



## Voertuigen van bewustzijn Kurt Leland

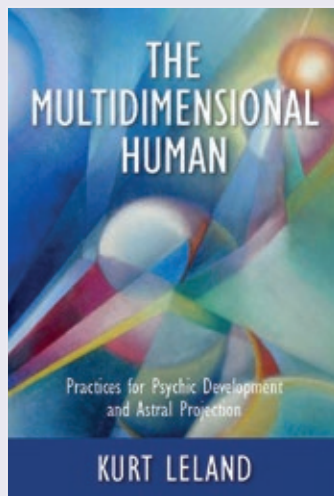
Kurt Leland is een nationaal spreker voor The Theosophical Society in America en dichter, musicus en componist. Hij schreef negen boeken over astrale projectie, leven na de dood, de chakra's en de spirituele invloeden van het componeren, spelen van en luisteren naar muziek.

Dit artikel is een bewerking van een hoofdstuk uit zijn boek *The Multidimensional Human: Practices for Psychic development and Astral Projection*.

In theosofische leringen worden de gebieden van bestaan hiërarchisch geordend, van lager (meer fysiek, dichter, of aarde-georiënteerd) tot hoger (niet fysiek, subtiel, gericht naar het *Otherwhere*<sup>1</sup> (letterlijk het "Ander-waar"). Ieder van deze gebieden is te bereiken met behulp van een voertuig van bewustzijn (of energielichaam) dat specifiek is aangepast voor gewaarwording en interactie op dat gebied.

Hier is een lijst van de voertuigen (lichamen) en de gebieden waar zij thuishoren:

- het *fysieke* lichaam en het *etherisch* lichaam (etherisch dubbel), op het fysieke gebied
- het *astrale* lichaam op het astrale gebied
- het *mentale* en *causale* lichaam op het mentale gebied
- het *buddhische* (intuïtie-) lichaam op (intuïtie- of eenheids-) gebied (*buddhisch* heeft niets te maken met de boeddha of boeddhisme, maar met het sanskriet woord *buddhi* dat *hoger denken* of *eigenschap van wijsheid* betekent)
- het *nirvanische* (atmische of spirituele) lichaam, op het nirvanische (atmische of spirituele) gebied (*atmisch* is een theosofische term gebaseerd op het sanskriet woord *atman*, dat verwijst naar ons hele zelf of ziel)
- het *monadisch* lichaam, op het monadische gebied (anupadaka of paranirvanisch)<sup>2</sup>
- het goddelijke (of logoische) lichaam, op het goddelijke (adi, logoisch of mahaparanirvanische) gebied<sup>3</sup>



De theosofie heeft een aantal ontwikkelingsstadia doorgemaakt waarin de namen voor de energielichamen en -gebieden veranderden van lange sanskriet termen (zoals mahaparanirvanisch) in eenvoudige Engelse (en Nederlandse) namen (zoals intuïtie- of spiritueel-). In dit artikel gebruik ik de termen die in bovenstaande opsomming

staan (fysiek, etherisch, astraal, mentaal, causaal, buddhistisch, nirvanisch, monadisch, goddelijk). De andere namen worden hier genoemd voor hen die misschien bekend zijn met die theosofische teksten waarin zij worden gebruikt, ook in het werk van Alice Bailey.

De theosofische namen voor de gebieden en energielichamen hebben een lange gebruiksgeschiedenis. Sommige meer dan honderd jaar en andere een paar duizend. Zij komen uit verschillende tradities: de oude Griekse (etherisch, astraal, monadisch), de hindoeïstische (boeddhistisch) en de boeddhistische (nirvanisch). Verscheidene hebben een slechte reputatie onder eigentijdse onderzoekers van het bewustzijn.

Het woord 'etherisch' (Grieks voor *lucht-achtig*) bijvoorbeeld ruikt naar negentiende-eeuwse seances waarin, naar men zei, verschijningen werden geconstrueerd uit etherische materie uitgaande van de aura van het medium. 'Astraal' (latijn voor *sterren-*) lijkt weinig verband te houden met niet-fysieke gebieden en lichamen. Hoewel Buhlmans gewaarwording van sterren in zijn tweede niet-fysieke lichaam de waarheid van deze naam lijkt te bevestigen, is hij de enige auteur die ik ben tegengekomen, die sterren met het astrale lichaam verbindt. Ik heb ze zelf in verband met mijn eigen astrale lichaam nooit gezien.

Toch is er een zekere logica in sommige van deze namen als we ze opvatten als uitdrukkingen van graden van subtiliteit. Het fysieke lichaam bestaat uit grove materie, het etherische uit etherische materie, het astrale uit sterren-materie en het mentale uit materie zo fijn als gedachten.

Zonder deze termen zou ik voor de intimiderende taak staan om nieuwe uit te vinden. Het is duidelijk dat spreken over lichaam 1, 2, 3, enzovoorts tot 8 snel lastig en onwerkbaar zou worden. Misschien is de meest belangrijke reden om aan de theosofische termen vast te houden dat ze ingebed zijn in een samenhangend, compact en bruikbaar systeem.

