

# Vertrouwen in jezelf

Morya Wijsheid 4

Geert Crevits



MAYIL  
PUBLISHING HOUSE

## Voorwoord

Zelfvertrouwen is een merkwaardig goedje. Nergens te vinden, niet te kweken en niet te koop. En als je het al ergens hebt gevonden, wordt het verscheurd en verslonden, door twijfels en door honden, zodra het uit je zak te voorschijn komt.

Zelfvertrouwen is de genade van God en als je God in je leven betreft, kom je heel natuurlijk in dat vertrouwen. Het omhult je als een aura, het maakt je sterk en krachtig, dat gaat vanzelf. Maar wie denkt daaraan?

28 september, 12 en 26 oktober 1994. Meester Morya geeft deze inzichten door aan Geert op drie namiddagen, in Gent. Geert vertaalt ze in woorden en spreekt ze in op drie audiocassettes, voor een kleine groep geïnteresseerden. Het zal het lievelingsboek worden van velen, het zal jaren niet te vinden zijn en is nu eindelijk aan herdruk toe. Geniet ervan.

Lydia Crevits  
15 augustus 2007



## 1 - De twijfel overstijgen

### *Rekening houden met je twijfel*

Iedere keer dat je voor jezelf twijfelt aan bepaalde dingen, hou dan rekening met deze twijfel. Schuif hem niet onmiddellijk weg, want door de twijfel heen komt er een oplossing in je bestaan. Wanneer je twijfelt aan bepaalde dingen, onderzoek dan deze twijfel in alle mogelijke richtingen. Ga op zoek naar het waarom en wat ermee aan de hand is. Ga ook na hoe dikwijls je twijfelt, want dat wordt wel eens vergeten. Het is vaak zo dat, ook al onderzoekt de mens daadwerkelijk zijn twijfel, hij er dan meestal niet bij stil staat of hij nu voortdurend of misschien maar een enkele keer twijfelt. Dat maakt echter een heel groot verschil. Wanneer je voortdurend twijfelt en dit vaststelt bij jezelf, dan is het best iets aan je houding te veranderen. Wanneer je daarentegen maar één keer twijfelt aan een bepaald iets, dan moet je dit nauwkeurig onderzoeken want die twijfel zou wel eens een goede reden kunnen

hebben. De aarzeling die je dan voelt, moet je laten doorwerken in je leven. Hou er dus rekening mee want het kan zijn dat je met iets fout bezig bent, iets wat je nu terug kan rechtzetten. In de mens is er altijd een reactie die van diep in zijn wezen naar boven komt, maar vaak ziet hij dat niet. Het is de twijfel die hem kan leiden naar datgene wat vanuit de diepte in zijn leven komt. De mens is heel ingewikkeld en het zijn vooral de gedachten die de twijfel een symbolisch karakter geven, want de gedachte kan een heel grote symbolische kracht in zich dragen. Wanneer de gedachte dus een twijfel aanbrengt, kan het zijn dat daar iets in zit wat een heel diepe en voorname betekenis heeft. Als je er rekening mee houdt, ontdek je iets in je leven wat heel belangrijk is. Wanneer je echter altijd aan alles twijfelt en zo bezig bent dat je niets kan onthouden van de dingen die geweest zijn in je leven, dan is het nodig om eens opnieuw naar dit leven te kijken, en om er een verandering in aan te brengen die fundamenteel is. Zorg ervoor dat je een vertrouwen krijgt in het leven. Dit kan je verwezenlijken door in de gewone dingen van het bestaan te kijken waar je mee bezig bent.

### *Hoe kan ik vertrouwen krijgen in het leven?*

Als je dan onderzoekt waar je mee bezig bent en hoe je ermee bezig bent, zal je zien dat je te oppervlakkig te werk gaat. Het zou goed zijn om bewuster om te gaan met de dingen. Als je iets vastpakt, bijvoorbeeld een boek, kijk

