

**The Royal Art
of
Psychology**

**Actuele
DieptePsychologie**

**Auteur
Meester / Leraar
John Willemse**

Actuele DieptePsychologie

Zie je leven in het juiste perspectief

Ontwaakte Intelligentie

Leef op je pure intuïtie

=

Ware Zelfontplooiing

Laat je ego los.

Er is maar een belang

en dat is het algemeen belang.

Dat is goed voor jezelf, omgeving en de wereld.

*Bevrijd je van alle conditioneringen: economische,
politieke, religieuze en sociaal-maatschappelijk*

*Het ware leven is leven in het nu,
zonder angsten en belemmeringen
uit het verleden.
Deze conditioneringen beletten je
de werkelijkheid te zien.*

John Willemse

Voorwoord

Waarom dit boek?

Als je bezorgd bent over je leven zal ik proberen je op het juiste spoor te zetten naar het kennen van jezelf in je diepste wezen. En stel ik vragen: waarom leef ik eigenlijk? Waarom denk ik wat ik denk, voel en doe? Welke levensvragen heb ik? Wat is geluk, vrijheid en waarheid? Wat is ware zelfontplooiing? Kan ik een dagelijks leven leiden zonder conflicten, angsten en ellende? En wat kan ik betekenen voor mijn omgeving? Waarom zit mijn ego altijd in de weg op weg naar geluk? Kan ik leven zonder conditioneringen? Waarom heeft het verleden zoveel invloed op mijn dagelijks functioneren? Kortom, wat is de oorzaak van dit alles?

Al deze vragen komen in dit boek aan de orde. Onderzoek dit in jezelf en laat je intelligentie ontwaken en leef met je pure intuïtie.

Waarom is het nodig jezelf te leren kennen?

Omdat we allemaal leven in verwarring, angsten, pijnen en

conflicten. En hier willen we iets aan doen, beter gezegd: een einde aan maken, zodat we vrij zijn van deze belemmeringen en beperkingen.

Als we vrij zijn in ons denken, niet hoeven na te denken over ons ellendig bestaan, (ik heb het niet over apathie of onverschilligheid), juist niet, maar juiste inzichten krijgen in ons leven en van de samenleving als geheel zal je merken dat alles op zijn plaats valt. En dit is pure intelligentie. M.a.w. dit is *Actuele DieptePsychologie* oftewel *The Royal Art of Psychology*

The Royal Art of Psychology is de overkoepelende betekenis van de praktijkgerichte Actuele DieptePsychologie. Dit zijn voor mij gelijke betekenissen. Waar ik Royal Art of Psychology gebruik kunt u ook Actuele DieptePsychologie lezen.

Kennis is vaak een belemmering om pure inzichten te hebben. Nog meer kennis vergaren zal je niet dichterbij ware inzichten brengen. Dit betekent niet dat je je denken moet uitschakelen, zeer zeker niet, maar het gaat om het diepe besef van de oorzaak der dingen. Daar is een diepe bewustzijn voor nodig zonder beperkingen in het denken. Dit is mogelijk, maar het vergt wel energie en kracht in jezelf om dit te ontdekken, niet de energie van iets te moeten bereiken, maar om juist los te laten. Kom waarlijk tot leven in je diepste bewustzijn!

Leidt een nieuw leven in volle bewustzijn; wat en waarom je denkt, voelt en doet? Je hoeft je leven niet op te geven zoals die nu is, maar zet en zie alles in het juiste perspectief, dat zal je een gevoel van evenwicht geven die ongekend en natuurlijk is in zijn oorsprong. Je zal een intens leven leiden met veel energie. Deze energie geeft je

inzichten hoe je je leven in kunt richten. Het inrichten van je leven zal anders verlopen dan de norm is. Je zult een nieuw pakket van waarden en normen ontwikkelen die puur vanuit jezelf komt en niet van buitenaf bepaald wordt. Dit is geen afsluiten van de samenleving, zeer zeker niet, maar dat zal je gauw genoeg zien als je verder leest.

