

DE
GEHEIMEN
VAN DE ZIEL

Integrale wijsheid over
leven, dood en
bewustzijn

MET EEN BIJLAGE VOOR THERAPEUTEN

Kees en Marijke Aaldijk

Inhoud

<i>Dankwoord</i>	7
<i>Inleiding</i>	9
I. Wie ben 'ik'?	11
II. De uitgangspunten van Laurency	17
III. Bewustzijnsontwikkeling	27
IV. Het fysieke lichaam	39
V. Het emotionele lichaam en de ontwikkeling van emoties	47
VI. Het mentale lichaam en de ontwikkeling van het denken	57
VII. Het causale lichaam en de ontwikkeling van de ziel	69
VIII. Materie, bewustzijn en energie	87
IX. De noodzaak tot transcendentie	99
X. Levenswetten	103
XI. Augoeides, de beschermengel	121
XII. Maatschappelijke ontwikkeling	129
XIII. Esoterische meditatie	139
XIV. Onze reis door 'de dood'	149
XV. Naar een nieuwe levenshouding	163
XVI. Eenheidsbewustzijn	169
XVII. De twaalf taken van Hercules	175
XVIII. Oefening leidt tot meesterschap	183
<i>Schematische samenvatting</i>	197
<i>Epiloog</i>	211
<i>Bronvermelding</i>	213
INTEGRALE PSYCHOTHERAPIE	
Bijlage voor therapeuten, cliënten en begeleiders	215

Inleiding

*Laurency: ‘Alles is gewoon wat het is,
maar tegelijkertijd ook oneindig veel meer dan dat.’*

Verborgene dimensies

Voor een kleuter, die toekijkt terwijl zijn moeder geld opneemt bij een pinautomaat lijkt het allemaal zo eenvoudig. Je stopt een kaartje in een apparaat, dan krijg je geld en vervolgens kun je alles kopen wat je maar wilt. Zijn moeder weet wel beter. Achter de schijnbare eenvoud van die handeling gaat een hele wereld schuil die, beginnend bij haar salaris, zich uitstrekt via geldtransport en bankwezen tot de hele wereldeconomie.

Veel van wat om ons heen gebeurt lijkt op het eerste gezicht heel vanzelfsprekend te zijn, omdat we geen oog hebben voor de achterliggende werkelijkheid. Maar voorbij de horizon van onze waarneming verbergen zich complexe structuren met eigen wetten en regels die een grote invloed uitoefenen op alles wat ons overkomt.

Er is een tijd geweest dat we onbekend waren met het bestaan van bacteriën. Hun wereld bestond toen nog niet voor ons maar dat heeft ons niet beschermd tegen de problemen die ze kunnen veroorzaken. Eeuwenlang zijn we geplaagd door de pest en andere besmettelijke ziekten en pas toen we inzicht kregen in de onzichtbare wereld van de micro-organismen konden we daar vat op krijgen. We gingen antibiotica maken en hygiënischer leven en als gevolg daarvan steeg onze levensverwachting van 40 jaar in de eerste helft van de 19de eeuw tot meer dan 80 jaar nu.

Er zijn goede redenen om aan te nemen dat er nog meer verborgene werelden bestaan die een grote – maar vooralsnog onbekende – invloed uitoefenen op ons dagelijkse leven. De vraag daarbij is niet, of we die werelden moeten onderzoeken maar of we het ons kunnen veroorloven dat niet te doen. Door onze kennis van micro-organismen konden we de kwaliteit van ons leven aanzienlijk verbeteren. Op een vergelijkbare manier zou het onderzoek naar de verborgene dimensies van onze werkelijkheid wel eens ongekende nieuwe inzichten kunnen opleveren met betrekking tot ons bestaan, waardoor we meer grip kunnen krijgen op ons leven.