dan eerst naar dit boek, zonder het onmiddellijk te lezen. Kijk er dus eerst gewoon naar. Voel hoe dik en hoe zwaar het is. Hoe zien de bladzijden eruit? Vervolgens ga je naar het begin en het einde. Doorblader het eventjes en bekijk de verschillende hoofdstukken, de inhoud en wat er op de flappen staat. Kijken dus, gewoon kijken naar dit ding. Dan ben je er bewust mee bezig. Dan kan je zien dat er in jezelf een soort reactie ontstaat. Misschien voel je je er vertrouwd mee en vind je het een fijn boek. Het kan ook zijn dat je zegt van: “ja, ik ben nu wel nieuwsgierig”. Voor hetzelfde geld vind je het echter weinig boeiend en ben je er alleen mee bezig omdat je geen zin hebt om met andere dingen bezig te zijn. En ga zo maar verder. Er kunnen duizend verschillende redenen zijn waarom je dit boek vast neemt. Maar als je er voorzichtig mee omgaat, dan leer je de reden kennen. Door alert te zijn en bewust te werk te gaan, kan je ontdekken dat er heel veel redenen zijn om met een bepaald iets bezig te zijn. De specifieke reden die jij dan hebt om met een bepaald ding bezig te zijn, is belangrijk. Wees opmerkzaam voor die reden, stel hem vast in jezelf. Wees je ervan bewust dat, als je iets echt wil, je daar dan ook voor kiest. “Kijk, ik kies nu om vijf minuutjes door te brengen, zomaar, op een losse manier en ik neem even dit boekje vast. Ik bekijk het even en ik weet dus wat ik met mijn tijd doe.” Als het zo is, is het okay. Dan kan het zijn dat daardoor je vertrouwen in het leven groeit omdat je weet waarmee en op welke manier je bezig bent.

Als je dit op een heel regelmatige manier gaat doen, zal je steeds minder twifelen omdat je in jezelf een vertrouwdheid scheidt met alle dingen waar je mee bezig bent. Je zal dus steeds meer inzien waar je mee bezig bent. Dat leer je aanvankelijk met de dingen, maar naderhand ook met de personen waar jij je aandacht aan schenkt.

### *Hoe krijg ik een nieuw leven?*

Kijk dan even naar de personen waar je bij bent, zonder hen te beoordelen, zonder te zeggen van: “Ze zijn zo of zo of zo”, want dan doe je al meer dan kijken. Gewoon kijken naar de mensen volstaat. Observeer waar ze mee bezig zijn, waar ze van houden, hoe ze bezig zijn, wat ze zeggen en ook wat ze niet zeggen. Alle mogelijke dingen zijn daarin te vinden. Wanneer je met mensen bezig bent, is het van groot belang dat je durft te kijken zonder hen te beoordelen, zonder te peilen, zonder te definiëren. Gewoon kijken dus, verstrooid, los, bijna afwezig zelfs. Je mag daar ook van genieten. Ik herhaal nogmaals dat het heel belangrijk is om niet te oordelen. Wanneer je niet oordeelt, zal je een zuiverder beeld krijgen van de mens. Wanneer je losjes en op een ontspannen manier omgaat met elkaar - zonder bepaalde dingen te moeten doen, zeggen of verkrijgen van jezelf, als je dus heel ontspannen bent ten opzichte van mensen - dan kan je jezelf toelaten jezelf te zijn en dit is heel belangrijk. Door jezelf te zijn in de omstandigheid waarin je samen bent met iemand

- je man, je kind, je familieleden, je ouders, wie dan ook - kan het zijn dat je een nieuw leven krijgt. Dit is een gewichtige uitspraak, maar ze heeft een diepe betekenis. 'Een nieuw leven' betekent niet altijd dat je alles op zijn kop moet zetten, vluchten en opnieuw beginnen. Nee, een nieuw leven kan je elke dag krijgen door op een nieuwe manier met de dingen om te gaan, zeker met mensen.

*Kan ik met mensen omgaan? Kan ik mezelf zijn?*

Met mensen omgaan is niet altijd gemakkelijk. Daarom zorg je er best voor dat je altijd jezelf kan zijn. Als je jezelf kan zijn in alle omstandigheden, zal je zien dat het veel gemakkelijker is om met mensen om te gaan want heel veel redenen om niet met mensen om te kunnen gaan, liggen gewoon in jezelf. Het kan zijn dat je niet vertrouwd bent met jezelf omdat je te vluchtig omgaat met de dingen en er dus niet diep genoeg op ingaat. Bijgevolg kan je niet tot een redelijkheid komen. Het is noodzakelijk redelijk te zijn in alles en te proberen het evenwicht te bewaren, ondanks het feit dat sommige mensen heel lastig kunnen zijn. Soms zijn ze moe, weten ze niet waarin of waaruit, zitten ze met problemen, met ziekten of zijn bestendig bezig met een werk dat bijvoorbeeld heel zenuwslopend is. Al deze toestanden komen voor bij mensen. Het is belangrijk dat je dan afstand van hun problemen neemt en jezelf kan zijn. Dit is heel, heel belangrijk.