Inleiding

We zijn beperkt in ons denken en daarom is ons leven ook beperkt. Als je volledig en intens wil leven, is er een omslag in je denken nodig! Een ware omslag in het denken zal je diep gelukkig maken en staat los van je herinneringen uit het verleden en de projecties naar de toekomst toe. Het huidige leven in het hier en nu staat centraal.

The Royal Art of Psychology = Actuele DieptePsychologie, is geen psychologie die we reeds kennen, zoals die van Freud, Rogers, Jung, en vele anderen. The Royal Art of Psychology is ook geen methode, therapie of behandeling op welke manier dan ook. Het is een omslag in het denken, staat los van het verleden en zijn conditioneringen die we projecteren naar het heden en naar de toekomst toe. We gaan terug naar de bron van ons denken. Waarom denken we wat we denken? Wat zijn conditioneringen? Wat is de invloed van het verleden op ons denken: economisch, politiek, religieus, sociaal maatschappelijk?

De cultuur waarin we leven heeft een enorme invloed op ons denken – waarom is dat zo? Kunnen we echt inzicht krijgen in ons denken, voelen en doen?

Dit zijn enkele vragen die we gaan onderzoeken en we kijken naar de waarheid en werkelijkheid hiervan.

Kortom: Actuele DieptePsychologie is het onderzoeken met al je energie, waarom je denkt wat je denkt, waarom je zo voelt en waarom je je zo gedraagt? En wat kunnen we hiermee in ons dagelijks leven?

The Art of Psychology / Actuele DieptePsychologie is geen ideologie, stroming of achtergrond van een filosofie. Het is niet gebaseerd op een persoonlijke zienswijze en er een methode van gemaakt. The Art of Psychology is feitelijk: inzicht in jezelf zonder al die belemmeringen en beperktheden. Het is meester zijn over je gedachten, zonder pretenties en principes. M.a.w. het is een vrijheid van denken in zijn diepste essentie, die heeft geen kennis en achtergrond nodig en is een manier van *zijn*.

Klinkt misschien ongelofelijk en waarom zijn we daar niet eerder achtergekomen als het zo simpel is. Dat is het hem nou net! Het is zo simpel en eenvoudig te zien dat we het niet zien. We gaan eraan voorbij omdat het zo voor de hand ligt. Ons leven is zo geconditioneerd dat we de belangrijkste dingen over het hoofd zien. Ik zal dat met talloze voorbeelden aantonen, zie het zelf, zie de werkelijkheid hiervan en het zal je leven drastisch veranderen. Ga je deze reis met me aan of heb je nu al zoiets van 'ik heb genoeg kennis, ervaring en geloof hier niet in!' Met alle respect het gaat niet om mijn leven, maar om die van jou! Geef je geest de vrijheid om in te zien wat werkelijk waar is, jij verdient het en de mensheid is hiermee gediend. Laten we nu geen tijd meer verliezen en met onze zoektocht beginnen.

Het begrijpen van je ikbesef is hierin cruciaal. Jouw persoonlijkheid, je ego, het individu dat je bent is geconditioneerd door van alles en nog wat en moet onderzocht worden.

We gaan van het oppervlakkige denken naar een steeds dieper niveau van denken. We pellen als het ware af naar de kern van je

bewustzijn en komen zo tot inzichten. Als je maar diep genoeg met enorme intensiteit kijkt naar de oorsprong van je problemen en gedachten zul je de sprong maken naar een ontwaakte intelligentie, je ware intuïtie.

Laten we samen deze reis maken. Ik begeleid je hierin, maar zoals gezegd, je moet zelf diep in je onderzoeken naar de waarheid hiervan.

Alleen jij bent meester over je gedachten, niet iemand of iets van buitenaf kan je ondersteunen om pure inzichten te krijgen. Je ziet het of je ziet het niet, je begrijpt het of je begrijpt het niet en je verandert of je verandert niet, zo simpel is het.

Het is geen hogere wiskunde en je hebt geen specifieke achtergrond nodig om in te zien wie je werkelijk bent. Geletterdheid kan zelfs in de weg staan om werkelijk inzichten te krijgen in jezelf.