Henry T. Laurency

We gaan in dit boek op zoek naar die verborgen dimensies van de werkelijkheid, naar de regels die daar gelden en naar de krachten die ons leven beïnvloeden. We baseren ons hierbij op informatie die ons is nagelaten door Henry T. Laurency, het pseudoniem van een Zweedse esotericus die leefde in de vorige eeuw. Hij heeft twee boeken geschreven, *The Philosopher's Stone* en *The Knowledge of Reality* en daarnaast heeft hij nog zo'n 4000 getypte pagina's met aantekeningen nagelaten. Deze zijn geordend en tot een aantal nieuwe boeken samengevoegd door Lars Adelskogh, die er zijn levenswerk van heeft gemaakt de esoterische kennis van Laurency voor iedereen toegankelijk te maken. Van al deze informatie hebben we gebruikgemaakt bij het schrijven van dit boek, dat bedoeld is als een eerste kennismaking met Laurency's werk. Zijn visie moet daarbij niet worden opgevat als een dogma maar als een werkhypothese. Het is aan ieder van ons deze te onderzoeken en al dan niet als waarheid te accepteren.

Integrale psychotherapie

De ontdekking van de verborgen wereld van de micro-organismen heeft geleid tot een heel nieuwe visie op onze – lichamelijke – gezondheid. Op een vergelijkbare manier kunnen de inzichten van Laurency leiden tot een nieuwe visie op onze – geestelijke – gezondheid en van daaruit op een nieuwe manier om psychische problemen op te lossen. Deze benadering hebben we 'integrale psychotherapie' genoemd omdat ze alle aspecten van de menselijke natuur met elkaar integreert. In de *Bijlage voor Therapeuten*, achterin dit boek, hebben we deze aanpak uitgewerkt en richtlijnen gegeven voor de behandeling van een aantal psychische stoornissen die vanuit de gangbare benadering moeilijk oplosbaar zijn.

Wie ben 'ik'?

Ken uzelf

'Ken uzelf' was de opdracht die het orakel van Delphi meegaf aan diegenen die op zoek waren naar de waarheid, want voordat we ook maar iets kunnen zeggen over welke waarheid dan ook moeten we eerst ontdekken wie we zelf eigenlijk zijn. Daarom begint onze zoektocht naar de verborgen waarheden van de wereld bij onszelf. Wie of wat is dat 'zelf'; wie ben 'ik'?

Als we daarover oude bronnen raadplegen dan vermelden die slechts:
ik ben niet mijn lichaam,
ik ben niet mijn emoties en
ik ben ook niet mijn gedachten.

Boeddha voegt daar nog aan toe 'Ik ben de getuige van dat alles'.

We zijn *niet* degene die we in de spiegel voor ons zien, we zijn de bewoner van die uiterlijke vorm en de waarnemer van onze eigen emoties en gedachten. We kunnen als het ware vanaf een afstand naar onszelf kijken. Maar wie is degene die observeert? Dat ben 'ik'.

De meesten van ons zijn wel vertrouwd met het idee dat de dood niet het einde is van alles en dat het verlies van ons lichaam niet hoeft te betekenen dat wij ophouden te bestaan. We kunnen accepteren dat een deel van ons verder leeft en dat ons lichaam slechts een tijdelijk omhulsel is. Wat na onze dood blijft voortbestaan is onze essentie. Deze kern, datgene wat we in diepste wezen zijn, wordt door Laurency de 'monade' genoemd. Deze benaming is afkomstig van Pythagoras en betekent zoveel als 'kern van bewuste energie'. Alles is vergankelijk en zal uiteindelijk vergaan, behalve deze bewustzijnskern. Deze zal altijd blijven bestaan en geeft ons een ononderbroken gevoel van identiteit. Dit is de 'getuige' waarover Boeddha het had. Deze onsterfelijke bewustzijnskern is verbonden met ons huidige lichaam, onze emoties en gedachten. Die veranderen voortdurend maar onze monade is altijd dezelfde, ook al ontwikkelt zij zich in de loop van de tijd waardoor zij geleidelijk aan

steeds beter in staat zal zijn ook de meest subtiele emoties en complexe gedachten te ervaren.

