

BEVRIJDING VAN ANGST
DOOR HENRY THOMAS HAMBLIN



www.absolute1.net
[Spirituele ebooks, vele gratis,
& kwaliteitsmateriaal voor kinderen](#)

Ik houd van het leven, in plaats van ertegen te vechten en daarom is het leven mij vriendelijk gezind.

INHOUD

Hoofdstuk

- I. Als wij onze angst overwinnen.
- II. Als ik me terugtrek van het uiterlijke in het innerlijke
- III. De kracht is in jou.
- IV. Als ik mij op het standpunt plaats van eeuwige Waarheid.
- V. Terwijl ik vertrouw op de innerlijke kracht.
- VI. "Volmaakte liefde verdrijft angst" (Johannes)
- VII. Het leven van overwinning.
- VIII. In harmonie met het universum
- IX. "De wateren kennen hun weg"

VOORWOORD

De uitgave van dit boekje heeft tot doel om een praktische handleiding te verschaffen over het onderwerp angst en de manier waarop we angst kunnen overwinnen. Het is geen geleerde of wetenschappelijke verhandeling, want de schrijver maakt geen aanspraak op geleerdheid noch op wetenschappelijke kennis. In plaats daarvan worden in duidelijke taal die methoden beschreven, die doeltreffend gebleken zijn in de ervaring van de schrijver.

Zijn enige kwalificatie is dat hij tot voor enige jaren geleden het slachtoffer was van angst in de

ergste vorm en door de eenvoudige methoden, in dit boek beschreven, is hij er van bevrijd. Uitgaande van het principe, dat de praktijk meer waard is dan heel veel theorieën, wordt dit boekje onder de aandacht gebracht van hen, wiens leven verknoeid wordt door angst en die meer dan iets anders bevrijd wensen te worden van de slavernij en macht ervan.

H.T.H.

Bevrijding van angst

Hoofdstuk I

Als wij onze angst overwinnen, heeft datgene wat wij vrezen niet langer macht over ons.

De meeste mensen zijn het slachtoffer van angst. Sommigen worden erdoor geremd en maken zodoende geen vordering in het leven door een verborgen angst. Onbewust kunnen zij misschien iets vrezen. Het kan verantwoordelijkheid zijn, of het ontmoeten van mensen, of het nemen van initiatief - en hierdoor vermijden zij gelegenheden die, indien aangegrepen, zouden kunnen leiden tot een veel beter en harmonisch leven. Onbewust werken zij door een of andere verborgen angst voortdurend hun eigen voordeel tegen.

Anderen vrezen misschien ziekte, slechte gezondheid. Ze zijn bevreesd voor de toekomst, omdat die hun lijden en pijn zou kunnen brengen. Iedere keer dat zij horen dat één van hun vrienden of bekenden ziek is, of aan een kwaal lijdt, worden zij vervuld van bezorgdheid en een angstig voor gevoel.

Anderen vrezen dat armoede, schande, onheil over hen kan komen. Wat voor waarborg hebben zij dat ze niet van rijk straatarm zullen worden? Wat zal er van hen worden op hun oude dag? Visioenen van het armenhuis, met alle verschrikkingen daarvan, zweven hen voor de geest. Zij zijn vervuld van duistere voor gevoelens van wat de toekomst voor hen verbergt.

Weer anderen vrezen en weten niet waarvoor. Zelfs de komst van de postbode vervult hen met nameloze angst, zodat zij nauwelijks naar de deur durven gaan. Of zij zijn het slachtoffer van angstgolven, die op hen neerbeuken en hen dagenlang terneer geslagen maken. De auteur is in staat deze symptomen te beschrijven, omdat hij zelf op deze wijze geleden heeft. Hij moest zelf een uitweg vinden, maar hij vertelt aan anderen hoe dit gedaan werd, opdat ook zij hun eigen verlossing kunnen bewerken.

Angst is te wijten aan het aannemen van suggestie. Er is in werkelijkheid niets te vrezen. Het is door het aannemen van kwade suggesties, dat we vrezen, en omdat we vrezen, wordt het voor kwade gebeurtenissen mogelijk om plaats te vinden. Het overwinnen van angst

betekent het overwinnen van datgene wat we vrezen. Daarom wordt de weg van vrijheid slechts gevonden door het overwinnen van angst.

In sommige gevallen kan angst overwonnen worden door de macht ervan te ontkennen en de waarheid van het bestaan te bevestigen.

Men kan b.v. angst het hoofd bieden en overwinnen door ze onder de ogen te zien en het volgende te zeggen:

Er is niets in het ganse Universum dat mij bang kan maken, omdat ik geschraagd wordt door alle Goddelijke krachten van harmonie en orde.

Als men dit blijft volhouden, komt de ziel geleidelijk tot het besef, dat alles goed is en dat men door weldadige en vriendelijke krachten gesteund wordt zodat men niet door kwaad kan worden aangetast. Het is van de grootst mogelijke hulp, als men werkelijk gelooft, dat men innerlijk en waarachtig een geestelijk wezen is, dat voor altijd geliefd en verzorgd wordt door het Oneindige Wezen; maar zelfs al kan men dit niet, dan zal deze methode toch bij velen resultaat hebben.

Een andere manier is om vriendschap te sluiten met de bedreigende ervaring, of met dat, wat we niet prettig vinden. Zolang wij een ervaring vijandig gezind zijn, heeft deze de macht om ons te kwetsen. *Maar zodra we het zegenen en er vriendschap mee sluiten, en bereid zijn er helemaal in mee te gaan, dan heeft het niet langer macht om ons pijn te doen.*

Daarom ook zei de Grootste Leraar van allen, dat wij onze tegenspoed moesten verdragen, en de boze niet weerstaan, en dat als iemand ons zou dwingen één mijl te gaan, wij bereid zouden moeten zijn twee mijlen te gaan. Dit alles betekent dat wij de ervaring, die we vrezen en niet prettig vinden, moeten verdragen en er vriendschap mee moeten sluiten, want dan heeft het niet langer macht over ons.

HOOFDSTUK II

*Als ik mij terugtrek van het uiterlijke
In het innerlijke, dan plaats ik mij op
Het standpunt van de Innerlijke Macht,
Die alles beheerst, en word ik Meester
Over mijzelf en over omstandigheden.*

Toen hoofdstuk I gepubliceerd werd, wekte het alom belangstelling. Ik hoop alleen maar, dat velen van hen, die het lezen, de suggesties die het bevat in praktijk mogen brengen, want als zij dat volhouden, zullen zij zeker vorderingen maken in het overwinnen van hun angsten. Het is echter waarschijnlijk, dat velen dit niet zullen trachten te doen, omdat het middel zo eenvoudig is.