*De intuïtie is een heilige gave
en de rede is haar dierbare dienaar, maar
we hebben echter een society gecreëerd
die de dienaar eert
en de ware intuïtie
compleet is vergeten.*

Albert Einstein

INHOUD

Voorwoord **3**

Inleiding **6**

Deel 1

De Realiteit / Wat is Waar?

Hoofdstuk 1

Waarheid begint waar het ikbesef is opgehouden te bestaan. 20

Economische conditioneringen. 23

Politieke conditioneringen. 25

Religieuze conditioneringen. 27

De waarheid van intuïtie. 30

Hoofdstuk 2

Het individuele probleem is het wereldprobleem.

Tegenstellingen. 36

Wat is echte liefde? 40

Additioneel: begripsvorming

Constructie. 46

Waarneming. 50

Concentratie. 50

Spiegelneuronen. 51

Neuroplasticiteit. 53

Deel 2

De Praktijk

De psychologische structuren van het dagelijks leven. 56

Home thuisbasis / Educatie leren. 57

Een levenswijze zonder grenzen en beperkingen.

Hoofdstuk 3

Home / Thuisbasis Het dagelijks leven

Als je de vragen niet stelt, kun je ook niet het antwoord geven.	58
Wijkteams.	70
PAL – psychologische assistent voor het leven.	72
Er is altijd een psychologisch tekort en gemis, waarom is dat zo?	74
Omslag in het denken.	78
Omslag in het denken – Gewoonte.	78
Psychologisch proces van denken.	82
Opdracht: hoe ga je om met een probleem?	88
Omslag in het denken – Angst.	89

Hoofdstuk 4

Educatie / Educeren.

Beschouw het leven.	100
Cijfercultuur.	107
Industrialisatie.	109
Ambachtsman.	110
Hiërarchisch denken.	111
De rol van leraar.	116

Hoofdstuk 5

Wake-up Call.

Psychologische begrippen en praktische voorbeelden

Wake-up call nodig?	132
Realiteit / Wijsheid.	134

Psychologische bewustwording en inzichten. 135

- Zelfontplooiing. 135
- Intelligentie / Intuïtie. 140
- Integriteit. 141
- Creativiteit. 143
- Psychologische ruimte. 145
- Identiteit. 150
- Eenzaamheid, isolement / Alleen zijn. 152
- Zelfdiscipline. 155
- Eenvoudig leven. 157
- Tolerantie / Verdraagzaamheid. 159
- Moraliteit. 162
- Spontaniteit. 165

Psychische problemen zijn morele problemen

Depressie.	169
Borderline.	171
Burn-out.	172

Er is een tekort aan wijsheid in de samenleving en daarom een tekort aan bewustzijn.

Invloed van industrialisatie.	177
Invloed van de romantische tijd.	178
We zijn te veel afgeleid.	180

We vergeten snel, ons brein is een zeef.	182
We zien de wijze mensen niet.	183

Het Momentum	
Een psychologisch beslissend ogenblik	185

Hoofdstuk 6

Kwaliteiten van leven	192
------------------------------	-----

Hoofdstuk 7

Bestaat er een ideale samenleving of is dat een utopische gedachte?	203
--	-----

Hoofdstuk 8

Werk / Economie.	216
Voorbeeld in Nederland – Bavaria.	222
Voorbeeld wereldwijd – SDG's.	224

Werk en Future jobs.	226
Paradigma.	228
Cognitieve dissonantie.	229

Hoofdstuk 9

Culturele en Psychologische bewustwording	236
1. Culturele invloeden.	237
religieuze.	237
economische.	238
politieke.	242
2. Invloeden uit de directe omgeving.	244
3. Zelfbeeld en zelfbewustzijn.	247
4. Diepste laag van het bewustzijn en de dimensie van ZIJN	252
angst.	254
sociale fobie.	255
vrij van angst.	257
Dimensie van ZIJN.	259
Algehele samenvatting.	264

Hoofdstuk 10

Persoonlijk verhaal vanuit de praktijk. 267

Werken als meester en leraar in de Actuele DieptePsychologie. 275

Mijn werkwijze in Actuele DieptePsychologie. 277

Jouw ultieme reis. 278

Epiloog

Actuele DieptePsychologie 279

Contact / info. 284

Deel 1

De Realiteit

Wat is Waar?