*Het Westen neemt een enorme vlucht*

Jezelf zijn is niet gemakkelijk in de omstandigheden zoals we die vandaag in de westerse wereld beleven. Het Westen neemt een enorme vlucht in alle mogelijke richtingen en dit zal nog toenemen. Het is misschien moeilijk om mee te gaan in dit ritme maar het is wel noodzakelijk. Je zou eigenlijk alle ritmen moeten aankunnen en de pijn verdragen van het geluid dat er is. Je moet de pijn kunnen verdragen van de sleur die er is. Je moet de pijn kunnen verdragen van zoveel dingen die nutteloos lijken maar die er toch zijn en die je noodgedwongen ondergaat en meemaakt. Denk aan bijvoorbeeld afstanden die afgelegd moeten worden in moeilijke omstandigheden, of aan te weinig beweging hebben, of te veel, want dat kan ook, enzovoort. Kortom, alle mogelijke dingen en houdingen in het leven die je moet aannemen tijdens de dag en soms ook 's nachts. Want soms worden de ritmen in het Westen verstoord omdat zowel 's nachts als overdag wordt gewerkt in een zenuwslopend tempo. Als de dingen verkeerdt lopen, moet je jezelf staande houden. En als je contact hebt met jezelf, kan je dit.

*Rustig blijven in alle omstandigheden*

Durf te kijken naar jezelf, durf te kijken naar de anderen, maar vergeet niet voor jezelf te leven. Durf je eigen dingen te doen, je eigen dingen te zeggen en bezig te zijn



# Inhoud

<i>Voorwoord</i>	5
1 - De twijfel overstijgen	7
<i>Rekening houden met je twijfel</i>	7
<i>Hoe kan ik vertrouwen krijgen in het leven?</i>	8
<i>Hoe krijg ik een nieuw leven?</i>	10
<i>Kan ik met mensen omgaan? Kan ik mezelf zijn?</i>	11
<i>Het Westen neemt een enorme vlucht</i>	12
<i>Rustig blijven in alle omstandigheden</i>	12
<i>Op welke manier kijk je naar de wereld?</i>	13
<i>Zie je de hele entourage, dan zie je de gevoelskwaliteit</i>	14
<i>De sleutel tot het ontwaken van de ziel</i>	15
<i>De twijfel overstijgen</i>	16
<i>Waarom ben ik op deze aarde?</i>	17
<i>Waar vind ik de echte antwoorden?</i>	18

## Inhoud

<i>De ontgoochelingen van het leven</i>	19
<i>De echte oplossing</i>	20
<i>Het leven is een wisselend landschap</i>	21
<i>Probeer tot rust te komen in je leven</i>	22
<i>Hoe krijg je vertrouwen in jezelf?</i>	24
<i>Soms is het moeilijker te rusten dan te werken</i>	24
<i>Als je voldoende verzameld hebt</i>	26
<i>Pijn en eenzaamheid op de weg</i>	27
<i>Het Pad van Licht</i>	29
<i>Verwijt jezelf niets</i>	29
<i>Veel mensen zien er aan de buitenkant zelfzeker uit</i>	30
<i>Een einde maken aan de twijfel</i>	31
<i>Veranderingen komen hoe dan ook</i>	31
<i>Hoe moet ik grote beslissingen nemen?</i>	32
<i>Veranderen van werk?</i>	33
<i>Een leven vanuit het Goddelijke</i>	34
<i>Wanneer de mens het belang van zijn eigen leven inziet</i>	35
<i>Een vertrouwenskwestie</i>	35
<i>Het denken is in staat te veranderen</i>	36
2 - Bidden	39
<i>Het is de verwondering die je vooruit brengt</i>	39
<i>Het leven is aan alle kanten open</i>	40
<i>De gedachtenstructuren doorbreken</i>	41
<i>Een formule waar een openheid in zit</i>	42
<i>De bomen groeien traag</i>	44
<i>Als je liefde vraagt</i>	45