Volgens theosofische leringen heeft ieder energielichaam een stel gaven of capaciteiten, en een aantal beperkingen. Dat maakt het voor astrale onderzoekers mogelijk toegang te verkrijgen tot bepaalde fysieke en niet-fysieke gebieden, maar niet tot andere. Bewustzijn van gaven en beperkingen geeft de mogelijkheid ieder energielichaam op zijn beurt te beheersen. Het resultaat is dat we toegang krijgen tot het volgende, hogere energielichaam en gebied. Die toegang gaat gepaard met een enorme toename van kennis, van reisafstand, van psychische functies en van extatische spirituele gelukzaligheid.

### Het fysieke gebied

Het fysieke gebied omvat twee lichamen: het dichte fysieke lichaam waarmee we ons identificeren als we wakker zijn, en het subtiele etherische lichaam. Theosofen zeggen dat er op ieder gebied zeven subgebieden zijn, ook op het fysieke. Het fysieke lichaam staat in verbinding met de lagere drie van deze gebieden en het etherisch lichaam met de bovenste vier.

Het etherisch lichaam kan gescheiden worden van het fysieke lichaam, maar is sterk beperkt in zijn bewegingsvrijheid. Het kan zich niet verder dan een paar meter uit de buurt van het fysieke lichaam verwijderen. Het etherische lichaam is hetzelfde als wat Robert Monroe *het tweede of onmiddellijk niet-fysieke lichaam* noemt (het eerste is het fysieke). *Dit lichaam lijkt op gelatine die uit een vorm is gehaald. Het 'herinnert zich' de menselijke vorm en is hiermee bijna identiek*<sup>4</sup>. Bij de zeldzame gelegenheden waarop ik zelf gezien heb dat mijn etherisch lichaam buiten mijn fysieke lichaam uitreikte om iets aan te raken, waren mijn armen wit en spookachtig.

Huidige boeken over astrale projectie gaan vaak voorbij aan het bestaan van het etherische lichaam. Het gevolg is dat veel beginnende onderzoekers die de eerste paar keer uit hun lichaam treden denken dat ze in het astrale lichaam zijn. Maar dan komen ze onverwachte en vaak frustrerende beperkingen tegen. Als ze werkelijk in het astrale lichaam zaten, zouden deze beperkingen niet bestaan.

Volgens Charles W. Leadbeater, een belangrijke bron van theosofische informatie over astrale projectie, *is het etherische lichaam niet een compleet voertuig op zichzelf, alleen een onderdeel*<sup>5</sup>. Het andere deel is het fysieke lichaam. De twee lichamen zijn sterk verbonden met een *koord van etherische materie*<sup>6</sup>. Dat is de reden waarom het etherisch lichaam zich niet verder dan een paar meter van het fysieke lichaam af kan bewegen.

Boeken over astrale projectie verwijzen vaak naar deze verbinding tussen het fysieke en het etherische lichaam als het *zilveren koord*. Het beeld heeft zijn oorsprong in de bijbel (Prediker 12: 6), waar gezegd wordt dat een zilveren koord bij de dood breekt waardoor de ziel terug kan keren naar God. Onderzoekers die dit koord waarnemen zien het niet altijd als zilver. Monroe bijvoorbeeld *voelde* dit koord meer dan dat hij het zag. Het was een *vijf centimeter dikke kabel bestaand uit een groot aantal peesachtige strengen netjes op elkaar gepakt maar niet gedraaid of gespiraald*. Het was verbonden met zijn niet-fysieke lichaam tussen de schouderbladen<sup>7</sup>.



Sommige onderzoekers spreken zelfs van het bewegingsbereik van het (zilveren) koord (*cord activity range*): een term die voor het eerst gebruikt werd door de astrale onderzoeker Sylvan Muldoon<sup>8</sup>. Als men niet ver uit de buurt van het fysieke lichaam kan komen, of er nu een koord zichtbaar is of niet, neemt men aan dat dat de bewegingsvrijheid beperkt. Of je een koord opmerkt, of als je niet buiten je slaapkamer kunt komen, dan zit je in het etherisch lichaam. In één van de hogere lichamen is het veel minder waarschijnlijk dat je een koord opmerkt. Als je dat wel doet dan is dat gewoonlijk meer om je eraan te herinneren dat je nog steeds met je fysieke lichaam verbonden bent, meer dan een teken van bewegingsbeperking.

Het belang van het etherisch lichaam is dat het ons mogelijk maakt om te oefenen om uit het lichaam te treden, om ons te bewegen in een niet-fysiek lichaam en met niet-fysieke zintuigen de vertrouwde omgeving van onze slaapkamer waar te nemen. Zouden we direct naar het astrale lichaam- en gebied gaan zonder zo'n voorbereiding, dan zou dat overweldigend kunnen zijn.

