is te vinden in terrorisme uit naam van religie. Het nastreven van beperkend economisch eigenbelang door een land, ten koste van de economische behoeften van andere staten in de wereld, is een uitvergroete afspiegeling van hetzelfde verschijnsel van 'ik' en 'mijn'. Verwijzingen naar dit volkomen in beslag genomen worden van het denken door het beperkte persoonlijke zelf zijn zelfs al te vinden in de aloude *Rig Veda*. Daar staat: *Onze gedachten zwerven in alle richtingen. De mens dwaalt alle kanten op; de wagenmaker hoopt op ongelukken, de arts op gewonden en de priester op een rijke weldoener. O denkvermogen, laat deze dolende gedachten los ter wille van de geest!*

Deze gerichtheid op het zelf, deze gepreoccupeerdheid, blijft tot op zekere hoogte zelfs doorwerken, misschien wel onbewust, in vele toegewijde zoekers naar waarheid en voor het overige onzelfzuchtige filantropen. In brief 64 *De Mahatma Brieven* (Nederlandse versie bladzijde 400) wordt verwezen naar zo iemand: *Hadden haar oprechte aspiraties over het intense persoonlijkheidsgevoel van haar lager zelf gezegevierd, dan zou ik de TS een voortreffelijke hulp en medewerkster hebben gegeven. Zij al-*

*leen is goed en rein. Alle anderen moeten en zullen gewantrouwd worden.*

Hier moet aan toegevoegd worden dat, waar het denken verantwoordelijk geweest is voor alle verdeeldheid en de daarop volgende ravage die erdoor veroorzaakt is, het ook best bijzonder nuttig en helpend werk voor de mensheid gedaan heeft - bijvoorbeeld er voor te zorgen dat eten koken en het koelen en verwarmen van huizen 's zomers en 's winters gemakkelijker werd door elektriciteit; dat er fantastische, effectieve medicijnen voor het genezen van een aantal ernstige ziekten van het lichaam gemaakt kunnen worden; dat er informatie en amusement verschaft wordt door middel van radio en televisie, en dat er directe communicatie bestaat door middel van satellieten. Het denken speelt ook een belangrijke rol in ons dagelijks leven: wij kunnen bijvoorbeeld per auto naar kantoor en weer naar huis rijden, een vriend groeten met zijn of haar bijnaam, en een computer of een ingewikkelde machine bedienen. Deze gedachtesfuncties hebben de mensheid echter geen vrede en onderlinge verdraagzaamheid geschonken. In plaats daarvan zijn ze ook ingezet voor de productie van steeds meer massavernietigingswapens. Dat komt omdat de elementaire aard van het denken altijd gericht is geweest op verdelen en het scheppen van benepen eigenbelang.

Deze beperking van het denken heeft een rol gespeeld in de evolutie van de mensheid. Je kunt hier vele parallellen trekken. Voor zijn bescherming en groei wordt een kuiken tot een zeker stadium in een eierdop geplaatst; later breekt de schaal en komt het kuiken uit zijn beperking. Jonge boompjes die langs de weg geplant worden om schaduw en beschutting te bieden aan reizigers worden omgeven door hekjes, zodat geiten, schapen en koeien er niet aan gaan knabbelen. Een huis in aanbouw wordt omringd door steigers. Na een tijdje ontgroeit het jonge boompje het hek en wordt een grote boom. Op soortgelijke wijze worden de steigers rond een huis verwijderd als het huis klaar is. Dit wordt door Clara Codd op een prachtige manier verklaard: *Laten wij niet onszelf daarvan de schuld geven [het gevoel van 'ik', 'mij' en 'mijn']*. *Gedurende talloze eeuwen is dat gevoel de bescherming en een noodzakelijke schaal geweest, zoals de eierschaal het groeiende kuikentje beschermt. H.P. Blavatsky zegt dat de plaats van de individualiteit het verschaffen van een bescherming is, zodat de individualiteit binnenin dat pantser van egoïsme veilig kan groeien totdat zijn tijd gekomen is: wanneer de omsluitende schaal langzaam en geleidelijk kan worden afgestoten. Dan blijft de stevig gevestigde individualiteit onsterfelijk, **zonder periferie**, in contact met het leven en zonder uitzondering het leven van alle dingen delend.*

Deze evolutie van het menselijk bewustzijn vormt een deel van Gods plan voor de mensheid. Het tempo van vooruitgang hangt echter af van ieder van ons. Het ligt in het observeren, kijken naar en op een dieper niveau *begrijpen* van de aard van het enge persoonlijke zelf en ook van het echte Zelf, dat goddelijk is, 'het Zelf van allen, het Ene zonder een

tweede.' J.Krishnamurti heeft eens gezegd: *In de kunst van **het zien** ligt het wonder van transformatie.* Ashtavakra Samhita formuleert het aldus: *Gehechtheid en afschuw zijn eigenschappen van het denkvermogen. U bent niet het denkvermogen. U bent de Intelligentie zelf, vrij van conflict en onveranderlijk. Ga gelukkig uws weegs.* Wanneer bewustzijn van deze intelligentie daagt, dan verlicht en zuivert het vanzelf ook het denkvermogen. Er vindt een verandering plaats, en, zoals Tagore het formuleert, *dan rijpen al mijn verlangens tot vruchten van liefde.*



