

# Overzicht

***“... Wat hier volgt is een zeer oude en wijze les die alle huidige en mogelijke menselijke kennis opsomt, en die de mens wijst hoe hij zijn persoonlijke en praktische leven zo goed mogelijk in kan richten. Deze wijsheid komt niet van mij. Ik kan enkel proberen haar in de eigentijdse vorm weer te geven die onze zorgwekkende, gebroken en blinde wereld nodig heeft ...”***

**Paul Brunton**

## *Het Mysterie*

De meeste mensen vertrouwen op de materialistische wetenschap die ontkent dat wij een andere werkelijkheid hebben dan die van het lichaam, en die verklaart dat het lichaam ons werkelijke zelf is en dat de hersenen ons bewustzijn voortbrengen.

Paul Brunton – of PB zoals hij zichzelf noemde – zegt:

***“... De materiële opvatting dat individuele centra van intelligent leven uit niet-intelligente ‘materie’ zou kunnen zijn voortgekomen, is volledig absurd.”***

***“In elk mens houdt zich een wezen schuil dat in alle opzichten superieur is aan de persoon die hij in het alledaagse leven is.”*** zegt PB.

Hij toont overtuigend aan dat er een Hoger Bewustzijn in mij is en dat dát mijn werkelijke zelf is, niet alleen in een verre toekomst, maar hier en nu.

***“Het Overzelf is het innerlijke of waarachtige zelf van de mens, dat het goddelijk wezen en haar eigenschappen weerspiegelt. Het Overzelf is een uitvloeisel van de ultieme realiteit, maar het is er noch onderdeel, noch een afgescheiden gedeelte van. Het is een lichtstraal ván de zon, maar het is niet de zon zelf.”***

Het Overzelf is nooit geboren en zal nooit sterven, het verandert nooit, het is altijd aanwezig, het heeft geen gebreken en geen beperkingen – het is voor iedereen gelijk.

***“Er is slechts één Overzelf voor de hele mensheid, maar de manier waarop we er contact mee maken is uniek en maakt deel uit van onze allerhoogste individualiteit.”***

Het Overzelf is echt omdat het altijd hetzelfde is. Het gevoel dat ik besta is mijn hele leven hetzelfde en heeft zijn bron in het Hoger Bewustzijn.

***“Wat we in het algemeen onder het begrip ‘ik’ verstaan is een idee dat jaar na jaar verandert. Dit is het persoonlijke ‘ik’. Maar datgene waarvan we voelen dat het op de meest intieme wijze aanwezig is in al deze verschillende opvattingen van het ‘ik’, is het gevoel van zijn, van bestaan, dat totaal niet verandert. Dit is ons ware voortdurende ‘ik’.”***

## *De ego-illusie*

Wat is het ego?

Het is een geheel van gedachten en gevoelens, herinneringen, angsten en hoop voor de toekomst, bewuste en onbewuste gewoonten, neigingen en ervaringen – alsmede ons lichaam.

Het ego krijgt zijn leven en bewustzijn van de Ziel.

***“Het ego zelf is het schepsel dat – traag veranderend en groeiend – uit het eigen doen en denken van de mens geboren wordt. ...”***

Van 's morgens vroeg tot 's avonds laat ben ik bezig met dit beperkte en veranderende ego, dat veel mensen ten onrechte als hun werkelijke ik beschouwen.

Paul Brunton heeft een betere boodschap. Het Overzelf is datgene wat ik werkelijk ben.

***“... een deel van de verwarring is te wijten aan het feit dat het ego aan verandering onderhevig is. Het ego verandert met de tijd en door ervaring, terwijl het Oneindige Wezen, het Ultieme, onveranderlijk is ...”***

***“Te weten wat ons echte ‘ik’ niet is, is de eerste en belangrijkste stap naar het zich bewust worden van wat het wél is. En dat heeft inderdaad een bevrijdende uitwerking.”***

Wij leven – paradoxaal genoeg zonder het te weten – tegelijkertijd op twee niveaus van bewustzijn. Het lagere, het ego-niveau, is bij iedereen bekend, terwijl het hogere, het Overzelf of de Ziel, bij de meeste mensen onbekend is.