De voornaamste waarde van het etherisch lichaam voor psychische ontwikkeling is dat het ons mogelijk maakt energievelden waar te nemen. Bij sommige mensen is deze mogelijkheid al zo actief dat zij basale informatie krijgen over andere mensen: of die open of gesloten voor hen zijn, of ze welkom of onwelkom zijn in een groep en of een plaats of persoon veilig of onveilig is. Bij andere mensen is het zo ver ontwikkeld dat zij aura's van mensen kunnen zien.

Het zien van energiepunten en etherische wezens (zoals natuurgeesten) zijn meer gevorderde vaardigheden van het etherisch lichaam. Het zien of horen van geesten of het hebben van een koud en huiveringwekkend gevoel bij spookhuizen kunnen ook gewaarwordingen van het etherisch lichaam zijn.

#### **Het astrale lichaam**

Het astrale lichaam beweegt zich vrij op het fysieke of het astrale gebied, maar kan hogere gebieden niet bereiken. Dit lichaam is het gewone voertuig van bewustzijn om buiten het lichaam te reizen van het ene punt naar het andere in de fysieke wereld. Het is ook het voertuig van bewustzijn voor dromen en van de eerste fase van het leven na de dood, waarin wij ons aanpassen aan het feit dat we dood zijn, genezen van fysieke en emotionele trauma's die ermee samenhangen en wennen aan het verblijf in een niet-fysieke werkelijkheid waarin gedachten zich manifesteren als een min of meer directe ervaring.

De theosoof Arthur E. Powell zegt, net als de meeste eigentijdse astrale onderzoekers, dat het astrale lichaam dezelfde vorm heeft als het fysieke lichaam. Hij zegt dat deze vorm het resultaat is van gewoonten van denken en gedrag, van de manier waarop wij voortdurend over onszelf denken. Wij reproduceren dat zelfbeeld op het astrale gebied waar onze gedachten onze realiteit scheppen<sup>9</sup>.

Sommige onderzoekers, zoals William Buhlman, zien het astrale lichaam als energie in de vorm van een menselijk lichaam. Wij kunnen dit beeld met of zonder kleren oproepen. Het schijnt enorm vervormbaar te zijn. Monroe zegt dat we zelfs kunnen reizen door, net zoals duikers, onze handen boven ons hoofd uit te strekken en ons zo uit te rekken naar een locatie op het fysieke of astrale gebied, totdat we deze bereiken<sup>10</sup>.

Tijdens ons leven is het astrale lichaam gewoonlijk beperkt tot dat astrale gebied wat ik de *droomzone* noem. We bezoeken de droomzone steeds als we dromen, hoewel de meesten van ons zich daar alleen bij lucide dromen van bewust zijn.

Dromen *garanderen* min of meer de toegang tot het astrale lichaam. Door meer aandacht aan onze dromen te besteden kunnen we iedere nacht het astrale gebied

onderzoeken, in plaats van te rommelen met technieken om uit het fysieke lichaam te treden, wat ons alleen in het etherische gebied brengt.

Onze cultuur heeft echter een sterk vooroordeel tegen dromen. Als kind wordt ons verteld dat ze niet echt zijn. Elke paar maanden publiceren kranten, tijdschriften of het internet wetenschappelijke conclusies dat dromen betekenisloos zijn, het resultaat van willekeurige elektrische ontladingen in de hersenen. Slaapmiddelen onderdrukken dromen vaak en wekkers hebben de neiging hen te vernietigen.

Wij spreken niet over dromen. De meeste mensen vragen niet naar onze dromen en zijn er niet in geïnteresseerd. Wij zelf negeren ze. We denken dat het te moeilijk is om ze terug te halen als we eenmaal wakker zijn geworden en aan onze dag begonnen zijn. Ze lijken te bizar om serieus te nemen, het duurt te lang om ze op te schrijven. We weten niet hoe we ze moeten interpreteren en het proces om dat te leren lijkt ontmoedigend.

Het idee dat iets wat zo subjectief is als een droom inzicht zou kunnen geven in de objectieve realiteit die we ervaren als we wakker zijn, schijnt ongeloofwaardig. Toch geloven sommige psychologen, zoals Carl Jung, dat dromen een fundamentele (hoewel niet rationele) manier zijn om onze ervaringen in de wereld te verwerken.

Ik doe een nog radicaler voorstel: onze ogenschijnlijk subjectieve dromen kunnen objectieve inzichten over de aard van boven-fysieke werkelijkheden opleveren. Toegegeven, we moeten dan misschien wel wat subjectiviteit verwijderen om tot deze inzichten te komen. Onze dromen zijn vaak vol persoonlijke thema's en symbolen, maar we kunnen onderscheid leren maken tussen de subjectieve of persoonlijke dromen, en de objectieve (op het astrale gebied). Dan beginnen we de structuur van het astrale gebied voorbij de droomzone waar te nemen en andere gebieden te onderzoeken, zoals de gebieden die samenhangen met de astrale fasen van het leven na de dood.