Annie Besant

De kunst van zien, kijken naar en begrijpen van de aard van onze gedachten die ontstaan op het enge, afscheidende niveau van het denkvermogen is op een eenvoudige en praktische manier verklaard door Annie Besant in *De Buitenhof*: *Als ik een taak moet vervullen en als ik er naar beste vermogen in slaag dit te voltooien, blijf ik dan langer stilstaan bij mijn prestatie dan bij het succes van mijn werk? Als ik er niet in slaag, ondanks mijn beste inzet, voel ik dan een steek van teleurstelling, ontmoediging en gedeprimeerdheid? Als de taak, in plaats van aan mij, aan iemand anders wordt toebedeeld en hij of zij brengt deze tot een goed einde, voel ik dan iets van persoonlijke te-*

*leurstelling vermengd in de vreugde bij het zien van de voltooide taak? In al deze situaties zou ik moeten begrijpen dat de enge persoonlijkheid nog steeds dominant is.*

Naarmate wij spiritueel groeien, wordt ons denken krachtiger en beïnvloedt het de persoon op wie het gericht is veel sterker dan tevoren. Zo wordt een gedachte van kracht, liefde of zegening, die wordt uitgezonden naar iemand die lijdt, effectiever en helpt dus. Precies zo doet een gedachte vol boosheid, minachting of kleinering veel meer kwaad. Er is dus grote zorgvuldigheid nodig om onze gedachten in de gaten te houden, en, door deze op de juiste wijze aan te wenden, behulpzaam te zijn en niet te schaden of te belemmeren.

Dat juweel van een boek, *Aan de voeten van de Meester*, adviseert: *Gebruik je gedachtekracht dagelijks voor goede doeleinden; wees een kracht die met de evolutie meewerkt. Denk elke dag aan iemand van wie je weet dat hij verdriet heeft, of lijdt, of hulp nodig heeft, en stort liefdevolle gedachten over hem uit (Drie Wegen, Één Pad, pagina 211).*

Als wij alert blijven kan hulp ook nuttig gegeven worden, zelfs op kleine maar effectieve manieren in ons dagelijks leven - terwijl wij op straat lopen, per bus of trein reizen, of zelfs op en neer gaan met de lift in een gebouw van vijftig verdiepingen. Wanneer u een man of vrouw ziet die op één of andere manier gedeprimeerd lijkt, of op een of andere manier lijkt te lijden, dan kunt u een gedachtestroom naar die persoon uitzenden van opgewektheid, kracht of zelfvertrouwen. Bisschop Leadbeater verwijst naar een stukje dat hem opviel in een van de *New Thought* boeken, dat luidt als volgt: *Kneed liefde in het brood dat u bakt; verpak kracht en moed in het pakketje dat u dichtknoopt voor de vrouw met een vermoeid gezicht; geef vertrouwen en openheid samen met de munt die u betaalt aan de man met de achterdochtige ogen.* Als een geliefde, een vriend of een familielid komt te overlijden, sturen wij immers ook een condoleancebrief. Als die brief geschreven is met diepe, sympathieke en hartelijke gedachten, dan wordt hij een boodschapper van troost en kracht als hij de persoon bereikt aan wie deze gericht is. Soms werkt een brief van advies en zegen aan een aspirant die steun en kracht behoeft, en die is geschreven door een verder gevorderd mens, als een ware talisman.

Naast het sturen van onze hulpvaardige gedachten aan individuele mensen, is het nuttig te trachten sterke gedachtestromen van liefde, goede wil en vrede uit te zenden naar de bredere gedachteatmosfeer van de wereld, bij voorkeur aan het eind van een meditatie: geen oprechte poging daartoe is ooit verloren gegaan. Als individuele gedachten al kunnen helpen, dan kunnen diepe en oprechte collectieve gedachten zeker veel groter goeds verrichten. Als een groep leden van een theosofische loge, of een andere groep van serieuze en goedwillende individuele personen, besluit om een paar minuten te besteden aan het uitzenden van gedachten van vrede, goede wil, harmonie en liefde voor iedereen in de buurt of stad (zelfs wanneer iedereen op zijn respectievelijke plaats blijft), en dat alles kan van tijd tot tijd of in perioden van crisis elke dag op een vaste tijd, dan zal die inspanning zeker helpen, ook al zijn fysieke resultaten misschien niet onmiddellijk waarneembaar.

*Fysieke revolutie heeft geen betekenis meer; wat betekenis heeft is een psychologische revolutie, een revolutie in bewustzijn, in uw denkvermogen, in uw hart, en niet daarbuiten. Aangezien u creëert wat u denkt, wat u voelt...De wereld buiten u is het resultaat van wat u denkt, wat u voelt (J.Krishnamurti).*

*Wij zijn wat wij denken; alles wat wij zijn komt voort uit onze gedachten; met onze gedachten maken wij de wereld.*

*Spreek of handel met een zuiver denkvermogen, dan zal geluk u volgen als uw schaduw, rotsvast (de Boeddha).*

Uit: *The Theosophist* van augustus 2006 - Vertaling: Anne Myrthe Iken