We kunnen dus een onderscheid maken tussen:

1. onze onsterfelijke monade, degene die we in diepste wezen zijn en
2. ons vergankelijke lichaam met zijn emoties en gedachten.

Dankzij het lichaam is de monade zich bewust van zichzelf en haar omgeving. Als we immers geen zintuiglijke ervaringen kenden en ook geen emoties of gedachten, dan zouden we ons niet bewust kunnen zijn van ons bestaan. Het lichaam dat we bezitten is het instrument dat onze monade van informatie voorziet en alleen dankzij dat lichaam kan de monade bewustzijn ervaren.

Onze monade is vele miljoenen jaren geleden ontstaan en in de loop van de tijd heeft zij een gestage ontwikkeling doorgemaakt. Aanvankelijk kon zij slechts de allereenvoudigste ervaringen in zich opnemen maar in de loop van haar evolutie heeft zij geleerd om steeds complexere informatie te verwerken.

1. Misschien zijn we ooit begonnen als een kiezelsteen aan het strand die heel langzaam tot een zekere mate van bewustzijn kon komen onder invloed van veranderingen in temperatuur en druk. Hierdoor werden simpele ervaringen mogelijk die een primitief soort 'fysiek bewustzijn' opleverden.
2. Veel later in onze evolutie werden we misschien wel een plantje. Daarmee konden we een eenvoudige vorm van 'emotioneel bewustzijn' ontwikkelen door ons te richten op het licht van de zon en de voeding vanuit de aarde.
3. Nog weer later werden we een dier dat een eenvoudig 'mentaal bewustzijn' ging ontwikkelen door op zoek te gaan naar voedsel.
4. En nu zijn we dan uiteindelijk mens geworden en leren we ons lichaamsbewustzijn, emotionele bewustzijn en mentale bewustzijn verder te verbeteren zodat we van daaruit naar een volgend niveau kunnen doorgroeien: Zielsbewustzijn.

Monade

Onze monade, degene die wij in diepste essentie zijn, heeft zich verbonden met een geschikt lichaam om daarmee specifieke ervaringen te verzamelen. Aanvankelijk was dat lichaam een kiezelsteen en als dit stenen omhulsel haar na verloop van tijd niets nieuws meer kan leren, krijgt zij behoefte aan een ander soort lichaam waarmee nieuwe ervaringen mogelijk worden. Dan 'incarneert' zij als plant totdat zij na talloze plant-ervaringen ook hierop is uitgekeken en de beschikking krijgt over het lichaam van een dier.

Kiezelsteentjes komen en gaan, planten en dieren komen en gaan maar onze monade is onsterfelijk en ontwikkelt zich langzaam maar gestaag dankzij al die verschillende verschijningsvormen. Onder invloed van steeds weer nieuwe ervaringen groeit zo haar bewustzijn en als uiteindelijk ook een dierlijk lichaam niet langer toereikend is om haar van nieuwe informatie te voorzien, krijgt onze monade de beschikking over een menselijke vorm om daarmee haar ontwikkeling voort te zetten. Het lichaam waarin we nu rondlopen en waarmee we ons identificeren is niets anders dan een instrument dat door onze monade wordt gebruikt om ervaringen op te doen waardoor zij zich, leven na leven, steeds verder kan ontwikkelen. Het fysieke organisme is een gebruiksvoorwerp dat wordt vervangen als het is versleten. Dan gaan we dood en na verloop van tijd worden we weer opnieuw geboren. *We zijn* dus niet ons lichaam of onze gevoelens of onze gedachten. *We zijn* een monade die, dankzij deze hulpmiddelen, in de loop van de tijd een steeds krachtiger bewustzijn ontwikkelt.

Om alle mogelijkheden van het menselijke bestaansniveau te kunnen benutten hebben we niet genoeg aan één leven, daar zijn heel wat levens voor nodig en in elk daarvan voegen we nieuwe kennis toe aan alles wat we in voorgaande incarnaties hebben geleerd. Zo kan ons bewustzijn groeien. Onder invloed van onze lichamelijke, emotionele en mentale ervaringen zullen we dan uiteindelijk, met vallen en opstaan, steeds wijzer en liefdevoller worden. Maar, net zoals we ooit de minerale, de plantaardige en de dierlijke evolutiefasen achter ons hebben gelaten, zo zullen we op een gegeven moment ook de menselijke bestaansvorm verlaten en ophouden mens te zijn.