Hierin staan zij niet alleen, zij zijn inderdaad in doorluchtig gezelschap, want niet minder dan Naäman, de legeraanvoerder van de Koning van Syrië, handelde op gelijke wijze. Toen hem gezegd werd, dat zijn melaatsheid genezen zou zijn als hij zich zevenmaal in de Jordaan zou wassen werd hij zeer toornig en zei: "Zijn niet Abana en Pharpar, de rivieren van Damascus, beter dan alle wateren Israels, zou ik mij daarin niet kunnen wassen en rein kunnen worden?" In zijn geval echter waren zijn knechten wijzer dan hij, wat soms voorkomt, en zij overreedden Naäman om de instructies van de profeet te gehoorzamen, zodat hij zich tenslotte zevenmaal baadde in de rivier de Jordaan en weer gezond werd.

De meeste mensen zullen alleen in een behandelingsmethode geloven, als deze geheimzinnig, of ingewikkeld, of heel duur is, maar willen niets te maken hebben met een methode, die, hoewel misschien meer doeltreffend, het nadeel heeft eenvoudig te zijn, helemaal niet geheimzinnig, en vrij wordt aangeboden.

Zo zei de profeet: "Waarom wegen jullie geld uit voor hetgeen dat geen brood is, en je arbeid voor hetgeen dat niet verzadigen kan? O allen die dorstig zijn, komt tot de wateren, en die geen geld hebben, kom, koop en eet, ja kom, koop, zonder geld en zonder prijs, wijn en melk." Het allergrootste kan nooit gekocht worden met geld. Zij die de grootste giften hebben aan te bieden, proberen niet om ze te verkopen of ermee te marchanderen, maar geven ze vrij zonder geld en zonder prijs.

Waarheid kan nooit verkocht worden. Zij die haar trachten te verkopen, merken, dat zij geen Waarheid hebben te verkopen, terwijl zij die kopen, merken, dat wat zij gekocht hebben, geen schat bevat.

Sommige mensen denken, dat als zij maar een of ander merkwaardig boek kunnen ontdekken of een of andere wonder-behandeling die komt van iemand, "die zo knap is", dat dan hun moeilijkheden een einde zullen nemen. Dit is een vergeefse hoop, want hij die lijdt door angst kan niet door anderen genezen worden, hij kan slechts door zichzelf genezen worden.

Er wordt gezegd, dat een man, die zijn eigen advocaat is, een dwaas tot cliënt heeft. Hoewel dit misschien waar is voor de wet, is het zeker niet van toepassing op het overwinnen van angst. Ieder slachtoffer moet zijn eigen verlossing bewerkstelligen. Dit is inderdaad het begin van het pad van bevrijding, namelijk het feit te erkennen, dat niemand kan helpen, en dat, als u bevrijd wilt worden, u zich helemaal alleen een weg moet banen naar de overwinning.

"Dokter, genees uzelf." Ieder moet zijn eigen dokter zijn, zijn eigen genezer, zijn eigen bevrijder, en zichzelf genezen en bevrijden.

De eerste stap is dus, dat we het feit erkennen, dat we op niemand anders moeten rekenen. Als wij steunen op anderen, vallen wij onmiddellijk. Wij moeten op een vaste grond van innerlijke kracht bouwen, en meester zijn over ons lot en onze ziel. Deze innerlijke kracht is echter niet de kracht van ons ego, maar de kracht van de inwonende God.

Eén van de geheimen van overwinning, hetzij van gewoonte, zonde, zwakheid, angst, ziekte, of armoede, is de realisatie van de Kracht in ons. "Hij is groter die in u is, dan die in de wereld is." Met andere woorden, de kracht in ons is groter dan iets, dat tegenover ons geplaatst is.

HOOFDSTUK III

In het voorgaande hoofdstuk werd aangetoond, dat ieder zijn eigen angst moet overwinnen, want niemand kan angst voor een ander overwinnen; ieder moet voor zichzelf tot overwinning komen. Er werd ook op gewezen, dat er een kracht in ons is, die groter is dan enige moeilijkheid of vreselijke of verschrikkelijke ervaring, waar we tegenover geplaatst kunnen worden.

Vele mensen zijn bereid toe te geven, dat er een Kracht is die groter is dan omstandigheden, maar in vergelijking zijn er maar weinigen, die beseffen, dat deze Kracht in henzelf aanwezig is.

"De Kracht is in U" zegt het merendeel niets, en toch hebben duizenden heel gewone mensen hun leven zien veranderen door de waarheid ervan te beseffen, als persoonlijk op hen van toepassing. Zolang wij onszelf in gedachte zien als afzonderlijke eenheden, buiten de Kracht van het Oneindige, en overgeleverd aan de genade van onbekende kwade krachten, blijven wij hulpeloos en ten prooi aan golven van angst en bezorgdheid.

Maar wanneer we ons realiseren dat de Kracht van het Oneindige in ons is, dan heeft alles, wat tot nu toe ons schrik aangejaagd en gekweld heeft, niet langer macht over ons.

We moeten echter vermijden te denken, dat wij de kracht zijn die oneindig is, want hierdoor blaast het persoonlijk ego zich op. Als wij toegeven aan dergelijke zelf-suggesties van: "Ik ben God", of "Ik ben Kracht", dan blazen we onszelf op als een speelgoedballon, die door de eerste scherpe ervaring die we opdoen doorgeprikt wordt, met alle akelige en vernederende gevolgen van dien.

Maar als wij beseffen, dat - al kunnen wij uit onszelf niets doen - de Goddelijke Kracht in ons niettemin groter is dan alles wat ons kan tegenwerken dan weten we ook dat hoe vreeswekkend de ervaring, waar we tegenover staan, ook is, het een eeuwige waarheid is, dat "Hij is groter die in u is, dan die in de wereld is." Wanneer we dit stadium bereiken, rijzen we niet alleen boven onze angsten uit, maar we zijn ook in staat onze moeilijkheden te boven te komen en

overwinnaars in de levensstrijd te worden.

Het leven kan ons alleen verslaan, als het ons eronder krijgt. Wij kunnen niet overwonnen worden, als wij weigeren overwonnen te worden, en ons beroepen op de innerlijke kracht, erkennende, dat deze in ons is en groter is dan welke moeilijkheid ook. Als wij te allen tijde de overwinnende houding handhaven, dan vluchten 'de moeilijkheden of kwaden van het leven, in plaats van ons te beheersen.