Als we ons willen wagen op hogere gebieden boven het astrale moeten we onze nonchalante houding over wat we gedurende de slaap meemaken, (*alleen maar een droom*), laten varen. Eigenschappen ontwikkeld door aandacht te besteden aan onze dromen zijn belangrijk voor het beoefenen van astrale projectie als een spirituele oefening.

Zoals het etherisch lichaam beperkt is tot de fysieke wereld, zo heeft het astrale lichaam zijn eigen beperkingen. Bij het gebruik van het astrale lichaam maken we vaak vergissingen bij de evaluatie van onze gewaarwordingen en ervaringen op de fysieke en astrale gebieden. Deze vergissingen ontstaan doordat we aannemen dat wat voor het fysieke lichaam geldt ook opgaat voor het astrale lichaam- en gebied. Met oefening kunnen we leren om ons te ontdoen van dergelijke veronderstellingen.

De belangrijkste waarde van het astrale lichaam voor de psychische ontwikkeling is dat het ons mogelijk maakt ons bewust te worden van telepathische, helderziende informatie, en van voorkennis uit dromen en (meer zeldzaam) in de waaktoestand<sup>11</sup>.

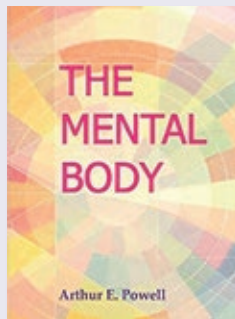
Het geeft ons ook een astrale blik die het mogelijk maakt astrale wezens te zien, zoals de geesten van overledenen, terwijl we in een gewoon waakbewustzijn zijn, en dat is niet altijd prettig.

### Het mentale lichaam

Het mentale lichaam is het voertuig van bewustzijn op het mentale gebied, maar alleen op de lagere vier (van de zeven) ondergebieden daarvan. Het mentale lichaam begint zijn menselijke vorm te verliezen, het heeft gewoonlijk een eivormig energieveld waarvan de grootte afhankelijk is van onze ontwikkelingsgraad.

Net als bij de fysieke en etherische lichamen op het fysieke gebied zijn er twee lichamen op het mentale gebied: het dichtere mentale lichaam staat in verband met de vier lagere ondergebieden, en het meer subtiele causale lichaam met de drie bovenste subgebieden van het mentale.

De belangrijkste reden om het mentale lichaam te ontwikkelen is dat het ons mogelijk maakt bepaalde gebieden van het leven na de dood te bezoeken. Zoals gezegd, de vroege stadia van ons bestaan na de dood vinden plaats op het astrale gebied, maar het grootste deel van ons leven na de dood gebeurt op het mentale gebied, speciaal op de vier lagere ondergebieden.



Theosofen beschrijven de lagere mentale deelgebieden van het leven na de dood als hemels. We overzien het leven dat we achter ons lieten, verduurzamen wat we ervan geleerd hebben en maken onvoltooide projecten en plannen af die onmogelijk schenen toen we in leven waren. Volgens Powell is de spirituele vitaliteit van deze hemelse wereld onbeschrijfelijk. Toch: ieder wezen moet door het feit dat hij hier is het hoogste spirituele geluk ervaren waar hij toe in staat is. Dit is een wereld waarin de mogelijkheid van antwoord op iemands streven alleen beperkt is door zijn capaciteit om te streven<sup>12</sup>.

Mijn eigen avonturen op het mentale gebied hebben me naar een enorme bibliotheek van menselijke kennis gebracht en ook naar gebieden toegewijd aan de kunsten. Daar kunnen we in alle rollen van een roman, een toneelstuk, een opera of een film stappen. We kunnen het werk van uit ieder oogpunt bekijken. Het lijkt op een rit in een amusements- of attractiepark, maar hier is ons doel het geluk van spiritueel inzicht, in plaats van de spanning van fysieke opwinding.

Het gebruik van het mentale lichaam als voertuig van bewustzijn brengt ons buiten het bereik van de negatieve entiteiten die we soms op het astrale gebied tegenkomen. Als we eenmaal dit niveau hebben bereikt, hebben we toegang tot de helderste, meest betrouwbare gidsen en leraren om onze groei op het fysieke gebied, in ons droomleven en in ons onderzoek van het mentale gebied te bevorderen. Deze leraren maken het ons uiteindelijk mogelijk het mentale lichaam te overstijgen en het causale lichaam te bereiken.

De belangrijkste waarde van het mentale lichaam voor psychische ontwikkeling is dat het ons mogelijk maakt om mensen van binnenuit te begrijpen. De mogelijkheid om iemands wereldbeschouwing waar te nemen is een eigenschap van het mentale lichaam. Het is alsof we een kamer binnenkomen en de inhoud ervan bekijken (iemands overtuigingen, waarden, houding, meningen enzovoorts). In het causale lichaam hebben we daarnaast de mogelijkheid om één te worden met alles wat we zien in dat wereldbeeld, zowel de kamer zelf als de inhoud ervan.