‘Wie ben *ik* dan eigenlijk?’, vragen we ons nog steeds af. Ik ben een onsterfelijke monade die zich, dankzij dit lichaam, bewust is van haar omgeving en die zich door alle incarnaties heen kan blijven ontwikkelen totdat het menselijke bestaan haar niets nieuws meer te bieden heeft. Dan is er geen noodzaak meer om opnieuw te incarneren en kunnen we doorgroeien naar de bewustzijnsniveaus die liggen voorbij het menselijke bereik. Als ‘goddelijke wezens’ beginnen we dan aan een nieuwe fase in onze evolutie.

Bewustzijnsontwikkeling

Het doel van het leven is het vergroten van het bewustzijn en dat geldt voor alle monaden in het universum in welke fase van ontwikkeling ze zich ook bevinden. We kunnen de hele kosmos daarom beschouwen als één groot bewustwordingsproject waarbij ontelbare bewustzijnskernen zijn betrokken. Ooit zijn we aan onze ontwikkeling begonnen als een slapend bewustzijn dat

geleidelijk aan is ontwaakt en uiteindelijk zijn we dan mens geworden. Gedurende onze eerste menselijke incarnaties waren we nog primitieve egoïsten die zich uitsluitend richtten op hun eigen overleving, vaak ten koste van anderen, maar in de loop van de tijd heeft dat egoïsme plaatsgemaakt voor een zekere mate van mededogen. Al worstelend met de problemen waarmee het leven ons confronteert is er een gevoel van betrokkenheid ontstaan met onze medemens en ooit zullen we, met behoud van onze eigen individualiteit, ons volledig met anderen gaan verbinden. Ons bewustzijn zal dan versmelten met dat van andere monaden, zonder dat we daarbij ons gevoel van identiteit verliezen.

Dankzij de menselijke ontwikkelingsfase, het stadium waarin we ons nu bevinden, zijn we in staat een krachtig zelfbewustzijn op te bouwen. Het zoeken naar een oplossing voor onze dagelijkse problemen dwingt ons om te leren en te groeien en in dat proces evolueren we naar een persoonlijkheid die steeds sterker en onafhankelijker wordt en die daarbij in staat is voor zichzelf en anderen zorg te dragen. Dit moeizaam verkregen zelfbewustzijn zal het ons mogelijk maken in de toekomst als unieke individuen een bijdrage te leveren aan de verdere kosmische ontwikkeling. Daarbij zullen we uiteindelijk gaan inzien dat we in feite een eenheid vormen met alles en iedereen. Mystici en andere wijzen kennen uit ervaring het niveau van de *mystieke eenheid*, een staat van bewustzijn van waaruit we een liefdevolle verbondenheid kunnen ervaren met de hele schepping. Hoeveel incarnaties we daarvoor nodig hebben is per individu verschillend. Ons eigen egoïsme is er de oorzaak van dat we ons afgescheiden voelen van anderen en alleen door deze houding los te laten kunnen we uitgroeien naar eenheidsbewustzijn. We bevinden ons ergens halverwege onze weg naar de top van een berg die ons uitzicht geeft op een nieuwe werkelijkheid van waaruit we onze eenheid met anderen kunnen ervaren. We bewegen ons op de weg van eigenbelang naar eenheidsbewustzijn. Elke onbaatzuchtige handeling en elke liefdevolle gedachte brengt ons een stapje dichterbij ons doel, de top van de berg, het collectieve bewustzijn. Elke handeling die gericht is op ons eigen ego zorgt ervoor dat we weer een stukje afdalen en ons verder verwijderen van ons doel. Ooit zullen we het eindpunt bereiken en dan zullen we beseffen dat er eigenlijk maar één allesomvattend bewustzijn is waar we allemaal deel van uitmaken.

