

moeder en kind ontstaat, manifesteert zich de essentiële kwaliteit Kracht. En als het kind, na dat alsmat oefenen, van kruipen tot staan komt en we zijn triomf zien, zoals Margaret Mahler dat beschrijft, ervaart het kind zichzelf als een Ik, een Ik Ben.

*“Vol vertrouwen en geheel vervuld van zichzelf, van de eigen ontwikkeling, treedt dit jonge mensje de wereld tegemoet. Het ‘kan’ en ‘is’. Hier valt het kind samen met het Essentiële Zelf, het Wezenlijke Ik. Ze is hier ongevoelig voor wat de buitenwereld wel of niet met haar doet. Ze leeft in haar eigen bubbel.”*  
(p.82)

### HET ESSENTIËLE ZELF

Het essentiële zelf is in verschillende spirituele tradities beschreven als het authentieke ik. Het komt deels overeen met de zelf-theorie van Heinz Kohut, die hier een link legt met het narcisme. Mahler noemt deze ontwikkelingsfase de narcistische fase.<sup>(2)</sup>

Almaas spreekt van een eerste moment van zelfrealisatie: het kind valt, zonder dat het zich daarvan bewust is, samen met dat authentieke ik. We hoeven kinderen op die leeftijd maar te observeren en we zien hun onbevangenheid en spontaneïteit. Dit zelf is het onverwoestbare, centrale deel in de ziel.

*“De ziel kenmerkt zich door een open, voortdurend veranderend veld én een tijdloos, onverwoestbaar Ik. Het onverwoestbare Ik kunnen we ons voorstellen als het centrum van een mandala. De mandala zelf is een open veld van gewaarzijn. Samen vormen ze het BewustZijn.”*(p.72-73)

Dat authentieke zelf wordt gedurende de ontwikkeling van de persoonlijkheid als het ware aangekleed en bedekt met aannames over wie en wat je bent, aannames die ontstaan in relatie tot de omgeving.

### INVLOED VAN DE CULTUUR

*“Als we geboren worden, landen we op Aarde. Maar wat voor Aarde is dat? De grond waarop we geboren worden is geen*

***“De feedback die we als kind van de mensen uit onze omgeving ontvangen, lezen we als informatie over hoe wij zijn.”***



*lege, vrije ruimte. Die is ingevuld, bepaald door de specifieke cultuur van de tijd en van ons geboorteland. We komen terecht in een gezin, met ouders die hun eigen motieven en achtergrond hebben. We zijn de eerste in een rij van kinderen, de laatste of het enige kind. Ons bewustzijn van onszelf en de wereld vormt zich in die specifieke omgeving, en onze blik op onszelf en op de wereld wordt bepaald door de blik van onze ouders of opvoeders. Zo ‘worden we iemand’, ontwikkelen we een persoonlijkheid. Wat voor iemand is dat? Is hier nog iets aanwezig wat helemaal van onszelf is?*

*Dat is zeker het geval! We hoeven maar om ons heen te kijken: er is geen mens, geen kind hetzelfde. Onze uniciteit, wie en wat we in wezen zijn, is er nog steeds. Ze wordt hier gegoten in een zekere vorm, die we ‘persoonlijkheid’ noemen. Deze ontwikkeling speelt zich grotendeels af in de eerste vijf à zes levensjaren. In deze periode vindt een bijzonder proces plaats, dat we in dit hoofdstuk en in het volgende nader zullen onderzoeken.*

*Wat betekent de persoonlijkheid voor ons? Ze geeft ons de mogelijkheid om in de wereld te functioneren en om er relaties aan te gaan. We leren en studeren, ontwikkelen ons, we sluiten vriendschap, wisselen ervaringen uit, delen de liefde, bouwen een gezin op, een mooie carrière. Het leven biedt ons tal van mogelijkheden.*

*De persoonlijkheid heeft ook beperkingen. Dit leven is zo gericht op de uiterlijke werkelijkheid, dat de vraag opkomt*