Het leven zelf kan ons misschien een tiran toelijken, die ons onderdrukt en aan wie wij niet kunnen ontsnappen; maar als we de kracht in ons realiseren, erkennen en erop vertrouwen, dan zal het leven niet langer meer een tiran zijn, en in plaats daarvan kruipt het aan onze voeten. Als wij ten aanzien van een of andere verpletterende ervaring oprijzen in de macht, majesteit en kracht van de inwonende oneindige Geest, dan worden onze zorgen, angsten en moeilijkheden klein, en wel op dezelfde wijze als bomen en gebouwen vervlakken, wanneer we die van de top van een hoge berg zien.

De golven van angst, die op iemand aanvallen, die nog niet geleerd heeft te overwinnen, zijn slechts golven van suggestie. Als zij aangenomen worden, gaan zij deel van het leven uitmaken. Als zij afgewezen worden, keren zij tot hun oorspronkelijke nietsheid terug. Hoe deze suggestie-golven van angst en onheil onder de ogen gezien en overwonnen moeten worden, vormt het onderwerp van het volgende hoofdstuk.

HOOFDSTUK IV

Als ik mij op het standpunt plaats van eeuwige Waarheid, wordt kwade suggestie verijdeld.

Teneinde angst te overwinnen, is het nodig zelfbeheersing te verkrijgen.

De golven van angst (welke in werkelijkheid kwade suggestie-golven zijn), die neerstorten op hen, die het slachtoffer zijn van angst, paniek, enz., kunnen doeltreffend tegengegaan en overwonnen worden. Zulke suggestie-golven hebben slechts macht op hun eigen niveau. Als zij aanvaardt worden, en als wij hun toestaan ons te overweldigen, dan worden zij een grote macht in ons leven. Maar als wij weigeren om hen te accepteren, dan hebben zij geen macht over ons.

Ik zei daarnet, dat deze suggestie-golven slechts macht hebben op hun eigen niveau. Zij kunnen daarom onschadelijk gemaakt worden, als wij een standpunt op een hoger niveau innemen. Zodra wij dit doen, wordt de suggestie, die op het eigen niveau een grote macht had, opgeheven en teruggebracht tot een staat van hulpeloosheid.

Een boze zee kan heel gevaarlijk zijn als we in de branding ervan zijn, maar als we klimmen op de rots erboven, kan de kracht en woede ervan ons op geen enkele wijze treffen. Het is precies hetzelfde met het overwinnen van angst; wij moeten ons standpunt innemen op een niveau boven dat van de suggesties van onheil, die ons trachten te beheersen.

Als suggestie-golven van mislukking en armoede ons aanvallen, en er wordt aan toegegeven, d.w.z. ze worden geaccepteerd, dan kunnen mislukking en armoede deel gaan uitmaken van ons leven. Als we echter weigeren de suggestie aan te nemen en deze het hoofd bieden met tegen-suggesties van tegengestelde aard, dan kan de gesuggereerde staat van mislukking en armoede zich niet verwezenlijken. Het is eveneens waar voor iedere andere gesuggereerde vorm van onheil.

Zodra wij erbovenuit rijzen wordt het onheil hulpeloos en onschadelijk, voorzover het ons betreft.

Men zal echter vragen hoe wij een standpunt op een hoger niveau kunnen innemen.

Teneinde dit te doen moeten we datgene uitspreken, wat

innerlijk altijd waar is voor ons, namelijk dat wij Kinderen Gods zijn. Paulus beschreef de ware mens als "erfgenamen Gods"; terwijl Johannes uitriep: "Geliefden, nu zijn wij kinderen Gods."

Tegenover een golf van angst, die in werkelijkheid een golf van suggesties is, kunnen wij iets als volgt zeggen:

"Als een kind van God weiger ik deze suggesties aan te nemen. Omdat ik een kind van God ben, kunnen geen van deze gesuggereerde onheilen mij treffen."

Natuurlijk wordt de grote strijd om meesterschap niet gemakkelijk gewonnen. In het begin is het een verwoed vechten, en het kan moeilijk zijn om jezelf te verbinden met de innerlijke mens die het kind van God is, en aan die houding vast te houden. Maar als wij blijven weigeren het op te geven, of van stelling te veranderen, dan verzwakken de aanvallen van kwade suggestie, en we komen in een overwinnende en vredige geestesgesteldheid. Iedere keer dat we de strijd op deze wijze winnen, maken wij het gemakkelijker voor ons om bij het volgende conflict, de overwinning te behalen.

Geleidelijk krijgen wij overwicht, en worden we zo sterk en evenwichtig, dat de suggesties van angst en onheil geen enkele macht meer over ons hebben.

Ik heb u nu aangetoond, hoe u iedere zwakheid kunt overwinnen - altijd door u te verbinden met de hogere innerlijke Mens, die het Kind Gods is - en het blijft aan u om u een weg te banen tot overwinning en vrijheid. Sommige lezers hebben mij geschreven en geld aangeboden voor een "behandeling".

Ik heb hun uitgelegd, dat ik geen behandeling geef, en dat ik geen praktiserende genezer ben. Het geheim om te alles te boven te komen en te overwinnen wordt in deze eenvoudige hoofdstukken gegeven, en het blijft aan de lezer om de waarheid, die hierin wordt meegedeeld, toe te passen.

HOOFDSTUK V

Terwijl ik vertrouw op de innerlijke kracht, doe ik dat, wat ik vrees te doen en kies het moeilijkste pad in het leven.

Door zo te doen kom ik tot vrijheid.

Het onderwerp dat ik in dit hoofdstuk zal behandelen, is 'de uitdaging aannemen'. In zekere zin tracht het leven ons voortdurend te intimideren. Het leven tracht ons altijd bang te maken met een of andere boeman. In de meesten van ons is wel iets, soms diep verborgen, dat we vrezen.

Wij weten allen, dat helden, die zo onbevreesd zijn in de strijd, of op ontdekkingsreizen, of in andere dappere ondernemingen, dikwijls bang zijn voor een vrouw, of voor het houden van een speech, of om een kledingwinkel binnen te gaan. Wat de meeste kostwinners vrezen, is werkeloosheid. Anderen weer vrezen publiciteit; zij zijn te veel van zichzelf bewust en daardoor bang, dat de mensen naar hen kijken. Anderen vrezen soms interviews.

Ik kende eens een man, die flauw viel, als hij een spin zag! Zo erg is het misschien niet met ons gesteld, maar de meesten van ons zijn ergens bang voor.

Ik heb reeds in vorige hoofdstukken verschillende methoden beschreven om angst te overwinnen, hoofdzakelijk de onnoemelijke verscheidenheid ervan. Hier volgt een methode, die we allen moeten gebruiken, indien we onze grootste angst of angsten eens en voor al willen overwinnen.