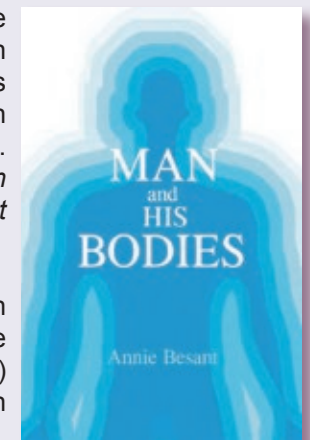
### Het causale lichaam

Het causale lichaam heeft geen vorm, hoewel het naar wens een menselijke vorm kan aannemen. En dat doet het ook vaak bij het reizen op het astrale gebied. Als uittrekders of mensen met een buitenlichamelijk ervaring (BLE)<sup>13</sup> melden dat zij zichzelf zien als een punt van alertheid of een licht in plaats van een kopie van het fysieke lichaam, kan het zijn dat zij het causale lichaam als voertuig van bewustzijn gebruiken. De enige keer dat ik mijn causale lichaam gewaar werd zag het eruit als een kleine bal van plasma, een heldere bel waarin mijn gestalte gereduceerd was tot een vijfpuntige sterachtige vorm van purper licht<sup>14</sup>.

Het causale lichaam is het ware Zelf, het onsterfelijke aspect van het menselijk bewustzijn, eindeloos groter dan onze persoonlijkheid in een bepaald leven. Het bevat alles wat we hebben geleerd in één leven, én het totaal van de wijsheid die we in al onze levens hebben opgedaan. Annie Besant, theosoof en schrijfster, zegt: *Mensen herinneren zich hun vorige levens niet, omdat ze nog niet bewust zijn in het causale lichaam als voertuig*<sup>15</sup>.

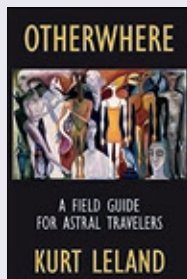
Het gebruik van het causale lichaam als voertuig van bewustzijn maakt het ons mogelijk de akasha kroniek te onderzoeken. Akasha (sanskriet voor *straling of ruimte*) is een ontvankelijk medium waar alle gebeurtenissen van onze huidige en vorige levens zijn opgeslagen, evenals die van de rest van de mensheid. Als we het deel van het hogere mentale gebied bezoeken waar de akasha kroniek is opgeslagen, kunnen we iedere gebeurtenis die ons ooit is overkomen in ons huidige of in vorige levens (en van ieder ander) terugzien, evenals wereldgebeurtenissen zoals de Italiaanse renaissance of de Amerikaanse burger-oorlog<sup>16</sup>.

De belangrijkste waarde van het causale lichaam voor psychische ontwikkeling is dat het ons voorbij het beperkte begrijpen van ons ego voert. Het maakt het mogelijk ons leven objectief te overzien vanuit het perspectief van de ziel. We ontdekken het doel van ons leven, de plannen van de ziel voor ons leren en onze groei in het huidige leven, en hoe dat leven past in de volledige serie van incarnaties die we in dit leersysteem hebben doorgemaakt. Het causale lichaam helpt ons te herinneren wat we tussen die levens deden, zelfs de keuzes die leidden tot het waar en wanneer van de incarnatie in ons huidige leven, en ook hoe wij onze ouders uitkozen. We kunnen eveneens dergelijke informatie voor andere personen waarnemen.



## Hogere energiegebieden en - lichamen

De overige energielichamen en gebieden bestaan buiten ruimte en tijd zoals wij die kennen en komen minder vaak in beeld. Het buddhisch lichaam maakt het ons mogelijk een gevoel van eenheid met de mensheid en met andere levensvormen op aarde te ervaren. Het nirvanische lichaam breidt dit eenheidsgevoel uit tot alle leven in het fysieke en niet-fysieke universum. Het monadische lichaam maakt het ons mogelijk om bewuste medescheppers van dit universum en misschien van andere universa te worden. Het goddelijk lichaam stelt ons in directe en onmiddellijke relatie met de Bron van onze werkelijkheid en van ons leersysteem.



In *Otherwhere* beschreef ik een ontmoeting met deze bron, jaren voordat ik een naam had voor wat ik zag. Ik zag een enorm veld van licht waarvan ik nu begrijp dat het het mentale gebied was, *het gebied dat 'hemel' genoemd wordt door de meeste wereldreligies*, zoals een niet-fysieke gids mij vertelde.