<i>De bedoeling van het gebed</i>	46
<i>Het denken wordt afgebroken</i>	47
<i>De dood is een trapje en meer is het niet</i>	47
<i>Een oceaan van zachtheid in je bestaan</i>	48
<i>De mens is van nature beschermd</i>	49
<i>Als je bidt, gaat het vlugger</i>	50
<i>Ik blijf nog even in mijn hoekje zitten</i>	51
Een eerste oefening: Breng de gedachte naar je hart	52
De betekenis van de oefening	53
<i>Ze werkt als een inspirator</i>	53
<i>Leren leven zonder gedachten</i>	54
<i>Het denken is net zoals de maan</i>	55
<i>Je hart is de zon in je bestaan</i>	56
<i>Het denken wordt gevoed door het hart</i>	57
<i>Het hart geeft de diepere betekenis aan de woorden mee</i>	58
<i>Het leven zelf draagt orde in zich</i>	59
<i>Nieuwe woorden zullen ontstaan</i>	60
<i>De ontwikkeling binnen het denken zal groot zijn</i>	61
<i>Ik spreek over twintig jaar</i>	61
<i>Hoe leer ik onderscheiden wat juist is en niet juist</i>	62
Een tweede oefening: Het denken trainen om met licht en beeld om te gaan	63
3 - Vrede maken	67
<i>Heb vrede met jezelf</i>	67
<i>Over moeilijkheden heen, over hindernissen heen</i>	68
<i>Vrede is geen proces waarin je alleen vooruit kan</i>	68

## Inhoud

<i>De stilte in jezelf komt open voor de vrede</i>	69
<i>Zoek vrede, maar niet ten koste van jezelf</i>	69
<i>Kijken naar verschilpunten</i>	70
<i>Je moet zakelijk te werk durven gaan</i>	71
<i>Het bestaan is als een ster van licht</i>	72
4 - Een vraag over gevoelens	
Moet je in je gevoel zitten of beter niet?	75
<i>Leer omgaan met je gevoelens en breng ze tot rust</i>	75
<i>Gevoelens zijn in staat je verlangen te richten</i>	76
<i>Je mag geen slachtoffer worden van je gevoelens</i>	77
<i>Angst is een gevoel</i>	78
5 - Een vraag: Wat is meditatie?	81
<i>Meditatie is een stukje van de weg effen maken</i>	81
<i>Het is een langzame weg</i>	82
<i>Leer te mediteren op de juiste manier</i>	83
<i>Meditatie is zo ruim als de werelden</i>	83
<i>Het leven zelf moet een meditatie kunnen worden</i>	84
<i>Vanuit het contact met God leer je begrijpen</i>	84
<i>God geeft Zijn Aanwezigheid aan wie ernaar verlangt</i>	85
<i>Stilte is heel belangrijk</i>	86
<i>Een blijvende vrede naar deze aarde</i>	87
<i>Meditatie moet je kanaliseren naar het leven en niet andersom</i>	87
<i>Opnieuw geboren worden in God</i>	88

6 - De wil om liefdevol te zijn	
Wat is de betekenis van de zin: “De wil om liefdevol te zijn en de gedachte gaat daar niet in mee” ?	89
<i>Zonder de wil is liefde niet mogelijk</i>	89
<i>Persoonlijk - onpersoonlijk</i>	90
<i>De intentie van de liefde is om het geluk aan te brengen</i>	90
<i>De grote strijd in de mens</i>	91
<i>Blijven ronddraaien en de weg niet vinden</i>	92
<i>Het is de wil van het Goddelijke die naar voren komt</i>	92
<i>Kijk naar mensen die echt liefdevol zijn op deze aarde</i>	93
7 - De anderen en ik	
Beschouwend kijken naar de ander lijkt heel moeilijk.	
Hoe kunnen we dat leren?	97
<i>Zowel het mooie als het lelijke bekijken</i>	98
<i>Wel oordelen, niet veroordelen</i>	98
<i>Wat je categorieën ook zijn</i>	99
<i>Kijken naar de diepte en de oppervlakte begrijpen</i>	100
<i>Wie je medemens ook is, je kan hem helpen het goede te bereiken</i>	101
<i>Opbouwend werken</i>	102
<i>De energie van de aarde is niet altijd gelijk</i>	102
<i>Samenwerking tussen mensen en engelen</i>	103
<i>Sommige wezens doen zich voor als engelen</i>	
<i>- de spiegelsfeer</i>	104
<i>Genegenheid, met mate</i>	105