In het kort omvat deze methode het "aannemen van de uitdaging" van dat wat wij vrezen door het te doen. Een of andere lezer zal misschien meteen zeggen: "Maar dat is onmogelijk." Wel, zolang hij zegt, dat het onmogelijk is, zal het onmogelijk voor hem blijven.

Maar in werkelijkheid is het niet onmogelijk. "Alle dingen zijn mogelijk voor diegene die gelooft", wat betekent: alle dingen zijn mogelijk, indien wij geloven, dat zij mogelijk zijn.

Wij hoeven alleen maar "de uitdaging aan te nemen" om niet alleen te bewijzen, dat het mogelijk is om te doen wat we vrezen, maar ook dat het belachelijk

gemakkelijk is.

Wat we dus moeten doen, is, dat te doen, waar we het meest bang voor zijn. Als we dit doen, dan bemerken we, dat het allemaal bangmakerij is geweest, en dat we werkelijk dat kunnen, waarvan we dachten dat het onmogelijk was, en dat we het zelfs gemakkelijk kunnen doen.

Als je je teveel van jezelf bewust bent, plaats je dan recht tegenover degenen, voor wie je bang bent en waar ze je kunnen aanstaren.

Als je dit doet (ik ben benieuwd of je het zult doen), dan zul je heel gauw merken, dat je zelfbewustheid tot het verleden behoort, en nu iets is waarom je kunt lachen. Dat wat we vrezen, kan ons alleen beheersen, als wij ervoor terugschrikken.

Zodra wij het het hoofd bieden en wel speciaal in zijn ergste vorm, heeft het niet langer macht over ons. Hieruit blijkt slechts, wat ik net zei, dat het leven ons voortdurend intimideert en dat er in het geheel niets te vrezen is. Zodra wij dat, wat we vrezen, onder de ogen zien, lost het zich op.

Het is hetzelfde met onze taken en moeilijkheden. Als we er bang voor zijn, steken ze torenhoog boven ons uit, en het leven wordt te zwaar voor ons. Maar als we de moeilijkste van onze taken kiezen en deze doen, bemerken we spoedig, dat we het leven de baas zijn, in plaats van erdoor verpletterd te worden.

Zou je het leven de baas willen zijn, vrij willen zijn en alles in orde willen hebben? Neem dan de uitdaging aan van al je angsten, en doe uw moeilijkste taken eerst.

Door dit te doen bewandel je het Pad der Overwinning. Dit is, Goddank, mogelijk, want, "Hij is groter die in u is, dan die in de wereld is."

HOOFDSTUK VI

"Volmaakte liefde verdrijft angst." Johannes.

Ik heb eerder gesproken over het aannemen van de uitdaging, of over dat te doen wat wij het meest vrezen, want hierdoor kunnen wij bevrijding van angst bereiken; want als wij dit niet doen moeten wij onvermijdelijk voor altijd in slavernij blijven.

Er is echter nog één ding waarover ik moet spreken en wat van zeer groot belang is.

Teneinde onze levensangst te overwinnen, moeten wij het leven vriendelijk gezind zijn.

Een zeer wijs en begrijpend man zei eens: "Volmaakte liefde drijft de vrees buiten, want de vrees heeft pijn." Niets is meer waar dan dat. Als wij het leven vriendelijk gezind zijn, en ook iedere ervaring en ieder schepsel, dan ontdekken we, dat er niets te vrezen is, want we leven in een vriendelijk heelal, en, zoals Edward Carpenter het zei in zijn proza-gedicht 'Towards Democracy' ('Naar Democratie'): "Alle goddelijke krachten haasten zich om bij te dragen tot onze eeuwige vreugde."

Zodra wij een ervaring "liefhebben", of vriendelijk gezind zijn, dan kan die ervaring ons niet langer kwetsen, maar kan ons alleen maar zegenen, en bijdragen tot onze vreugde.

Het is mogelijk om zo afgestemd te worden op het heelal, dat we met ieder atoom erin in vriendschappelijke verhouding staan. Dan merken wij, dat de dingen en gebeurtenissen, in plaats van ons tegen te werken, feitelijk voor ons aan 't werk zijn, en trachten ons in een staat van voortdurende vreugde en harmonie te brengen.

Bijgevolg zijn we nooit bang voor enige ervaring, die het leven ons kan brengen, want we weten, dat een vriendelijk heelal ernaar streeft om ons tot ons hoogste goed te voeren, ons te leiden naar een hoger stadium van het goede, en tot een grotere mate van het goede dan ooit tevoren voor ons mogelijk was.

Paulus zei: "En wij weten, dat voor degenen die God liefhebben, alle dingen medewerken ten goede." En Eén, die groter was, zegt ons "God lief te hebben met heel onze kracht, en onze naasten als onszelf". Dit alles

betekent, dat we het hele universum en het leven en al zijn ervaringen vriendelijk gezind moeten zijn, en natuurlijk ook de Enige Oorsprong van al het goede, alle orde en harmonie. Indien wij dit doen, ontdekken wij een leven vol harmonie.

De leer van Jezus is heel eenvoudig. De bedoeling ervan is dat, als we eraan gehoor geven, wij het leven vriendelijk gezind worden, en in een goede verhouding leven met alle ervaringen ervan, en met al onze medeschepselen. En uiteindelijk vinden we dan het harmonische leven, het Koninkrijk der Hemelen genaamd. Dit betekent alleen maar, dat wij ermee in harmonie komen, en in een staat van vereniging met het Ene Centrum en de Ene Bron van alle harmonie en orde.

Het Leven is een symfonie, die altijd gespeeld wordt. Liefde is de dirigent, en Hij slaat de maat. Als wij onze partij spelen volgens de partituur, elk in de juiste maat en op de juiste toon invallen, dan maakt ons leven deel uit van de heerlijke symfonie van het levens, en is het leven inderdaad glorieus.

Vanzelfsprekend verdwijnt dan alle vrees, want wat kan het leven anders doen dan ons te brengen tot het goede, dat steeds toeneemt, en tot onze eeuwige vreugde?

De eeuwige harmonie en orde zijn altijd aanwezig. Het is aan ons om onszelf in overeenstemming daarmee te brengen. Het Universum en zijn wetten kunnen niet voor ons genoegen of om ons te helpen veranderd worden: dit zou ook niet nodig of raadzaam zijn. Wij zijn het, die in overeenstemming ermee moeten komen. Dan merken we, dat er niets te vrezen is, omdat we in de Innerlijke Harmonie van het Universum zijn gekomen, doordat wij er door liefde op afgestemd zijn.