Van daaruit steeg een lange *serie van ronde terrassen* als traptreden omhoog naar wat er uit zag als een verhoging in het centrum. Daar stond een voorwerp dat ik *zon/hart* noemde: het schitterde als de zon en klopte als een hart. *Iedere klop zond door het hele gebied golven van licht uit die op een of andere manier golven van liefde leken.*

Een grotere, nog indrukwekkender gids die aanvoelde *als een heilig mens, een heilige, een hoogontwikkelde ziel*, vertelde mij: *Er zijn omvangrijkere krachten dan die in Otherwhere! Dit wezen kun je de god van de mensheid noemen. Het vertegenwoordigt de essentie en hoogste verwerkelijking van wat mensen kunnen worden, waarheen wij ons allemaal ontwikkelen. Zolang er mensen deelnemen aan de cyclus van geboorte en wedergeboorte zal dit wezen zijn licht en liefde door hun aderen pompen.*

In het goddelijk lichaam zijn we ons bewust van onze eenheid met het enorme bewustzijn van de bron, maar behouden aspecten van onze individualiteit, onze functie in dit systeem van werkelijkheid en leren. Alle andere energielichamen en gebieden vertegenwoordigen stappen in het proces van het bereiken van dit gevoel van eenheid met de bron, zonder verlies van individuele identiteit. De terrassen die ik op zag rijzen naar de verhoging waar *zon/hart* stond waren deze stappen, de gebieden die leiden van het mentale naar het goddelijke gebied.

## Volg je gelukzaligheid

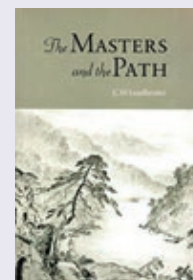
Sommige theosofen zeggen dat het nodig is om de energielichamen in volgorde te ontwikkelen. Als we het etherische, astrale, mentale en causale lichaam niet hebben ontwikkeld, hebben we waarschijnlijk niet de zintuigen die nodig zijn om dimensies buiten ruimte en tijd waar te nemen. We zijn dan beperkt tot gebieden dicht bij het ruimte-tijdcontinuüm van de fysieke realiteit, in het bijzonder de astrale gedeelten van het leven na de dood (wat ik de *astrale na-de-doodzone* noem) en de droomzone. De mentale, buddhische, nirvanische, monadische en goddelijke lichamen en gebieden zijn dan voor ons afgesloten.

De waarde van het theosofische systeem is dat het de stappen die nodig zijn om van het ene energielichaam en gebied naar het volgende te komen duidelijk maakt. Het doel van deze voortgang is om ons dicht bij het goddelijk gebied te brengen om eenheid met God te ervaren, terwijl we onze individuele identiteit behouden.

Het idee van eenheid met God trekt misschien sommige astrale onderzoekers, die het proces van uittreden uit het lichaam zien als een niet-spirituele techniek, niet aan. Voor hen biedt het theosofische systeem een andere prikkel: gelukzaligheid. De meeste mystieke ervaringen gaan gepaard met een element van geluksgevoel. Zoals gezegd, mystieke ervaringen komen voort uit de niet-fysieke zintuigen van onze energielichamen.

Als je ook maar één BLE (buitenlichamelijke ervaring) hebt gehad heb je waarschijnlijk een extatisch gevoel van vrijheid van het fysieke lichaam ervaren. Laten we aannemen dat je in je etherisch lichaam was. De volgende doorbraak komt wanneer je volledig lucide wordt in een droom, wat betekent dat je je astrale lichaam bereikt. Dat gevoel van vrijheid en gelukzaligheid zul je dan weer ervaren.

Vermenigvuldig dat gevoel van gelukzaligheid met tien en je hebt een idee hoe extatisch het is om het mentale lichaam te bereiken (bij mij duurt dat gevoel gewoonlijk twee of drie dagen). Zo gaat het verder, de ladder omhoog. Mijn ene korte ervaring van buddhisch bewustzijn riep een gevoel van gelukzaligheid op dat verscheidene weken aanhield.



Leadbeater beschrijft hoe verrassend deze voortdurende toename van gelukzaligheid is als we van het ene gebied naar het andere gaan: *Bij iedere stap herhaalt de verrassing zich en geen gedachte vooraf kan ons erop voorbereiden, omdat het altijd veel overweldigender is dan wat we ons kunnen voorstellen. Leven op deze hogere gebieden heeft een intensiteit van gelukzaligheid waar geen woorden voor bestaan*<sup>17</sup>.

Toen ik het theosofische systeem herontdekte werd ik erdoor getroffen hoe volledig het de ontwikkelingsstadia beschrijft waarvan ik geen idee had dat ik ze doormaakte. Toen ik ze in mijn eigen astrale projectiegeschiedenis zag, kon ik ze ook zien in de verslagen van Monroe en anderen die uittredingen onderzoeken.

Monroe beschrijft zijn avonturen in zijn etherisch en astrale lichamen in *Journeys Out of the Body*. *Far Journeys* gaat over avonturen in het mentale lichaam en *Ultimate Journey* over belevenissen in het causale lichaam.

*Otherwhere*<sup>18</sup> beschrijft mijn eigen avonturen in het etherische, astrale en mentale lichaam.