Hoofdstuk 1

*Waarheid begint waar het ikbesef is
opgehouden te bestaan.*

Wat is niet waarheid?

Deze vraag komt nadrukkelijk aan de orde in dit boek en wordt veelvuldig van diverse kanten bekeken.

Het ego-denken.

Ons ego zit voortdurend in de weg als we willen kijken naar waarheid. Ego, persoonlijkheid, individu zijn voor mij dezelfde begrippen. Je kijkt vanuit je ego naar de buitenwereld, maar ook naar het innerlijke. In principe heb je een bepaald idee of beeld voor je als je vanuit je ego kijkt en iets waarneemt en beoordeelt. Je ego is een ikbesef oftewel een ikbewustzijn. Vanuit het ego creëer je een beeldvorming, een extern plaatje in je hoofd en dat geeft je een indruk van iets of iemand.

Je ik leeft in het verleden, het heden en in de toekomst. Je ik of ego wordt vooral bepaald door je ouders, familie, vrienden, omgeving, je opleiding, werk en in brede zin de cultuur waarin je leeft. Je vormt hierdoor een bepaalde identiteit, zoals jij bent. Kortweg gezegd: de omgeving bepaalt voor een grote mate jouw identiteit, dus je ego, persoonlijkheid en karakter.

Je denkt dat je ego specifiek van jezelf is, dat is helaas een illusie. Je moet je voortdurend aanpassen aan je omgeving. Dit gaat voornamelijk automatisch en onbewust. Onze spiegelneuronen zorgen voor een opname en absorptievermogen om na te doen, te imiteren wat andere denken, voelen en doen.

Deze psychologische processen raken en beïnvloeden ons allemaal. Je neemt de normen en waarden over van de cultuur waarin je opgroeit en denkt dat het je eigen bezit is, je specifieke ik, je ego, maar is dat wel zo? Als je hier niet over nadenkt, is dit dus een gegeven en pas je je voortdurend aan aan de omgeving. Ga bij jezelf na, hoe ben je thuis, op school, op je werk, onder vrienden en met vreemden? Pas je je niet voortdurend aan aan die specifieke omgeving? Ben je hier bewust van of gaat alles langs je heen?

In onze psyche nemen we dus de cultuur in ons op. Ook onze interne biologische gesteldheid heeft natuurlijk invloed op ons denken, doen en voelen. Het DNA, je neuronen, hormonen – het biologische in ons heeft een interactie met onze psychische gesteldheid en vormt tezamen je identiteit.

Het ego is continu bewust en onbewust aanwezig, het stopt nooit. We blijven doorlopend denken, hoe vermoeiend dat ook kan zijn en er schijnt soms geen einde aan te komen, totdat je in slaap valt of helemaal het aardse leven hebt verlaten.

Alles wat we opgenomen hebben in ons bewuste en onbewuste brein interpreteren en herhalen we veelvuldig en noemen we een conditionering. Het komt telkens weer terug. Ook al ben je hier niet

specifiek van bewust. Onze hersenen gaan automatisch terug naar de herinneringen uit het verleden; je ervaringen en we projecteren deze naar het heden en naar de toekomst toe.

Deze conditioneringen zitten heel diep. We hebben deze van de hele mensheid en zijn ontstaan in ons zitten. De hele evolutie van onze hersenen dragen we met ons mee; dus ook de conditioneringen en psychologische structuren. De inhoud van ons brein en bewustzijn is al miljoenen jaren oud, geëvolueerd naar een steeds grotere vorm en meer inhoud.

Wat ik hiermee wil zeggen is dat deze inhoud van ons bewustzijn op psychologisch vlak voor iedereen hetzelfde is.

Mijn inhoud is niet anders dan die van jou of van iemand die in een andere cultuur van de wereld leeft of heeft geleefd.

