

Enkele gedachten over conditionering

– G.A. Farthing

Psychologen en filosofen zeggen dat de meesten van ons op een bepaalde manier op de buitenwereld en op andere mensen reageren omdat we geconditioneerd zijn. Dit is het gevolg van onze opvoeding, van ons onderwijs, onze traditionele gedachtepatronen, van onze sociale relaties, van onze in-groep of van onze plaats op de sociale ladder. We worden volledig gevormd door onze godsdienst, door onze politieke overtuiging, zelfs door onze nationaliteit. Een Hindoe neemt de wereld waar als Hindoe, een Moslim als Moslim, een Boeddhist als Boeddhist. Ieder heeft een gedragscode: bepaalde dingen mag men wel of niet doen. Het kost veel moed om te ontsnappen aan deze conditionering, omdat we hierdoor de banden met onze cultuur of zelfs met onze familie verbreken.



Geoffrey Farthing is lid van de Engelse Afdeling en schrijver van diverse boeken.

Heel belangrijk is ook de fundamentele conditionering als gevolg van onze ervaringen, in het bijzonder als zij pijnlijk of beangstigend zijn. De psychologische uitwerkingen van deze ervaringen verschillen van persoon tot persoon. Een bepaalde ervaring kan voor de één schokkend zijn en blijvende gevolgen hebben en voor anderen slechts onbeduidend en van korte duur. Zij geven kleur aan onze indrukken van het leven om ons heen, die door de zintuigen worden opgenomen en beïnvloeden ons oordeel en denken.

Volgens onze leraren heeft alle conditionering een verduistering van de werkelijkheid tot gevolg. We kunnen allerlei dingen, mensen of relaties niet zuiver en objectief zien zoals zij werkelijk zijn. Wij zien ze allemaal gekleurd door de schakeringen van onze geconditioneerde bril.

Wanneer aan wijze mensen gevraagd wordt hoe we vrij kunnen zijn van *deze* conditionering is hun antwoord: neem waar, wees bewust van jezelf en zie in hoe je reageert of hoe je je gedraagt in overeenstemming met het patroon van individuele vorming. Zij zeggen dat, indien we onszelf op deze wijze in ons denken en handelen kunnen waarnemen, we te zijner

tijd vrij worden van de beperkingen van de gevolgen van onze conditionering.

Heel zelden wordt echter de vraag gesteld waarmee we dan waarnemen. Indien we alleen de beschikking hebben over ons begrensd denkvermogen waarmee we onszelf waarnemen, op welke wijze kunnen we ons dan bewust worden van onze reacties en deze conditioneringen overwinnen? Kan het denken tegenover zichzelf verdeeld zijn?

Een aantal leraren raadt ons aan regelmatig de discipline op te brengen om aan zelfanalyse te doen, vooral ten aanzien van ons gedrag jegens anderen. We zijn dan in staat begrip te hebben voor onvriendelijkheid of in te zien waar we hebben nagelaten behulpzaam te zijn. Zo wordt de kans minder, dat wij karma op ons laden door anderen schade toe te brengen.

Voor een student van theosofie is het interessant om deze klaarblijkelijke verdeling van het denken op te merken. Er schijnen twee niveaus te zijn: één van waaruit men zich gewoontegetrouw gedraagt of reageert, automatisch op een geconditioneerde te schatten wijze, vanuit het andere niveau is men in staat de gevolgen van dit gedrag te registreren en in te schatten. Maar kan men geconditioneerde gedachten en reacties waarnemen met hetzelfde denkvermogen dat die gedachten voortbrengt? Theosofie verschaft ons enkele antwoorden. Eén is het onderscheid tussen de individualiteit en de persoonlijkheid. In de theosofische taal omvat de individualiteit de drie hogere beginselen van de mens; *atma*, *buddhi* en *hoger manas*, terwijl de Persoonlijkheid de lagere beginselen omvat: het *lagere manas*, *kama* (emotie, begeerte), *prāna*, het *Linga Śarira* en het fysieke lichaam. Er bestaat doorgaans een scheiding tussen het *hogere* en het *lagere manas*.

De ware mens, het individuele Ego, bevindt zich in het *hogere manas*, de zetel van het bewustzijn van de mens en van zijn ultieme "Ik-ben". Dit "Ik" bevat geen kwalificaties; dat geldt ook voor het bewustzijn zelf, maar natuurlijk niet voor de inhoud

van het bewustzijn, dat geconditioneerd is of kwalificaties bevat. Op ons gebied is bewustzijn een weerspiegeling van het Absolute. Het heeft geen eigenschappen maar het zorgt voor een gewaarzijn en dat is onafscheidelijk van alles waarvan het zich bewust is. Het zijn deze geconditioneerde zaken die de bestanddelen vormen van universeel maya gedurende gemanifesteerd bestaan. Het wezen van elke ervaring van het hoger denkvermogen is van de hoogste spirituele orde. Dit betekent dat het volledig onpersoonlijk is en dat waarop het zich richt eerder een beginsel is dan iets individueels. Met het geleidelijke ontwaken van het hoger denkvermogen in het lager denkvermogen ontstaat het geweten. De mens begint, vanuit zijn eigen innerlijk, te *weten* wat goed en kwaad is.