Persoonlijke groei

‘Alle mensen zijn gelijk’, is het idealistische uitgangspunt van ieder die streeft naar gelijke kansen voor iedereen en een eerlijke verdeling van de welvaart.

Maar is dat eigenlijk wel zo, zijn we allemaal gelijk? Als we er vanuit gaan dat we allemaal al heel wat levens achter de rug hebben en dat ieder van ons daarbij unieke ervaringen heeft gehad, ligt het voor de hand te veronderstellen dat we allemaal anders zijn. Alle mensen zijn volkomen *gelijkwaardig* maar tegelijkertijd ook heel *verschillend*. We maken deel uit van de mensheid als geheel maar daarmee houdt onze gelijkheid wel zo'n beetje op. We verschillen niet alleen in leeftijd en levenservaring maar ook in het aantal incarnaties dat we achter ons hebben. Sommigen van ons hebben nog maar weinig levens gehad. Hun ervaringen zijn daardoor beperkt en hun inzichten minder genuanceerd, zoals ook kleine kinderen over minder kennis beschikken dan volwassenen. Anderen zijn al veel eerder aan hun menselijke evolutie begonnen, dat zijn 'oudere zielen' die veel meer gelegenheid hebben gehad om te leren. De belangrijkste reden voor het feit dat onze opvattingen over de werkelijkheid zo uiteenlopen, is het verschil in levenservaring dat is ontstaan gedurende de vele incarnaties die achter ons liggen. Onze bewustzijnsontwikkeling in dit leven, van baby tot grijsaard, vertoont veel overeenkomsten met de ontwikkeling zoals die in opeenvolgende incarnaties plaatsvindt. Er zijn steeds min of meer vaste patronen te onderscheiden met specifieke accenten:

1. Eerst ontwikkelen we onze *lagere emoties* waardoor we ons aanvankelijk vooral egoïstisch zullen gedragen.
2. Vervolgens ontwikkelen we het *lagere denken*. Dit stelt ons in staat onze emotionele verlangens te vervullen.
3. Aansluitend ontwikkelen we ook onze *hogere emoties*. Daardoor zal het verlangen ontstaan ook voor anderen te zorgen.
4. Geleidelijk aan komt er dan ruimte voor het *hogere denken* waardoor we in staat zijn complexere inzichten te ontwikkelen die onafhankelijk zijn van onze emoties.
5. Ten slotte is er de fase waarin ons *zielsbewustzijn* tot ontwikkeling komt. Hierdoor worden we geïnspireerd tot totaal nieuwe opvattingen met betrekking tot ons bestaan.

Op al deze ontwikkelingsniveaus hebben we een ander soort bewustzijn; we ervaren onszelf en de wereld op een andere manier. We koesteren op elk niveau een verschillende waarheid en we worden op steeds nieuwe manieren gemotiveerd. Iedere fase zal daardoor zijn eigen levenslessen genereren en al die levenslessen samen helpen ons om wijzere mensen te worden.

Antwoorden

In de volgende hoofdstukken zullen we, aan de hand van de esoterische informatie van Henry Laurency, al deze bewustzijnsniveaus verder bekijken, nagaan wat hun praktische betekenis is en vervolgens onderzoeken hoe we de ontwikkeling ervan kunnen stimuleren. De benadering van Laurency lijkt aanvankelijk misschien wat vreemd en onwennig maar geleidelijk aan zal zich een verrassend nieuwe visie onvouwen die, bij nadere bestudering, een vanzelfsprekende logica bezit. Er vormt zich dan een verklaringsmodel dat antwoorden kan geven op al onze levensvragen en dat ons uitnodigt om op een nieuwe manier naar onszelf en de wereld te kijken. Belangrijk is daarbij dat we niets als dogma accepteren maar kritisch blijven kijken naar al datgene wat ons wordt voorgehouden. Onze hele ontwikkeling heeft tot doel zelfbewuste en onafhankelijke individuen te worden en daarvoor moeten we onze eigen waarheid vinden.