Ik heb het over de psychologische structuren van de mensheid! Ik heb het niet over de individuele ervaringen die men met zich meedraagt!

Fysiek zien we er anders uit, dat is duidelijk te zien. Maar het innerlijke, het psychische gedeelte is hetzelfde. We kunnen dit niet zien, maar we kunnen het wel opmerken als we oplettend en alert zijn.

Wat bedoel ik met psychologische structuren die voor iedereen hetzelfde zijn?

We ervaren allemaal angsten, pijnen, verwarringen en chaos in ons leven. De psychologische inhoud hiervan is voor iedereen hetzelfde. We ervaren een angstmoment, slaan het op, interpreteren het en je

krijgt er een overeenkomstig gevoel bij die een bepaald gedrag weergeeft. Als je dit angstmoment hebt opgeslagen in het geheugen blijft dit terugkomen. Als de intensiteit van die ervaring echt hevig was zal het vaker te pas en te onpas aan de oppervlakte komen. Het wordt een patroon. Dit proces is voor iedereen hetzelfde. Het is een patroon geworden en dus geconditioneerd. We kunnen de geconditioneerde ervaring en interpretatie niet zomaar stoppen. Het blijft in ons denken aanwezig tenzij je open staat voor een radicale verandering. Deze psychologische structuren zijn van oudsher de bronnen van ons bewustzijn. Het is opgeslagen na conditioneringen uit het verleden. En we krijgen er in de toekomst ook last van, tenzij je een andere kijk hierop krijgt.

Kortom: alle herinneringen hebben we geconditioneerd. En deze conditioneringen passen we onbewust toe in het dagelijks leven, we zijn er immers zeer aan gehecht!

Als we even teruggaan naar onze ego: die is zoals aangegeven geconditioneerd en daar hebben we weinig vat op, lijkt het wel! Ik zal nu wat verder ingaan op die conditioneringen die ons bewust en onbewust dwars zitten. We kijken naar economische, politieke, religieuze en sociaal-maatschappelijke conditioneringen.

Economische conditioneringen.

Dat wil zeggen: het economisch bestel heeft invloed op ons psychologisch functioneren en daarmee ook op ons sociaal-maatschappelijk functioneren.

In mijn vorige boeken heb ik hier uitgebreid over geschreven. Voor

nu is het belangrijk te beseffen en te zien dat economische factoren invloed hebben op onze psyche. We willen succes, iets bereiken, winst boeken, vooruitgang, jezelf ontplooien! Daartegenover staan: strijd met elkaar, falen, competitie, uitbuiting, ongelijkheid, armoede et cetera. Dit zijn tegenstellingen en creëren een samenleving in grote verdeeldheid. Dit gaat natuurlijk diep in onze psyche zitten, we hebben dit systeem opgeslagen en zijn er voortdurend mee bezig.

Het ego, de ik, is continu in een strijd verwickeld met aan de ene kant de positieve kanten (althans, voor nu denken we dat het positief is, kom hier nog vaak op terug) en aan de andere kant de negatieve factoren van het paradigma van de economie. Het spectrum is nooit in evenwicht en kan extreem geïnternaliseerd worden. Met andere woorden: we zijn voortdurend met geld, macht en status bezig om onze psyche gerust te stellen.

We denken ook dat het de enige manier van bestaan is om in deze economische gesteldheid van nu te leven. Ik zal laten zien dat dit een illusie is. De economie waarin we leven is een constructie en zeker geen fait accompli, dat niet veranderd kan worden.

De nadelige effecten van onze huidige economie zijn onder andere: vele depressies, uiteenlopende ziektes, toenemende gebruik van medicijnen, suïcide, verslavingen, moorden, uitpuilende gevangenissen, angsten, falen, bang zijn voor een ander, gebrek aan zelfvertrouwen, waardering en erkenning, uitbuiting, armoede en alles wordt geëconomiseerd. Kortom, de lijst is eindeloos, het houdt nooit op! Is dit wat we willen? En kunnen we hier iets aan doen is dan de volgende vraag?