Laten we eens kijken naar het lagere viertal, zoals de persoonlijkheid soms genoemd wordt. Het lager denkvermogen is samengesteld uit de lagere vier beginselen van het *manasisch* lichaam, gesteld tegenover de drie beginselen van het hoger denkvermogen dat een weerspiegeling is van de ware spirituele aard van de kosmos. Het lagere viertal houdt zich bezig met de gemanifesteerde kosmos of het gemanifesteerde bestaan, met andere woorden de fysieke mens wanneer hij incarneert. Zonder het aannemen van een lichaam zijn deze beginselen van de persoonlijkheid tezamen met die van het *kamisch* gebied en de overige rijken van 'leven' slapend. Zij worden weergegeven door de blijvende *skandha's*, die de geconditioneerde neerslag uit vroegere levens vormen, die aan het snoer van het Ego zijn geregen.

Vanwege deze geconditioneerde *skandha's*, bestaat er niet zoiets als een ongeconditioneerde persoonlijkheid. Zelfs bij de geboorte is de persoonlijkheid geconditioneerd, ongeacht welke conditionering er ook later tijdens de kinderjaren of adolescentie en het volwassen bestaan kan optreden. Het lager denkvermogen is het geconditioneerde persoonlijke denken. Het denken kan, uit zichzelf, geen toestand kennen die niet geconditioneerd is –

ofschoon bewustzijn, dat er tijdens het leven van de mens zijn zetel kan hebben, in staat is aan die conditionering te ontsnappen.

Dit geconditioneerde denkvermogen maakt ons tot dat wat we hier op aarde zijn. Zelfs de Meesters hebben last van deze conditionering. Er bestaat niets wat niet geconditioneerd is, wat niet de karakteristieke stempel draagt van wat het is, zonder wat het niet zou bestaan.

Elke wijziging van ons denken of het veranderen van onze verlangens ten gevolge van de invloed van het Ego is in feite een deconditioneringsproces. We worden meer getrouw aan ons ware Zelf.

Voor wat betreft het 'conditioneren' van de Meesters, beschikken we over Olcotts verslag over de Meesters die H.P. Blavatsky hielpen *Ontsluierd* te schrijven. Zij hadden allemaal hun eigen karakteristieke trekken die terug te vinden waren in bijvoorbeeld hun handschrift en hun schrijfstijl. Een aantal converseerde ongedwongen in het Engels, anderen hadden er grote moeite mee, er was er één die alleen maar Frans praatte en een mooie kunstzinnige aanleg had en buitengewoon dol was op mechanische uitvindingen. Een ander placht te zitten en iets met een pen neer te krabbelen en tientallen poëtische stanza's voor Olcott af te raffelen die nu eens sublieme dan weer humoristische ideeën bevatten. Zo had ieder van die verscheidene 'Iemanden' zijn eigenaardigheden, net zoals ieder van onze eigen kennissen of vrienden ze hebben. De één was joviaal, dol op goede verhalen en in zekere mate geestig, een ander was een en al waardigheid, gereserveerdheid en eruditie: de één was altijd kalm, geduldig en welwillend behulpzaam, de ander prikkelbaar en soms onuitstaanbaar. Eén 'Iemand' was altijd bereid nadrukkelijk een filosofische of wetenschappelijke verklaring te geven over

het onderwerp waarover Olcott moest schrijven door verschijnselen te zijner stichting voort te brengen, terwijl Olcott die bij een ander 'Iemand' niet eens durfde te noemen.

We hebben nog steeds niet de vraag beantwoord: 'Waarmee kunnen we onze conditionering waarnemen? Moeten we aannemen dat zelfs de Meesters dat niet konden doen? Ongetwijfeld luidt het antwoord dat we op de een of andere wijze ons bewustzijn uit de belemmeringen van het persoonlijke zelf kunnen verheffen naar de gebieden van het *hogere manas* dat vrij is van de smet van de persoonlijke conditionering.

Op welke wijze doen we dit? Theosofie onthult ons dat tussen het *lagere* en het *hogere manas* er een ondoordringbaar vlies is waarmee het grootste deel van de mensheid wordt geboren, maar dat dit bij de latere ontwikkeling een brug kan worden. Wanneer deze brug is gebouwd, doordringt het Egoïsch 'bewustzijn' de persoonlijkheid en beïnvloedt niet alleen het mentale inzicht en het begripsvermogen, maar ook het gedrag, via het *kamasisch* voertuig, door het transformeren van innerlijke verlangens, begeerten en dergelijke.