## Inhoud

<i>Komend vanuit God en teruggaande naar God</i>	106
<i>Ooit was het niet op deze aarde en nu is het er wel</i>	107
<i>Zoek de waarden in het leven</i>	108
<i>De aarde is als een moeder</i>	108
<i>De zorg van de Moeder</i>	109
<i>Een nieuwe tijd van groepen en van verenigingen</i>	110
<i>De Meester zal Zijn zegen geven</i>	111
8 - De juiste levenshouding	113
<i>Een tijdje willen doorgaan met wat je begonnen bent</i>	113
<i>Vanuit de diepte van je eigen hart</i>	114
<i>Ken ik mezelf?</i>	114
<i>In de vreugde komen doordat je resultaten haalt</i>	115
<i>Ga vooruit</i>	116
<i>Het plezier van het bezig zijn</i>	116
<i>Je moet niet te veel denken</i>	117
<i>Je tijd kan je zelf invullen</i>	118
<i>Dan heb je iets moois gedaan, ...</i>	119
<i>Observeer jezelf en de anderen</i>	120
<i>Probeer te beseffen dat je nooit alleen bent</i>	121
<i>Ruimte maken in jezelf</i>	121
<i>“Het is goed mijn kind”</i>	122
<i>Het is een lange, soms eenzame weg in het begin</i>	123
<i>Je kan je niet voorstellen wat je diepste wezen is</i>	124
<i>De verhouding persoon - ziel</i>	124
<i>De innerlijke relatie</i>	125
<i>Als je zegt ‘zelf’, wat bedoel je daarmee?</i>	126
	163

9 - Je kan jezelf realiseren	127
<i>De Meester zal bij je zijn</i>	127
<i>Ook jij hebt een betekenis voor je medemensen</i>	127
<i>Het offer brengen van de liefde</i>	128
<i>De betekenis van de groei leren kennen</i>	129
<i>Je kan in een werk staan dat fout is</i>	130
<i>Je bent liefde</i>	131
<i>De kracht vinden om je leven te herbronnen</i>	131
<i>Heb je de liefde al ontdekt?</i>	132
<i>Wat is liefde?</i>	134
<i>Op de eerste plaats liefdevol omgaan met jezelf</i>	134
<i>Als je vindt dat God te abstract is</i>	135
<i>Je kan niet buiten je medemens</i>	136
<i>De juiste mensen tegenkomen</i>	136
<i>Dieper in deze wereld leven</i>	137
<i>Dan ontdek je de realiteit en anders leef je in een droom</i>	138
<i>Een lichaam van licht</i>	138
Korte meditatie	139
<i>Kijk naar je meditatie</i>	139
<i>Je dromen veranderen</i>	140
<i>Het verstand zal verlicht worden door de ervaring</i>	141
<i>Het gevecht om tot innerlijke stilte te komen</i>	142
<i>Ook het denken zal gevormd worden</i>	142
<i>Een taal smeden</i>	143
<i>Kunnen geloven, dat is er ook bij</i>	145
<i>Veel geduld is noodzakelijk</i>	146

## Inhoud

<i>Je kan jezelf realiseren</i>	146
<i>De geboorte in jezelf</i>	147
<i>Leven en mediteren hangen aan elkaar vast</i>	148
<i>God geeft op een zachte manier</i>	149
<i>Wat je ook vraagt, dat zal je krijgen</i>	150
<i>Op de manier zoals God dat wil met jou</i>	150
<i>Anders doe je er misschien twintig levens over</i>	151
<i>Het verlangen om God te ervaren</i>	152
<i>Voor God is niets onmogelijk</i>	153
<i>Drie belangrijke pijlers: geduld, soberheid en vreugde</i>	154
<i>Het is gezegd, het is gezegd</i>	155
<i>Ga niet tekeer als een student ...</i>	156
<i>Wat gezegd is, kan grond krijgen in je eigen bestaan</i>	156





Bezoek de WebSite  
en vraag de nieuwsbrief aan:

**[www.mayil.com](http://www.mayil.com)**

Internationale WebSite  
van en over Meester Morya:

**[www.morya.org](http://www.morya.org)**