Ik zal je nu al vertellen, dat het alleen met een omslag in het denken kan veranderen in ieder van ons en zeker niet van buitenaf kan komen via economische, politieke en religieuze bemoeienissen.

Laten we even kort samenvatten: het ego wordt bepaald door de cultuur in brede zin en deze wordt geconditioneerd in ons brein. We denken dat het zo hoort en kunnen er ook niet buiten. Het zit diep in ons! Maar er is meer! Ik kom later terug op het feit dat deze conditioneringen van het ego, het ikbesef nooit een vrijheid van denken kan geven. Het is een beperkt beeld dat we hebben van deze economische gesteldheid dat zo gegroeid en vergroeid is. Een beperkt beeld komt mede doordat ons denken eveneens beperkt is. Als ons denken beperkt is, zal ons gevoel en gedrag ook beperkt zijn in zijn essentie. En als ons denken beperkt is kunnen we ook niet zien wat echt waar is.

Wat is de bron van ons denken dan? En wat is dan waarheid?

Voordat ik verder ga over de bron van het denken en de waarheid hiervan ga ik nog even door met de conditioneringen van onze politieke en religieuze dimensies.

Politieke conditioneringen

Waarom lopen we zo achter politici en partijen aan? Waarom zijn deze machthebbers zo belangrijk? Weten zij wat waarheid is, wat vrijheid werkelijk betekent? Of zijn het maar oppervlakkige meningen, overtuigingen en schijnzekerheden?

We zien de macht, volgen degene die we goed vinden, althans van de buitenkant en leggen ons lot in zijn of haar handen. Denken we weleens na dat het volgen van iemand je belet om zelf na te denken? Is het volgen van iemand niet een soort troost zoeken, een weg naar zekerheid en ons daaraan overgeven ook al proberen we kritisch en onafhankelijk te zijn? We zijn al beperkt in ons denken en dan gaan we ons nog meer beperken door andere te volgen die het beter schijnen te weten omdat ze op een bepaalde functie of een machtsbasis zitten. We lopen elkaar achterna en passen ons aan wat nuttig voor ons is. Is dit de waarheid of is die waarheid maar zeer betrekkelijk?

Ook hier geldt weer: een omslag in het denken is nodig om werkelijk in te zien wat belangrijk is in ons leven en voor de mensheid in het algemeen.

Het ikbesef is beperkt omdat ons denken beperkt is. Daarom is onze kennis en ervaring ook beperkt. We kunnen nooit alle kennis hebben om werkelijk in te zien wat waar is. Kennis komt altijd tekort omdat ons denken tekort komt.

We kunnen daarom nooit echte waarheden zien met ons denken. We zullen buiten ons denkvermogen om moeten gaan treden om de waarheid te zien, is het niet?

Het redeneervermogen, de ratio gaat ons niet waarheden brengen die we zo hard nodig hebben in deze vooral ellendige wereld. We proberen wel logisch na te denken en rationaliseren de waarheid, maar het is en blijft een constructie en daarom een illusie.

Cruciale vragen zijn: is wat wij waarnemen met het ego de realiteit en spreekt het de waarheid? Of ligt de waarheid buiten ons denken om? Zou er een dimensie zijn buiten ons bewustzijn om? De waarheid is toch heilig of niet? Als denken beperkt is kan het dus niet de waarheid zijn. Of zie je dit anders? Onderzoek dit, kijk naar jezelf.

En zo komen we bij de religieuze waarheden.

Religieuze conditioneringen

Ik ga niet in op de inhoud van een religie, want die is niet relevant in deze, maar op de waarheid in zijn essentie. Is het niet zo, dat we de waarheid als iets heiligs willen zien, als iets buiten ons verstand om, iets diep verborgen, of iets bovennatuurlijks?

En als iets heilig is staat het buiten ons denkvermogen om toch?

Mijn stelling is: religieuze waarheden zijn constructies van ons denkvermogen.