Elke wijziging van ons denken of het veranderen van onze verlangens ten gevolge van de invloed van het Ego is in feite een deconditioneringsproces. We worden meer getrouw aan ons ware Zelf.

Wat meer zegt, met de toenemende bevrijding van ons bewustzijn van de belemmeringen (conditionering) van de persoonlijkheid wordt het zwaartepunt van ons zijn verheven naar de spirituele rijken die, met betrekking tot onze geconditioneerde objectieve wereld, niet geconditioneerd zijn. Het bewustzijn wordt bevrijd en dit is de enige ware bevrijding. Wanneer het denkvermogen op dit niveau functioneert kunnen de machinaties van het lagere denken zonder emoties echt worden gadeslagen. Dit hogere denken is een onpartijdige, onafhankelijke waarnemer.

Met dit vrijgemaakte bewustzijn kunnen we onze aandacht omkeren en onze conditionering echt zien vanuit een niet gecondi-

tioneerde standpunt. Dit schouwen deconditioneert ons echter niet vanzelf. We moeten nog steeds met voertuigen werken die het kenmerk van onze karaktertrekken dragen zoals was aangehaald in de beschrijving van de Meesters. Zolang we functioneren in stoffelijke voertuigen, zullen deze voertuigen altijd een afspiegeling zijn van wat we op het persoonlijke gebied zijn en zij zijn altijd 'geconditioneerd'. Zij moeten nog steeds beheerst en 'gebruikt' worden als effectieve werktuigen. Zij zijn een manier om te handelen en informatie te vergaren (ervaring) op het fysieke niveau.

Dus hoe raken we echt van onze conditionering af? De waarheid is dat dit pas kan als we ons volledig vereenzelvigd hebben met onze Egoïsche Zelfen. Een vrijgemaakt bewustzijn is de ware en enige toestand van vrijheid.

De natuurwetten beïnvloeden de spirituele ontwikkeling van de mens. Alles neemt een bepaalde plaats in ergens op het uitgestrekte pad van evolutie, ieder menselijk wezen bevindt zich op een bepaalde sport van de ladder. Terwijl het pad wordt afgelegd, worden er vermogens ontwikkeld en kunnen zij groeien. Dit geldt in het bijzonder voor de mentale vermogens. Het doorboren van het vlies tussen het hoger en het lager denkvermogen (het bouwen van de brug van anthakarana) kan slechts met succes voltooid worden als de geschikte ontwikkelingsfase is bereikt. Ongetwijfeld kunnen velen van ons beginnen met het bouwen van de brug. Dit wordt bereikt door studie, door oefening, waaronder de vele vormen van meditatie een belangrijke rol spelen. Er zijn ook andere hulpmiddelen, bijvoorbeeld het lezen van literatuur en het luisteren naar muziek waardoor het bewustzijn wordt verruimd. Dit stimuleert

de bestanddelen van het hoger denkvermogen. Daden van zelfopoffering, van echte onbaatzuchtigheid, heffen de grenzen op die ons van anderen scheiden en dragen bij tot de mogelijkheid een flits te zien van de eenheid van de menselijke familie en van alles in de natuur. Zo ontstaat mededogen. Dit is een gevoeligheid tegenover andere mensen, voor hun lijden en zelfs voor hun vreugde in het leven. Als we hiervoor een bepaalde sensitiviteit ontwikkelen, zijn we in staat deze gevoelens niet alleen in onze verbeelding, maar ook in werkelijkheid te delen.

We beginnen echt spontaan deugden te ontwikkelen, waarbij we dus deugden niet in de praktijk uitoefenen als een vereiste van een bepaalde ethische gedragscode. Werkelijke spirituele groei is niet nabootsen of doen alsof. Dat doet meer kwaad dan goed. Als we groeien moeten we waarachtig deugdzaam zijn: we kunnen niet iets voorwenden.

Door onze geleerde filosofen is gezegd dat de niet-geconditioneerde mens deugdzaam is.

In *De Stem van de Stilte* wordt ons verteld hoe onmisbaar de *pāramitās*, de deugden, zijn.

'De ware pelgrim heeft een lange weg te gaan'. Dit is een algemene waarheid en gaandeweg ontstaat een besef van vastberadenheid, van rijkdom door de gebeurtenissen en zo nu en dan van bemoediging.

Het proces van deconditionering kan pas een aanvang nemen als een zekere mate van Egoïsch bewustzijn is gerealiseerd, als de mens spirituele ogen heeft om te zien en spirituele oren om te horen.

Uit: *The Theosophist*, april 2001
Vertaling: Ton van Beek