***“Blijf het verschil tussen het persoonlijke ego en het onpersoonlijke Overzelf overdenken totdat je ze beide ten diepste doorgrond hebt.”***

Als ik geen correct idee heb van mijn ware identiteit, van wat ik ben, maak ik onvermijdelijk vergissingen die mijn werkelijke belangen schaden – beslissingen en handelingen die nieuw negatief karma scheppen, waardoor mijn spirituele ontwaken wordt vertraagd.

## *Het omslagpunt*

Mijn dagen worden gevuld met familie en vrienden, en werk en vrijetijdsbesteding. Dit alles geeft mijn leven lange tijd zin, tot de dag dat er een vraag opkomt:

Is dit alles?

Het gevoel dat er in mijn leven iets heel belangrijks ontbreekt, kan heel sterk zijn.

***”Het is zowel de ironie als de tragedie van het leven dat we het beperkte aantal jaren die ons toegemeten zijn, opsouperen door het najagen van zaken die we later als volledig waardeloos gaan zien, en van verlangens waarvan de vervulling enkel pijn veroorzaakt. De stervende die de film van het leven aan zijn ogen voorbij ziet flitsen, ontdekt die ironie en voelt de tragedie.”***

Ik wil dat mijn leven op aarde gelukkiger afloopt. Kan een tragedie vermeden worden? PB geeft ons het antwoord:

***”Als onze ogen zich geopend hebben voor de ware betekenis van de mens, als we beseffen dat deze niet schuilt in onze vergankelijke persoonlijkheid maar in onze tijdloze essentie, gaat het leven een tot dan toe ongekende kwaliteit krijgen.”***

***”Onze oorsprong ligt in het Overzelf en onze groei is enkel een terugkeer daarnaar, maar nu – in tegenstelling tot vroeger – in volledig bewustzijn.”***

***”Door ten eerste het Overzelf te ontdekken en er zich vervolgens aan over te geven vervult de mens de allerhoogste roeping van zijn aardse leven.”***

***”Wij vervullen het leven wanneer we ons permanent in goddelijke aanwezigheid bevinden, ons hier bewust van zijn en dit overal uitdragen.”***

## *Op het Lange Pad*

Het fundament is gelegd. Ik weet wat ik ben – en wat ik niet ben.

De Filosofische Bouwstenen op het Lange en het Korte Pad behandelen zeer verschillende onderwerpen, die stuk voor stuk van belang zijn op de Zoektocht.

Laten we beginnen met het Lange Pad, waar het ego centraal staat.

Op het Lange Pad ontwikkel ik het ego en de houdingen, het karakter en de vermogens ervan. Maar hoe lang en hard ik ook aan deze zaken werk, ik zal nooit voorbij het ego zelf kunnen reiken. Ik loop in een cirkel in de beperkte wereld van het ego.

***”De constante beweging van gedachten en de fascinatie van het ego voor zichzelf houdt het goddelijke Overzelf – waar zowel die gedachten als het zelf ego uit zijn voortgekomen – voor ons verborgen.”***

Op het Lange Pad leer ik te mediteren. Ik moet ook ontdekken wat de hindernissen zijn die mij de weg naar mijn spirituele ontwaken versperren om ze vervolgens te verwijderen!

***”De zoektocht is een doelbewuste poging om de overgang van leven in het lagere zelf naar leven in het Overzelf te verkorten. Daarvoor is een voortdurende beheersing van onze daden, gevoelens, gedachten en woorden vereist.”***

## ***Op het Korte Pad***

***”Welke weg we ook mogen bewandelen, aan het eind ervan moeten we de ingang tot het Korte Pad weten te vinden, dat wil zeggen dat we de illusie van het ego vernietigen en ophouden ons met het ego te identificeren,” zegt PB.***

Het Korte Pad – waar het Overzelf centraal staat – negeert het ego. Mijn aandacht is nu gericht op de Ziel. Het is op het Korte Pad dat het spirituele ontwaken zal plaatsvinden.