HOOFDSTUK VII

HET LEVEN VAN OVERWINNING

"Niet door kracht noch door geweld, maar door mijn Geest zal het geschieden, zegt de Heer der heirscharen."

Bevrijding van angst en bevrijding van de slavernij, waaraan onze angsten ons geketend hebben, wordt op tweeërlei wijze bereikt. We kunnen niet bevrijd worden door slechts één methode, maar alleen door beide methoden volhardend te gebruiken. De eerste methode is subjectief. De tweede methode is objectief. De eerste bestaat uit het heropvoeden van het denken, en het erkennen van de macht van de geest. De tweede bestaat uit het toepassen van de kennis die wij bezitten.

Het is nutteloos en zelfs schadelijk om het subjectieve werk te doen en dan te weigeren het in het dagelijks leven uit te voeren. Aan de andere kant is het zeer moeilijk, zo niet onmogelijk, om objectief te werken zonder het gebruik van innerlijke krachten.

Beide methoden zijn nodig, en als zij met volharding worden gebruikt, kan er veel bereikt worden.

In hoofdstuk I werd een eenvoudige methode van ontkenning en bevestiging beschreven. Ten aanzien van angst werd u geleerd om moedig te verklaren, dat er niets in het gehele universum is, dat u bang kan maken.

Het onderbewuste denken moet als een kind behandeld worden. Als een kind voor iets bang is, vertelt u het eerst, dat er niets is om bang voor te zijn, dat het slechts in zijn verbeelding bestaat, enzovoort. Na deze ontkenning geeft u vervolgens een positieve bevestiging van wat waar is. Dergelijke methoden kunnen ook gebruikt worden, waar het het onderbewuste denken betreft. Eerst wordt de oorzaak van welke angst ook, ontkend. Ten aanzien van vreselijke gebeurtenissen kan het dwaasheid lijken om te ontkennen, dat er iets is om bang voor te zijn. Maar het is echt geen dwaasheid.

Het is een levenswet, dat, als angst volkomen verwijderd wordt, ons niets kan kwetsen. Van de profeet Daniël werd gezegd, dat, toen hij in de kuil

der leeuwen werd geworpen, de Heer "de muil der leeuwen toegesloten heeft", zodat zij hem geen kwaad konden doen.

Dit kan op de volgende wijze verklaard worden: Daniël's vertrouwen op God was zo groot, dat hij volkomen vrij was van alle angst en de leeuwen hem daarom niet konden aanraken. Wij weten allen, dat een hond, die iemand, die bang voor hem is, zal aanvallen, niet zal trachten iemand kwaad te doen, die geheel zonder vrees is.

Men zegt dat ingewijden en adepten in India in het oerwoud zitten temidden van de wilde beesten en dat zij er niet door worden aangevallen, alleen omdat zij geheel vrij van vrees zijn. Sadrach, Meshach en Abednego bezaten zo'n geloof en vertrouwen in God, dat zij niet bang waren om de gloeiende oven tegemoet te treden. Door hun absoluut vertrouwen in een Hogere Macht, waren zij volkomen vrij van angst, zodat geen vuur hen kon deren.

Zelfs in deze tijd lopen Indiërs, nadat zij zich door religieuze zuivering hebben voorbereid, blootsvoets door gloeiende sintels, waarvan de hitte zo hevig is, dat het vernis van stoelen of zetels, dichtbij het vuur geplaatst, erdoor smelt. Toch hebben zij er niet van te lijden en zelfs geen enkele blaas ontstaat erdoor.

De algehele overwinning van angst betekent de volkomen overwinning van hetgeen wij vrezen. Als angst geheel overwonnen wordt, kan hetgeen wij vrezen, ons niet meer deren. In de eerste plaats moeten wij innerlijk of subjectief angst overwinnen. Het is paradoxaal: wij moeten ons innerlijk realiseren, dat er in werkelijkheid niets te vrezen is, omdat niets ons kan deren, terwijl er tezelfdertijd niets is, dat ons kan deren, omdat wij onbevreesd zijn.

Dit wordt in werkelijkheid geestelijk tot stand gebracht; het is een zielstoestand; het is een komen tot Goddelijke kennis en begrip.

Gewoonlijk kunnen wij slechts het voorwerp zien, dat ons angst inboezemt, zodat het wel onmogelijk lijkt om ons iets anders te realiseren. Teneinde de Waarheid te realiseren, moet het geestelijk denken gewekt en in werking gesteld worden.

Bevestigingen van Waarheid, die herhaald en ingeprint worden in ons denken, doen ons geestelijke bewustzijn ontwaken, zodat wij innerlijk de bevestiging van Waarheid kunnen begrijpen of de waarheid ervan kunnen realiseren.

Het is niet mogelijk om te beschrijven wat "realisatie" betekent. Het kan ervaren worden, maar nooit omschreven. Alles wat ik kan zeggen, is, dat het een toestand is, waarbij de ziel tot bewustwording komt. De ziel is door de werking van het Geestelijk of Bovenbewust denken in staat, het grote geheim en de diepe waarheid, welke voor het scherpste intellect niet te vatten zijn, te kennen en te begrijpen.

Het doel van de volgende bevestiging, "Er is niets in het hele Universum dat mij bang kan maken, omdat ik ondersteund word door alle Goddelijke krachten van Harmonie en Orde", is om deze waarheid zodanig in ons denken in te prenten, dat het Geestelijk Denken begint mee te werken. Dan komt de ziel tot een staat van verlichting, en het licht stroomt binnen en verjaagt de natuurlijke duisternis van ons denken.

Waarschijnlijk is dit alles een kwestie van trilling, van vibratie. De Waarheid, tot uiting gebracht en herhaald, heeft macht, vibrerende macht. Ze zet krachten in beweging. Ze brengt dingen van gelijke vibratie in werking.

Er wordt ons verteld, dat schepping volgde op het gesproken woord van Elohim: "Er zij licht: en het werd licht", enzovoort. Ook sprak Jezus aan het graf met luide stem: "Lazarus, kom eruit"; en hij die dood was kwam eruit. De muren van Jericho vielen als gevolg van het blazen der bazuinen en gejuich, dat waarschijnlijk zodanig geschiedde, dat dit een bepaalde vibratie voortbracht.

Als wij dus bevrijd willen worden van vrees, moeten wij de werkelijke waarheid van de hele situatie constateren. De bevestiging van Waarheid, die wij gegeven hebben, is een zekere trilling en spreekt van de dingen zoals ze werkelijk zijn. Ieder van ons, wezenlijk en innerlijk, is een geestelijk wezen, dat geworteld en gegrondvest is in het Eeuwige en zijn leven in God leidt. Ieder van ons is een zoon of kind van God, altijd omringd met liefde en zorgen en

ondersteund door Goddelijke krachten. "De eeuwige God zij u ene woning, en van onderen, eeuwige armen."

