

Willem
GLAUDEMANS

BOEK
van het
LICHT
en de
LIEFDE



*Een oefening in
mededogen*

Inhoud

Voorwoord	11
DEEL 1: LICHT	15
1: Uiterlijk en innerlijk licht	17
Licht is fundamenteel en in alles aanwezig	17
Het raadsel van licht	20
De snelheid van licht	22
Onzichtbaar licht	24
Kloof een stuk hout	26
Wonderlijk licht	28
Fysica en metafysica van het licht	30
Innerlijk licht: de ervaring van licht	32
De taal van licht	34
Wat is innerlijk licht?	35
Werkzaam innerlijk licht	37
Alle begin is Licht	38
Uiterlijk en innerlijk licht zijn één	39
 <i>Ode aan het licht</i>	 41
2: Kwantumfotonen of lichtdeeltjes	43
Inleiding	43
<i>De Wet van Creatie</i>	44
Omschrijving van kwantumfotonen	46
Eigenschappen van kwantumfotonen	48
Samenvatting	56

Voorbeelden	58
Kunnen kwantumfotonen ook verkeerd worden gebruikt?	63
Kwantumfotonen en mededogen	66
3: Lichtinzichten	70
Vooraf	70
Licht is de motivatie tot leven	71
Lichtbloem en lichtboog	73
Licht ziet alleen zichzelf	74
Licht is de essentie van leven	75
Zo dichtbij is licht	76
De Weg van het Licht	77
Elke daad een lichtdaad	79
Groei in licht	80
Ik ben het licht	81
De kracht van licht	82
Ieder belichaamt het licht	83
Lichtlek	84
Wie het licht in een ander haat	85
Lichtschuw	86
Licht toevoegen aan de wereld	88
Was je met licht	89
Elk lichtdeel is heel en één	91
Het hart van een ouder	92
Ieder ontvangt licht naar eigen mate	93
Scheppen is spelen met licht	95
Licht trekt meer licht aan	99
Licht in krappe tijden	100
<i>Wees een lichtbaken</i>	102
Tot licht zult gij wederkeren	103
Licht ben je	104
Thuiskomst in licht	105

Je bent een lichtdruppel	106
Waarheid van licht	107
Licht dat uitstroomt	108
Drie lichtwoorden	109
<i>Yoga van licht – een meditatie</i>	110
<i>Een Zegening met licht</i>	111
<i>Een Gebed voor de wereld</i>	112
DEEL 2: LIEFDE	113
Inleiding	117
Mededogen	122
Behulpzaamheid	125
Compleetheid	127
Creativiteit	129
Dankbaarheid	132
Eenvoud	135
Eerlijkheid	138
Empathie	142
Geduld	146
Gelijkmoedigheid	148
Genezing	150
Helderheid	154
Humor	156
Inclusiviteit	160
Inspiratie	162
Moed	165
Onbaatzuchtigheid	167
Onschuld	170
Onthechtheid	173
Onvoorwaardelijkheid	177
Overgave	179

Overvloed	182
Passie	186
Rechtvaardigheid	188
Respect	192
Schoonheid	196
Stilheid	198
Trouw	200
Verbondenheid	202
Verdraagzaamheid	206
Vergevingsgezindheid	208
Vertrouwen	211
Verwachtingsloosheid	214
Volmaaktheid	216
Vredelievendheid	219
Vreugde	222
Vrijgevigheid	225
Vrijheid	228
Waarheid	231
Welkom	234
Wijsheid	237
Zachtmoedigheid	240
Zegening	242
Zuiverheid	246
<i>Heb lief</i>	249
Slotakkoord: Oefeningen in mededogen	252
APPENDICES	257
Literatuur	259
Verantwoording motto's	262
Dankwoord	263
De Biblos-serie	264

Aankondigingen
Over de auteur

267
269

Voorwoord

*Ik kan niets doen
of laten,
eten,
liefde,
slapen,
woorden,
drank,
of ik verga
van het licht.*

Hans Andreus

Verga jij ook zo van het licht? De lichtdichter Hans Andreus (1926-1977), die zichzelf 'stenograaf van het licht' noemde, heeft het goed gezien. We zijn vergeven van licht. We bestaan uit licht en we kunnen niet zonder, bij alles wat we doen of zijn. Hetzelfde geldt voor liefde.