***”De oude focus op ons ego is op een mysterieuze wijze verdwenen. Onze nieuwe focus op het Overzelf heeft die plaats overgenomen.”***

***”Het Korte Pad vraagt om een uitgesproken verandering van onze manier van denken, om het denken van volledig nieuwe gedachten en het richten van de aandacht op het doel in plaats van op de weg er naartoe. Het vraagt om een revolutie, om het ontronen van het ego als het centrum van aandacht en het te vervangen door het Overzelf.”***

***”Eerst moeten we verstandelijk gaan begrijpen wie we in werkelijkheid echt zijn, daarna kunnen we verder gaan met de oefeningen die tot de realisatie ervan kunnen leiden.”***

De oefeningen op het Korte Pad hebben niets met het ego te maken.

***”De basis van de oefeningen op het Korte Pad is dat de geest als een transparant kristal wordt dat de kleur aanneemt van dat wat er bij in de buurt gebracht wordt. Door het bewustzijn af te wenden van het ego – zelfs van de pogingen het te verbeteren – in de richting van het Overzelf, boeken we grote vooruitgang.”***

De belangrijkste oefening behorend bij het Korte Pad is "De Herinneringsoefening", waarbij het erom gaat mezelf steeds opnieuw aan mijn ware identiteit te herinneren. Wanneer ik me de Ziel in herinnering breng, wordt het ego genegeerd.

***”De immense waarheid van de altijd aanwezige realiteit van het Overzelf kan men het beste eren door het zich te herinneren – zo vaak, zo continu en zo vastbesloten als maar mogelijk is. Dit is niet alleen de beste manier, maar het levert ook nog eens het meest op, want zo openen we ons voor haar zegen.”***

***”... De deur waar je misschien al zolang tevergeefs op geklopt hebt zal zich openen naar datgene waar je regelmatig met liefde aan terugdenkt.”***

***”... De praktijk van voortdurende herinnering van het Overzelf zuivert de geest en zorgt er geleidelijk aan voor dat deze op een vanzelfsprekende manier naar binnen gericht, geconcentreerd zal zijn en eventueel verlicht zal raken.”***

Over de "Net Alsof-oefening", zegt PB:

***”De oefening waarbij we een ideaal beeld van onszelf scheppen, vrij van negatieve kwaliteiten en vol van positieve – zoals het past bij een spirituele zoektocht – leidt bijna tot magische resultaten.”***

De derde oefening, de "Getuige-oefening", gaat over het objectief observeren van mezelf – als het ware naast mezelf staan.

***”Het is zijn rol om getuige te zijn van wat hij is, hoe hij zich gedraagt en van de gedachten die hij zich toestaat, net alsof hij iemand anders gadeslaat...”***

De getuige-houding zal geleidelijk tot gevolg hebben dat ik mij vereenzelvig met het geheel. Ik begrijp dat eenheid de fundamentele realiteit is.

## ***Opnieuw geboren***

Tegen het einde van het Korte Pad wordt het verlangen naar de Ziel steeds sterker, het geeft me geen rust. Ik word alsmat dieper naar liefde en wijsheid, vrede en vrijheid van de Ziel getrokken.

***”We zijn als bloemen die, afgesneden van onze wortels, lijden aan de pijn van scheiding. Onze diepe mystieke verlangens zijn een erkenning van de noodzaak om ons met onze Bron te herenigen.”***

Het werk op de twee paden is mijn eigen verantwoordelijkheid. De zoektocht eindigt met de hulp van Genade.

Verlichting komt plotseling. De overheersing van het ego is voorgoed verdwenen. Het hoogste doel van mijn leven op aarde is vervuld.

***”Dit is het spirituele hoogtepunt van ons leven, het dramatische moment waarop het bewustzijn zichzelf begint te herkennen en te begrijpen.”***

***”Een wijze is iemand die zich continu de waarheid voor de geest haalt. Hij heeft het bestaan van het Overzelf doorgrond; hij weet dat hij deel uitmaakt van het onsterfelijke en oneindige Overzelf...”***

## ***Een nobele taak***

Paul Brunton wijdde zijn leven aan het dienen van de mensheid. Zijn geschriften inspireren mensen over de hele wereld tot een hoger, ego-vrij leven.

Nu vraagt hij iedereen die baat heeft bij deze ideeën te helpen om ze beschikbaar te maken voor anderen.