Het theosofische systeem voorspelt stadia voorbij degene die ik tot nu toe ervaren heb en vertelt me hoe ik die kan bereiken. Daardoor heb ik het ontwikkelingsstadium van mijn causale lichaam geïdentificeerd waarin ik sinds 2001 zit<sup>19</sup>.

Sinds ik het theosofische materiaal over astrale projectie heb ontdekt, heb ik een enorme groei als 'projector' of uittreder doorgemaakt en toegang verworven tot psychische mogelijkheden en werkelijkheden die veel verder gaan dan waarmee ik vertrouwd was, of me zelfs maar kon voorstellen. De sleutel tot deze versnelde ontwikkeling was eenvoudig. Alles wat ik hoefde te doen was mijn perspectief van psychische ontwikkeling en astrale projectie veranderen: deze zien als aspecten van een spirituele oefening en die oefening integreren in mijn leven als geheel.

### De holistische benadering

Zoals al gezegd is, huidige boeken over buitenlichamelijke ervaringen (BLE) of uittredingen leggen vaak de nadruk op een technische benadering van het proces om uit het lichaam te komen. Deze benadering werkt voor sommige mensen wel, voor anderen niet. De nadruk ligt op problemen die lezers tegen kunnen komen als ze proberen uit te treden, en op oplossingen gebaseerd op persoonlijke ervaring van de auteurs.

In het gunstigste geval geeft deze benadering van probleem en oplossing een stap-voor-stap recept dat het voor veel mensen mogelijk maakt hun eerste uittreding te ervaren. Zulke recepten echter hebben vaak ernstige beperkingen. Het internet staat vol met discussiegroepen hoe je deze aanbevelingen het best kunt toepassen.

Veel deelnemers aan deze discussies zijn met succes verschillende keren uit hun lichaam getreden. Na wat een voorspoedige periode lijkt van astrale projectie met redelijk gemak en frequentie komen ze plotseling een probleem tegen waarvoor geen van de boeken een oplossing lijkt te bieden. Ze staan voor een muur.

Deze muur kan samenhangen met hun kennelijke blindheid in de toestand van uittreding, of ze kunnen niet buiten hun slaapkamer komen; ze kunnen problemen hebben om een uittreding langer dan een minuut of twee vol te houden, of hun uittredingen zijn gemengd met droombeelden die het moeilijk maken te onderscheiden of het werkelijk een uittredingservaring was. Zij vragen om een gids maar niemand verschijnt, of ze weten niet of het wezen dat verschijnt veilig en betrouwbaar is: het negeert hun vragen of antwoordt op onbegrijpelijke manier.

Misschien is de meest ontmoedigende ervaring van alle wel een lange, droge periode waarin de mogelijkheid van astrale projectie, na een voorspoedige ontwikkeling, juist schijnt te verdwijnen.

Deze moeilijkheden zijn bijproducten van de technische, probleemgerichte benadering van uittredingen. Mensen verwachten in het astrale lichaam terecht te komen, maar komen in het relatief beperkte etherisch lichaam, zonder te weten wat het is, waarom ze daar zijn of wat ze moeten doen om verder te komen.

Er is een meer holistische en intuïtieve benadering nodig, één die de energielichamen opeenvolgend ontwikkelt, als stappen in het proces van dichterbij het goddelijke komen (of het vermeederen van onze mogelijkheid tot het bereiken van gelukzaligheid). Zo'n benadering vereist dat we astrale projectie zien als een spirituele oefening, die diepgaand verbonden is met de rest van ons leven. Als we zo'n

oefenpraktijk volgen, zullen veel van de bovengenoemde problemen zichzelf oplossen voordat we ze bemerken. Verder ontwikkelen vele psychische vermogens zich op natuurlijke wijze als we de energielichamen achtereenvolgens onderzoeken en leren beheersen. Sommige vermogens zijn bekend, zoals telepathie en helderhorendheid, sommige onbekend en hebben zelfs geen naam, zoals het ervaren van het bewustzijn van een boom.

De holistische en intuïtieve benadering van psychische vermogens die ik in dit boek gebruik, inclusief astrale projectie, BLE en lucide dromen, zullen je helpen om je energielichamen te ontwikkelen en tonen hoe je dat moet doen. Je leert hun gaven en beperkingen kennen en hoe omhoog te komen op de ladder naar gelukzaligheid van gebied naar gebied.

Door het streven naar psychische ontwikkeling en astrale projectie op te nemen en te integreren in het dagelijks leven, ontwikkelen we onze energielichamen hier, in de fysieke werkelijkheid. Dan kunnen we ze gebruiken als we klaar zijn en als we ze nodig hebben op het astrale vlak en daarboven. Het resultaat is een rijkere ervaring van *alle* werkelijkheden, fysiek en niet-fysiek, waar we toegang toe hebben. Zo worden we multidimensionale mensen.