Dit boek gaat over licht en liefde. Twee fundamentele aspecten van schepping, van leven. Je zou kunnen zeggen dat licht de substantie is waaruit alles bestaat, en liefde de intentie die steeds scheppend is en alles in beweging en bij elkaar houdt. Liefde en licht zijn zo alomvattend dat ze in wezen één zijn, essentieel voor schepping, voor ons bestaan, voor onze verbindingen met elkaar, met God, de Al-Ene, met onszelf, met het universum. En daar dan een boek over??

Dichters willen vaak het onmogelijke. Ze schrijven over wat niet opgeschreven kan worden. En ze pakken het meteen maar groot aan. Ze kunnen zeggen wat ze zien – ze zien vaak net iets meer – of ze kunnen een spreekbuis voor iets groters of hogers zijn, zonder zich erom te bekommeren of wat ze zeggen wel overeenstemt met hoe er, normaal gesproken, over wordt gedacht. Ze weten dat poëzie vaak de enige manier is om te spreken over dat waarover je zou moeten zwijgen. Wat kan hun gebeuren? Ze vergaan immers van licht.

Wetenschappers willen ook vaak het onmogelijke. Ze willen de diepten van de schepping ontraadselen. Ze worden gedreven door de drang te willen weten hoe de dingen op het meest fundamentele niveau in elkaar zitten. Bij licht en liefde wordt dat moeilijk. Die ontglippen welhaast per definitie aan de methoden waarop wetenschap tot haar antwoorden komt. Toch heeft de fysica veel inzicht gekregen in het wonderlijke fenomeen licht, al moet ze erkennen dat ze niet verklaren kan wat licht precies is of waar het vandaan komt. Over liefde heeft de fysica, naar mijn weten, nog geen uitspraken gedaan.

In mijn vorige boek, *Boek van de Universele Wetten*, kwamen licht en liefde ook al voor als fundamentele elementen in de *Wet van Creatie*. Dat blijft uiteraard zo. Met dit boek schuif ik daar als het ware een laag onder. Sindsdien heb ik inzichten gekregen over licht en liefde die ik toen nog niet had, maar alleen intuïtief aanvoelde of vermoedde. Dit nieuwe boek laat zien hoe fundamenteel kwantumfotonen (lichtdeeltjes) zijn, ze zijn het allerfundamenteelste niveau van schepping. Dit inzicht bracht voor mij niet alleen liefde en licht bijeen, maar

ook wetenschap en mystiek, theorie en poëzie, uiterlijk en innerlijk licht.

In het eerste deel van dit boek, over het Licht, tref je behalve een wetenschappelijk georiënteerde beschrijving van verschillende aspecten van het fenomeen licht, ook poëtische stukjes aan die hetzelfde op een andere, meer nabije manier verwoorden (drieëndertig 'Lichtinzichten'). Het tweede deel bevat vierenveertig aspecten van liefde, vanuit het idee dat liefde zelf, zoals de zon, niet te beschrijven is, maar wel haar stralen, haar uitingen.

Willem Glaudemans

Jaar van het Licht

De Unesco en de Verenigde Naties hadden 2015 uitgeroepen tot het Internationale Jaar van het Licht, om de belangrijke rol van licht extra onder de aandacht te brengen. Het was toen 1000 jaar geleden dat de Arabische pionier van de optica Ibn Al-Haytham zijn werk deed (1015), het was 500 jaar geleden dat de eerste echte natuurwetenschapper Leonardo da Vinci licht onderzocht (1515), het was 200 jaar geleden dat Augustin Jean Fresnel in Frankrijk de theorie van licht als golf introduceerde (1815), 150 jaar geleden dat James Clerk Maxwell in Engeland de elektromagnetische theorie van licht beschreef (1865), 100 jaar geleden dat Albert Einstein zijn algemene relativiteitstheorie – waarin licht een belangrijke rol speelt – formuleerde (1915) en 50 jaar geleden dat de kosmische achtergrondstraling werd ontdekt (1965). Dit boek schreef ik in 2015.

Aantekening: In de noten staat steeds een verkorte titelbeschrijving van een boek, in de literatuuropgave achterin vind je de volledige titel. Als er in de tekst of in een noot een titel wordt vermeld zonder auteursnaam, dan betreft het een boek of artikel van mijn hand.