In het licht van dit alles kan men meteen begrijpen, dat onze bevestiging van Waarheid inderdaad waarachtig is. En door de eeuwige waarheid ervan wordt het geestelijk Denken gewekt en in werking gesteld. Door de eeuwige waarheid ervan wordt de Waarheid geopenbaard in de vorm van orde, harmonie en vrede.

Alle andere bevestigingen van Waarheid hebben een dergelijke vibratie. Bij voorbeeld: "De Heer is mijn Herder, mij zal niets ontbreken." In dit geval komt de positieve bevestiging eerst, en de ontkenning komt in de tweede plaats; maar gewoonlijk wordt eerst de ontkenning gezegd. Bij voorbeeld: "Al ging ik ook door een dal der schaduw des doods, ik zou geen kwaad vrezen." Dit is de ontkenning. Dan volgt de bevestiging: "Want U bent met mij; uw stok en uw staf, die vertroosten mij."

Men realiseert zich gewoonlijk niet, dat het doel van de Psalmen is om een psychologisch effect teweeg te brengen. Hun doel is om het geestelijk denken te wekken, die laag van het denken, die Gods gedachten kan denken, en de Goddelijke dingen en Opperste Waarheid kan begrijpen waardoor men komt tot een staat van realisatie.

Evenals de kinderen van Israël de muren van Jericho deden vallen door het gebruik van vibrerende krachten, zo kunnen wij ook de muren van onze angstvoorstellingen doen instorten door onze bevestigingen van Waarheid. Ten aanzien van angst moeten wij dus de waarheid bevestigen, dat er niets is om bang voor te zijn, en dat wij beschermd worden door al de heilzame krachten van het Universum. Dit is de geest van de drie en twintigste Psalm en van andere gelijk aan deze.

Als wij deze bevestigingen van Waarheid herhalen en er over mediteren, stellen wij ons innerlijk open voor het begrijpen ervan, zodat wij de Waarheid kennen en dan maakt de Waarheid, die wij innerlijk kennen en realiseren, ons vrij.

Wanneer er golven van angst en paniek over ons heen stromen, dan kunnen wij ons te geagiteerd voelen om iets anders te doen dan er aan toe te geven. In onze

verbeelding zien we allerlei akeligs en ramp na ramp op ons afstormen. Toch zouden wij tegenover dit alles rustig moeten blijven, en kalm, en vastberaden moeten verklaren:

"De Heer is mijn Herder." "De Heer is mijn Herder, Mij zal niets ontbreken." Ik ben een kind van God, eeuwig omringd met liefde en zorg; ik ben een erfgenaam van God; en hierdoor is het waar voor mij, dat "De eeuwige God zij u ene woning, en van onderen, eeuwige armen." Dit is te allen tijde voor mij de eeuwige waarheid.

God alleen kan mij verlossen en beschermen, en daarom stel ik mijn gehele vertrouwen op Hem. Hij is in staat veel meer voor mij te doen dan ik ooit zou kunnen vragen, of ook maar kunnen bedenken. Omdat ik een kind van God ben, en omdat alle heilzame krachten van het Universum aan mijn zijde zijn, en achter mij om mij voorwaarts te drijven naar de overwinning, kan geen kwaad mij raken en niets kan mij kwetsen of vernietigen.

"Want Hij zal Zijn engelen bevelen, dat zij mij bewaren in al mijn wegen; en zij zullen mij op handen dragen, opdat ik mijn voet aan geen enkele steen stoot." Niets dan goed kan tot mij komen. Alle Goddelijke krachten zijn aan mijn zijde. Omdat ik het hele Universum goed gezind ben, is het Universum ook mij goed gezind, zodat alles samenwerkt ten goede, en "alle Goddelijke krachten mijn eeuwige vreugde wensen te bevorderen."

Het voorgaande is een vorm van positief, bevestigend gebed, dat, indien wij erin volharden, bevrijding van angst met zich mee zal brengen, en het denken vredig zal maken.

Mijn ervaring is geweest, dat wij nooit naar bed moeten gaan in een toestand van zorg of angst; noch moeten wij ons terugtrekken, als wij 't gevoel hebben, alsof kwaad ons bedreigt. Voordat wij gaan rusten is het nodig, dat wij angst, zorg, vrees, enz. overwinnen, door de Waarheid te blijven uitspreken en te herhalen, totdat een gevoel van overgave en vrede ons vervult. Dan en niet eerder, kunnen wij gaan rusten.

Door mentaal en geestelijk op deze wijze te werken, overwinnen we niet alleen onze angsten, maar wij laten ook datgene, wat de oorzaak van onze moeilijkheid was,

verdwijnen. De overwinning op deze wijze echter is niet voldoende. In het uiterlijk leven moeten wij onze realisatie in praktijk brengen door juist dat te doen, waarvoor we gewoonlijk bang zijn.

Als we bang zijn om een of ander moeilijk mens te ontmoeten, dan moeten we hem juist gaan bezoeken, en moedig de leeuw in zijn hol tarten. Als we bang zijn om in het openbaar te spreken of te verschijnen, dan moeten we juist dat doen, waarvoor we het meest bang zijn. De kracht wordt ons gegeven om dat te doen, wat misschien onmogelijk lijkt. En dan ontdekken we, dat het tenslotte helemaal niet zo moeilijk was.

HOOFDSTUK VIII

In harmonie met het Universum

Wanneer we ons realiseren, dat we in harmonie zijn met het Universum, en in een goede verhouding staan tot ieder deeltje ervan, dan verkrijgen we vrede, en alle angst verdwijnt. Maar wij kunnen niet op deze wijze met het Universum in harmonie komen, als wij het niet vriendelijk gezind zijn. Het Universum is één volledig geheel, met God als het Centrum, en wij maken er deel van uit, op precies dezelfde wijze als een cel een deel van het menselijk lichaam is. Ook het Universum is een levend Universum, even gevoelig als een netwerk van zenuwen.

Als wij in strijd daarmee te werk gaan, worden we de vijand van het Universum. We zijn in disharmonie met de geest ervan. Door onze strijdige handelwijze vervreemden we ons ervan, en hierdoor is alles in het Universum tegen ons.

Wanneer vijandige en schadelijke microben het menselijk lichaam binnenkomen, worden er grote legers van verdedigers tegen hen aangevoerd. Alles in het lichaam is in een staat van vijandschap tegen de indringers en tracht deze te vernietigen.