We baseren een religie op een vorm van troost en willen een bepaalde zekerheid creëren. We verlaten ons op een boek of op een autoriteit die ons vertelt wat goed en niet goed is, wat je moet doen en moet geloven. We gaan ervan uit dat wat in de boeken en heilige geschriften staat de waarheid gefundeerd is. Is dit wel zo? Denk daar eens goed over na? Er is geen enkel bewijs dat iets buitenaards of een of ander heilig wezen of toestand hier debet aan is! Het gaat niet om constructies van geloven, maar om feiten. Dit is allemaal

opgeschreven door ons denkvermogen te gebruiken. Het komt van buitenaf. De autoriteit buiten ons bepaalt hoe wij moeten denken – is toch redelijk dogmatisch, want anders...

Als iets dogmatisch is, (er wordt iets opgelegd van buitenaf) kan het dan überhaupt heilig zijn? Is een boek dan heilig of is God als constructie daarom heilig?

Ik wil niemand beledigen, heb geen oordeel over een geloof, maar kijk naar de bron van wat waarheid en werkelijkheid is en die is toch als we een woord en betekenis eraan geven heilig of niet?

Als het niet tot het redeneervermogen behoort, kan het pas heilig zijn. Dat is mijn stelling.

Pas als ons denkvermogen uitgeschakeld is zitten we in een andere state of mind dat puur helderheid geeft en ware inzichten en intuïtie met zich meebrengt. Het is dan geen constructie meer van de werkelijkheid, maar de werkelijkheid zelve.

God is gecreëerd doordat we iets zoeken dat ons troost geeft omdat het leven complex en pijnlijk is en we daarom afleidingen en afhankelijkheden zoeken. We leven in ellende en vormen van chaos, zowel innerlijk als buiten in de wereld. We kunnen het niet zelf aan en voelen ons verdrietig, verward en eenzaam. We leggen daarom ons lot in andermans handen, bij een autoriteit en bij ideologieën en concepten. We zoeken troost in goden, bijgoden en bijgeloven. In India hebben ze meer dan 300 000 goden, ieder met zijn eigen betekenis! De islam en het christendom hebben maar één God. Elke cultuur heeft wel zijn goden en bijgoden. Kortom, er is voor ieder wat wils.

Maakt troost vinden ons gelukkig of maakt het het leven nog

complexer? Wordt ons leven daar beter van? Blijven we niet in vele conflicten met onszelf bezig, laat staan die met de buitenwereld?

De bron van troost is het zoeken naar zekerheden en daaronder zit angst. Je kan bang zijn voor alles: mensen, dieren en dingen. We zoeken uiterlijke oplossingen die ons gemoedsrust geven. Het is niets minder dan een afleiding zoeken om niet in jezelf te hoeven kijken. En we hebben dat natuurlijk ook niet geleerd! Niet in onze opvoeding, niet op school en niet van de cultuur in brede zin.

Deze vormen van troost zoeken, gebruiken en geloven in de mens zijn al miljoenen jaren oud en geconditioneerd. Het zit diep in onze hersenen ingeprent. Angsten proberen we daarom te overstijgen, te ontkennen en te verdringen. We vinden het normaal om in iets te geloven, alhoewel mijn geloof de jouwe niet hoeft te zijn. We laten elkaar daar vrij in, of niet soms? Is het niet zo dat vele geloven elkaar de wil willen opleggen? De geschiedenis staat hier vol van. Is dat vanuit menslievendheid gebeurd...

We begrijpen natuurlijk wel dat geloven elkaars tegenpolen kunnen zijn, maar helaas is die van mij beter dan die van jou. En zo ontstaan weer conflicten, verdeeldheid en oorlogen. De waarheid is dat als je maar bij mijn groep behoort, mijn geloof, mijn religie, mijn god of goden dan ben je beter dan de ander. Als we je niet kunnen overtuigen, gebruiken we manipulatie of bruto geweld. Dus ieder heeft zijn eigen waarheid. 'De waarheid' heeft dus niemand alhoewel ze het wel claimen. Zo zie je hoe beperkt ons denken is. "Mijn denken is beter, van hoger niveau dan die van jou; jij bent primitief, ongelovig en dwaas."

Angst is de oorzaak van het zoeken van troost. We zoeken