### Noten:

- <sup>1</sup> Kurt Leland, *Otherwhere: A Field Guide for Astral Travelers*, revised enlarged ed. (White Crow Books, 2018).
- <sup>2</sup> *Anupadaka* betekent "er is nog geen voertuig gevormd". Zie Annie Besant, *A Study in Consciousness: A Contribution to the Science of Psychology*, 2e ed. (Adyar, Chennai, India, Theosophical Publishing House, 1999). *Paranirvanisch* betekent: groot gebied voorbij het nirvanische, of een hogere vorm van nirvana (gelukzaligheid, verlichting, bevrijding) dan dat wat op het nirvanisch gebied ervaren wordt.
- <sup>3</sup> *Adi* betekent: "eerste of oorspronkelijk" in het sanskriet. *Logisch* is een theosofische term, afgeleid van Logos. *Mahaparanirvanisch* betekent: tweemaal groter gebied voorbij het nirvanische, of een hogere vorm van nirvana dat ervaren wordt op het paranirvanische gebied. Theosofen spreken ook van een *illusie-lichaam* (*mayavi rupa*), een tijdelijk lichaam, samengesteld uit subtiele materie, dat lijkt op de menselijke vorm, dat voorzien is van het waarnemingsvermogen van het mentale lichaam en dat vrij kan reizen in het astrale gebied zonder de beperkingen van het astrale lichaam. Zij zeggen dat, hoewel we het astrale gebied via het mentale lichaam kunnen waarnemen, we dan niet kunnen worden gezien door de bewoners van het astrale gebied. We moeten een illusie-lichaam creëren uit astrale materie, willen astrale wezens ons gewaar kunnen worden en met ons communiceren. We kunnen ook een illusie-lichaam creëren als we in het astrale lichaam op het fysieke gebied reizen en willen dat mensen ons opmerken.
- <sup>4</sup> Robert Monroe, *Far Journeys*, 269

- 5 Charles W. Leadbeater, *The Astral Plane*, rev. ed., 1933, reprint (Adyar, Madras, India: Theosophical Publishing House, 1984), 85.
- 6 Arthur E. Powell, *The Etheric Double: The Health Aura*, 1925, reprint (Wheaton, IL: Quest Books, 1969), 70.
- 7 Robert Monroe, *Journeys Out of the Body* (Garden City, NY: Doubleday, 1971), 175.
- 8 Sylvan J. Muldoon, and Hereward Carrington, *The Projection of the Astral Body*, 1929, reprint (New York, NY: Weiser, 1973), 77.
- 9 Arthur E. Powell, *The Astral Body and Other Astral Phenomena*, 1927, reprint (Wheaton, IL: Quest Books, 1973), 83.
- 10 Robert Monroe, *Journeys Out of the Body*, 226.
- 11 Sommige theosofen zeggen dat telepathische, helderziende informatie en voorkennis ook via het etherisch lichaam kan komen. Maar het komt gewoonlijk van het minder aan tijd en ruimte gebonden astrale lichaam, waaruit het als het ware wordt gedownload in het etherisch lichaam. Hierbij gaat gewoonlijk iets van de begrijpelijkheid verloren.
- 12 A.E. Powell, *The Mental Body*, 1927, reprint 2010, 173.
- 13 BLE is de afkorting van een buiten-het-lichaam-ervaring. BLE'ers: mensen die uittredingen ervaren. Engels: OBE: out of the body experience.
- 14 Een avontuur op 20 februari 2007.
- 15 Annie Besant, *Man and His Bodies*, 1896, reprint (Adyar, Madras, India: Theosophical Publishing House, 1983), 112.
- 16 Theosofen vermelden dat de akashakronieken weerspiegelingen zijn van het bewustzijn dat onze werkelijkheid en leersysteem creëerde. Deze herinnering bestaat op een hoger gebied (waarschijnlijk het goddelijke gebied), maar men kan er toegang toe krijgen op het astrale gebied. Helaas is informatie afkomstig uit de akashakroniek, als we in het astrale lichaam zijn, vaak verdraaid en onbetrouwbaar. Dit probleem is duidelijk minder in het mentale lichaam en verdwijnt vrijwel geheel in het causale. Ervaring heeft mij geleerd dat als de akasha kroniek wordt gelezen in het astrale lichaam wij dat doen door onze begeerten en emoties heen. Als we lezen vanuit het mentale lichaam gebeurt dat vanuit onze vaak bevooroordeelde overtuigingen. Als er echter gelezen wordt vanuit het causale lichaam zien we het onbegrensde perspectief van onze ziel. We zien niet alleen ons eigen aandeel in gebeurtenissen uit vroegere levens, maar ook dat van ieder ander die ermee te maken had.
- 17 Charles W. Leadbeater, *The Masters and the Path*, 22nd abridged ed., 1983, reprint (Adyar, Chennai, India: Theosophical Publishing House, 2002)
- 18 Kurt Leland, *Otherwhere: A Field Guide for Astral Travelers*, revised enlarged ed. (White Crow Books, 2018).
- 19 Deze ontwikkelingsstadia worden uitgebreid uitgelegd in de boeken van Arthur E. Powell.

Vertaling Marianne Plokker