De rest van mijn leven wil ik nadenken over wat licht is.

Albert Einstein

*Ik weet haast niets meer
van alles wat ik eens heb willen zeggen.*

Ik wil haast niets meer zeggen.

Alleen iets van het licht.

Hans Andreus

Wanneer de mens het Licht kent, kent hij alles.

Walter Russell

1: Uiterlijk en innerlijk licht

Licht is fundamenteel en in alles aanwezig

Als we aan licht denken, komen waarschijnlijk eerst zonlicht en lamplicht in onze gedachten, het uiterlijke licht waarbij we zien. Licht is veel meer dan dat. Het heeft veel wonderlijke en onzichtbare aspecten die de wetenschap steeds verder ontdekt. En het heeft een innerlijk aspect, ons innerlijke licht. Licht is fundamenteel.

Zonder licht kan er niets bestaan. Planten, dieren en mensen voeden zich met licht. De plant vangt het licht op in zijn bladeren en slaat het daar op in een proces van fotosynthese. Een plant kan dus zonlicht omzetten in materie en kan energie bewaren. Dat licht dient dieren en mensen tot voeding. Als we groenten en vruchten eten, halen we dat licht via onze spijsvertering daar weer uit te voorschijn om daarmee ons lichaam op te bouwen. Ons lichaam is dus ook van licht gemaakt.

Zonder licht is er geen leven. Planten wenden zich met hun bloemen en bladeren naar het licht, veel dieren zoeken warme lichtplekken op, koesteren zich in de zon, en wij mensen doen iets vergelijkbaars. Onze huid heeft zonlicht nodig voor vitamine D. Licht is essentieel voor veel biologische processen. We hebben licht nodig om te kunnen zien. Sluit iemand in het complete donker op, en hij

wordt depressief en kwijnt snel weg. Zet een plant in een donkere kast, en hij gaat dood.

De energie die we gebruiken uit fossiele brandstoffen (steenkool, gas en olie) is afkomstig van oud zonlicht dat daarin is opgeslagen. Ook elektriciteit is een vorm van licht. Licht is fundamenteel voor onze voeding, transport, energiemiddelen, communicatie. Op fysiek niveau kunnen we zonder licht, in zijn talrijke vormen, niet bestaan.

In de stoffelijke wereld is alles opgebouwd uit licht. In elk atoom trillen talloze fotonen, of lichtdeeltjes, die razend-snel om elkaar heen bewegen en zo materie vormen. Materie is in feite niets anders dan een vorm van 'gestold' licht. Licht zelf heeft geen massa en is niet materieel. Maar het kan wel materie vormen. Lichtdeeltjes zijn de bouwstenen van materie.

Daarnaast is er het innerlijke licht, dat even fundamenteel is. Zonder licht kan ons bewustzijn niet bestaan. Zonder innerlijk licht kunnen we niet denken, voelen en liefhebben. We kunnen niet creatief zijn zonder dit licht in ons bewustzijn. Zonder dit licht zouden we letterlijk afgesneden zijn van ons diepste zelf, onze bron van leven en inspiratie. We zouden niets kunnen scheppen zonder het licht van ons bewustzijn. Geen kunstenaar, componist of schrijver kan iets voortbrengen zonder dit innerlijke licht waardoor hij verbonden is met de bron van alle schepping. Niemand zou kunnen weten wie hij ten diepste is, als dit innerlijke licht er niet zou zijn.

Licht is fundamenteel voor ons leven, zowel fysiek als geestelijk. Licht is het begin van alles, staat aan de basis

van alles, doordringt alles, is alles in alles. Er is niets dat niet van licht is gemaakt. En dit geldt zowel voor het stofelijke als voor het geestelijke universum. Dit inzicht laat meteen zien dat alles één is, omdat licht één is. Licht is overal. Wie het Licht kent, kent het Al.

*Ik heb al zolang geschreven
alsof het licht buiten mij was [...]
terwijl ik veel langer al weet
(en dat ik dat niet
wou toegeven doet
minder ter zake): ik ben
van binnenin het licht –
Hans Andreus**

* Hans Andreus, *Verzamelde Gedichten*, p.875.