Als wij dus in strijd met het universum te werk gaan, zijn wij op dezelfde wijze gelijk aan de vijandige microben en is alles in het universum tegen ons. Indien we handelen tegen het principe des levens, dan zijn we, in plaats van een harmonisch deel van het Volmaakte Geheel, een wonde plek in het kosmische lichaam; bijgevolg zal ons einde vernietiging zijn, tenzij wij veranderen.

Het principe, dat aan het leven en het universum ten grondslag ligt, is liefde, d.w.z. samenwerkende welwillendheid. Als wij zelfzuchtig handelen, of een broeder of levend wezen kwetsen of benadelen, handelen wij als een vijand des levens; bijgevolg is het hele universum tegen ons. Alle zorgen, rampen en onheilen in de wereld zijn te wijten aan de mens, die tegen de wetten van het universum en de principes van zijn bestaan inwerkt.

Het hele universum is tegen de mens, omdat de mens tegen het universum is. De mens is in opstand tegen

zijn broeder, en ook aast hij op de lagere schepselen, waardoor hij de wetten van het leven overtreedt, en een vijand van het universum wordt. Daarom werkt alles hem tegen, en dit zal zo blijven, totdat hij verandert, zodat hij handelt volgens de wet van samenwerkende welwillendheid, in plaats van er in strijd mee te zijn.

Hetzelfde is van toepassing op elk individueel leven. Zolang wij zelfzuchtig handelen, of onze broeder benadelen of gedachten koesteren, die niet die van liefde, welwillendheid en samenwerking zijn, blijven wij in disharmonie met het leven, en het hele universum is tegen ons. Omdat het hele universum ons vijandig gezind is, wanneer wij tegen die wetten ervan inwerken, moet men niet denken, dat het leven of het universum kwade bedoelingen heeft.

Het leven en het universum zijn oneindig goed. Omdat de mens in disharmonie met alles is, wordt hem kwaad berokkend. Omdat hij "voor zichzelf" werkt, in strijd met de innerlijke harmonie van het leven en het universum, lijkt het, alsof alles tegen hem is. Hoe volmaakter, beter en meer liefhebbend het leven en het universum inderdaad zijn, des te erger is de mens er dientengevolge aan toe, indien hij er niet in harmonie mee leeft. Het komt niet doordat het leven en het universum slecht, of wreed, of onvriendelijk of wraakgierig zijn, dat de mens kwaad berokkend wordt, maar het komt juist door hun goedheid en omdat zij gebaseerd zijn op de wet van liefde, wat maakt dat alles hem tegenwerkt.

Het is gelijk aan een schooljongen, die weigert zijn sommen volgens de regels der rekenkunde te maken. Hoe zeer hij ook zijn best doet, het antwoord op zijn sommen zal altijd verkeerd zijn, zo lang hij ermee doorgaat om de rekenkundige wetten tegen te werken.

Als hij echter zijn fout erkent en leert te werken volgens de regels van de rekenkunde, dan zal hij de goede uitkomsten verkrijgen. Voordat wij daarom naar waarheid kunnen zeggen, dat het hele universum achter ons staat, en de weldadige krachten ervan ons steunen en ons voorwaarts stuwen naar het goede, dat steeds toeneemt, moeten wij in een goede verhouding ermee komen.

Dit kunnen wij eerst mentaal, en in de geest, doen, en

dan door werkelijke daden en handelingen. Als we iedere dag een korte tijd gebruiken om te verklaren, dat we iedereen liefhebben, dan vinden wij het in ons contact met de mensen gemakkelijker om niet alleen rechtvaardig en menselijk, maar ook op een broederlijke wijze, te handelen.

Door de praktijk hiervan merken we, dat ons leven zich geleidelijk gaat veranderen; want we vinden God overal, in iedere ervaring, en in ieder mens die wij ontmoeten. Wij beseffen ook, dat alle Goddelijke krachten aan onze zijde staan; en dit komt alleen, omdat wij in de goede verhouding tot het universum zijn gekomen.

In Daily Meditations (Dagelijkse Meditaties), op de bladzijde voor Donderdag, vind je de zegening die hierna vermeld wordt. Het gebruik hiervan heeft tot doel om in ons waar te maken, wat we beweren. Maar alleen als we proberen te handelen volgens wat we zeggen.

Het zijn deze woorden: "Mijn liefde breidt zich uit over de hele wereld. Alle mensen, overal, ik heb jullie allen lief, ik heb jullie lief. Jullie allen die mij gekwetst of onrecht aangedaan hebben; jullie allen, die mij geërgerd of uit mijn humeur gebracht hebben, ik heb jullie lief, en vergeef jullie, evenals mijn Vader mij vergeeft. Mogen jullie gezegend worden in de ruimste zin. Mogen jullie vervuld worden van onuitsprekelijke vreugde."

Als wij dagelijks van het voorgaande gebruik maken, merken wij, dat ons vaak de gelegenheid wordt geboden om volgens de geest daarvan te handelen. Sommige van deze gelegenheden kunnen zeer moeilijk zijn, zeer zwaar te dragen, en ook zeer verwarrend, maar als wij ons best doen om te leven volgens onze uitspraak, dan wordt ons de kracht gegeven om het moeilijkste te doen, en lief te hebben, waar we eens gehaat zouden hebben, en genadig te zijn waar we eens hard zouden zijn geweest.

Het wordt nu gemakkelijk om de leer van Jezus te begrijpen, die misschien tevoren moeilijk en doelloos leek. Wanneer Hij ons zegt, elkaar lief te hebben, en zelfs onze vijanden lief te hebben; God met hart en ziel lief te hebben, en onze naaste als onszelf; goed te doen aan hen die ons vervolgen, kwaad van ons

spreken, en ons slecht behandelen, begrijpen wij, dat dit eenvoudig een instructie is aan ons gezond verstand, en dat wij door het na te leven in harmonie met het leven en het universum kunnen komen.

Het betekent nog meer dan dit, want het brengt ons tot vrijheid en bevrijding. Het bevrijdt ons van de aardse boeien, zodat wij niet langer meer aardgebonden, sterfelijke wezens zijn, maar in plaats daarvan Kinderen van God en Eeuwigheid worden, die de vrijheid van de Kinderen Gods genieten.

Wanneer wij graag in harmonie met het universum willen komen, en wanneer wij bidden, dat wij alle mensen mogen liefhebben, alle mensen mogen vergeven, en alle mensen mogen helpen, en wanneer onze liefde zich uitbreidt tot alle schepselen en de gehele schepping, dan wordt het mogelijk voor ons om naar waarheid te zeggen:

Er is niets in het hele Universum, dat mij bang kan maken, omdat ik ondersteund word door de Goddelijke Krachten van harmonie en orde.

HOOFDSTUK IX

"The waters know their own, and draw
The brooks that spring in yonder height,
So flows the good with equal law,
Unto the soul of pure delight."

John Burroughs

- De wateren kennen hun weg,
en brengen de beken tevoorschijn,
die ontspringen op gindse hoogte,
Volgens dezelfde wet stroomt zo het goede
naar de ziel in zuivere verrukking."

Er wordt nog iets anders vereist, behalve alles dat in de voorgaande hoofdstukken gezegd is over het leven in harmonie met de wetten van het leven en de innerlijke harmonie van het Universum, en het bevestigen van de kracht van de Inwonende God.

Om helemaal vrij van angst te worden, zelfs voor de dood, is het nodig dat wij ons onze eeuwige natuur realiseren. Wanneer wij ons realiseren, dat wij één zijn met Dat, wat nooit verandert, en dat alle kosmische machten en krachten tezamen werken voor ons hoogste "goed" en onze eeuwige vreugde, komen wij tot de vrede van God.

Zo'n realisatie kan niet tot ons komen als resultaat van intellectueel streven, maar slechts door het ontwaken van een innerlijk begrijpen. Innerlijk zijn wij één met het Eeuwige en Onveranderlijke, en innerlijk kunnen wij deze verheven waarheid begrijpen. Het is onbegrijpelijk voor het verstand, maar het kan begrepen en gerealiseerd worden door de ziel.

Het verstand kan de uiterlijke mens en de wereld van feiten begrijpen; maar de ziel begrijpt de innerlijke mens en de Wereld der Werkelijkheid. Het gevolg van het bevestigen van de Waarheid, en van het zien van onszelf als een geestelijk wezen, levend in een Geestelijk Universum, dat geregeerd wordt door geestelijke wetten, en gesteund en onderhouden wordt door geestelijke krachten, wekt in ons de geestelijke eigenschappen van begrip en realisatie van de Waarheid, door rechtstreekse kennis, en niet door het verstand, en heel dikwijls ondanks het verstand.

Deze innerlijke hoedanigheid waardoor wij de waarheid over God kennen, en de waarheid over onszelf als

kinderen van God, is in werkelijkheid een zeer hoog ontwikkelde en geestelijke intuïtie. Hierdoor komen wij tot een eenvoudig "weten". We weten niet, hoe we weten, maar we begrijpen en komen tot waarheden, die zo verheven en wondervol zijn, dat het verstand ze niet kan vatten.

Door deze innerlijke realisatie komen we tot vrede, omdat we weten, dat we erfgenamen van God zijn, voor altijd gesteund en onderhouden, en geliefd, en geleid; en ook, dat het enige verlangen van de Hemel is om ons te leiden, te zegenen, te ondersteunen, en ons tot die Hemelse staat op te heffen.

Dit is natuurlijk geen verstandelijk geloof of begrip, maar een innerlijke realisatie, die niet beschreven kan worden, ofschoon wel ervaren. Bidden heeft tot doel om ons te verheffen tot deze bovenbewuste toestand. Elk gebed is goed, maar bevestigend bidden is het meest doeltreffend. Een bevestigend gebed is er een, die de waarheid over God en de innerlijke waarheid over onszelf vaststelt.

De 23ste Psalm is een bevestigend gebed. Hierin wordt de waarheid over God bevestigd, als een liefhebbende Herder, die te onzer behoefte werkt, en de waarheid over onszelf, geliefd en verzorgd door diezelfde goede Herder. Er wordt om geen enkele gunst gevraagd: slechts datgene wordt bevestigd, wat eeuwig waar is. Het dagelijks gebruiken van de 23ste Psalm heeft tot resultaat, dat wij geleidelijk gebracht worden in een staat van realisatie.

Er zijn andere teksten in de Bijbel, die even doeltreffend zijn, en er zijn ook bevestigingen van Waarheid buiten de Bijbel, die ook een hulp kunnen zijn. Ieder gedicht b.v. dat geschreven is vanuit het kosmische standpunt, is een hulp, als het steeds weer herhaald wordt.

In mijn dagen van strijd had ik de gewoonte om 's avonds urenlang heen en weer te lopen onder de sterrenhemel, en het vers van John Burroughs te herhalen, waarvan een couplet aan het begin van dit hoofdstuk is weergegeven. Ik had de gewoonte dit couplet te herhalen, totdat ik een staat van realisatie en vrede had bereikt.

Een ander couplet was ook een grote hulp. Wanneer ik

opgewonden en zeer beangst was, hielp dit couplet mij om het los te laten en mij te ontspannen. Het luidt als volgt:

I stay my haste,
I make delays,
For what avails this eager pace!
I stand amid the eternal ways,
And what is mine shall know my face."
-Ik staak mijn haasten, ik vertraag mijn pas,
Want wat baten deze onstuimige stappen!
Ik sta temidden van eeuwige wegen,
En wat van mij is, zal mijn gezicht kennen."

Door dit couplet te zeggen, zijn wij in staat, ons te ontspannen, te rusten in Het Eeuwige, en alle zorg, angst en spanning van ons af te laten vallen, zodat wij vrede hebben.

Het resultaat van dit alles is, dat het ons brengt tot een innerlijk begrip en bewustzijn, waarin wij weten, dat wij innerlijk eeuwige geestelijke wezens zijn, die ons waarachtig leven in God hebben.

Wij weten, dat wij geen speelbal van het noodlot zijn, en dat we niet achter de dingen aan hoeven te jagen, maar dat wij alles wat wij nodig hebben aantrekken.

In plaats van achter de dingen aan te lopen, en al die tijd vervuld te zijn van angstige bezorgdheid en spanning, ontspannen wij ons en laten het los, terwijl we vertrouwen op God en Waarheid; en door zo te doen, trekken wij het beste van het leven aan, zodat dit graag tot ons wil komen.

Wij realiseren ons met de Psalmist, dat zolang wij deze houding handhaven, die hij beschrijft in de 23ste Psalm en zolang wij leven in het bewustzijn, waarin hij was, toen hij dit schreef, dat slechts het goede tot ons kan komen, en dat wij niets te vrezen hebben, "want U bent met mij; uw stok en uw staf, die vertroosten mij"; en "immer zullen mij het goede en de weldadigheid volgen alle dagen van mijn leven".

www.absolute1.net



Spirituele ebooks, vele gratis,
& kwaliteitsmateriaal voor kinderen