

TONY PARSONS



*Het open
geheim*



Het open geheim

Het open geheim

Tony Parsons



*Bevrijding is iets onmiddellijks en
eenvoudigs, en zo vanzelfsprekend als
ademhalen. Velen zullen ermee in aan-
raking komen en gauw terugschuifelen
naar wat ze denken dat ze wel kennen
en kunnen. Maar er zijn mensen in
wie de uitnodiging zal resoneren ...
zij zullen plotseling inzicht krijgen en
bereid zijn alle zoeken te laten varen,
zelfs naar wat ze 'verlichting' noemden.*

© Tony Parsons 1995/2005
Oorspronkelijke uitgave: The Garden House 1995
Oorspronkelijke titel: The Open Secret
© Nederlandse uitgave: Samsara Uitgeverij bv 2010

Vertaling: Prema van Harte
Omslagbeeld/ontwerp: Josje Pollmann
Aanpassing omslag: Erik Thé: www.erikthedesign.com
Lay-out: Studio 28, Hillegom
Foto Jeff Foster: Nic Oestreicher

ISBN: 978-90-77228-65-4 / NUR 728

Niets uit deze uitgave mag gereproduceerd
worden zonder schriftelijke toestemming van:
Samsara Uitgeverij bv
Herengracht 341, 1016 AZ Amsterdam
www.samsarabooks.com

Inhoud

Inleiding	9
Context	13
Geen prestatie	19
Niemand wordt verlicht	23
Tijd	29
Verwachting en doel	31
Het park	45
Aanwezigheid	51
De keusloze keus	61
Mijn wereld	63
De dood van lichaam en geest	69
Afleiding	71
Angst	75
Schuld	79

Denken	83
Relaties	87
Ik ben niet ...	91
Ik ben ...	93
Gezien en ongezien	97

Inleiding

Zolang we opgesloten zitten in de kennelijke ervaring dat we afzonderlijke individuen zijn die een soort bestaan hebben waarmee onderhandeld moet worden, bevinden we ons in een toestand van dromen.

In die droomstaat wordt alles wat we doen geregeerd door de wet van tegengestelden, waarin elke zogenaamde positieve handeling precies en in dezelfde sterkte in evenwicht wordt gehouden door het tegendeel ervan.

Al onze individuele pogingen om ons leven goed te laten verlopen, volmaaktheid te bereiken of persoonlijke bevrijding te realiseren, worden zodoende tenietgedaan.

We ontdekken, door diep nadenken en begrijpen dat we, zolang we in deze droom verkeren, in werkelijkheid in een kringetje rondgaan. We bevinden ons op een rad waarop alles zich voortdurend en telkens weer herhaalt in verschillende beelden. Het is het bewustzijn dat genoeg schept in een schepping die zowel ingeperkt als bevrijd is. En ondanks wat we geloven over onze individualiteit en vrije wil, gaan we inzien dat we slechts gedroomde personages zijn die reageren en handelen vanuit geconditioneerde en historische geloofssystemen.

De gehele klassieke religie, kunst en wetenschap in een wereld die we zien als in ontwikkeling, bestaat binnen de parameters van deze volmaakt harmonieuze en volstrekt

neutrale staat die slechts dient om een andere mogelijkheid te weerspiegelen. Op het punt van werkelijke bevrijding gebeurt er niets. Wat we ogenschijnlijk gemaakt hebben wordt ogenschijnlijk vernietigd. En wat we ogenschijnlijk vernietigd hebben wordt ogenschijnlijk opnieuw geschapen.

Door van onze oorspronkelijke en tijdloze aard tot persoonlijk gedefinieerd bewustzijn te komen, hebben we deze omstandigheid geschapen om opnieuw te kunnen ontdekken dat de droom die we beleven absoluut geen doel dient, anders dan ons ontwaken eruit. Dat ontwaken doet zich buiten de droom voor, buiten de tijd, en voltrekt zich volkomen buiten het bereik van individuele inspanning, weg, proces of geloof.

Context

Toen ik nog heel jong was, had ik het gevoel dat ik me in een magische wereld bevond, buiten de tijd en zonder de noodzaak iets te moeten worden of te doen ... een onherkende eenheid die me omhulde met alleen maar verbazing over wat er is. Ik geloof wel dat het voor de meeste kinderen zo is.

Op een dag veranderde dat allemaal en trad ik de wereld van afgescheidenheid en behoefte binnen. Ik kwam erachter dat ik zowel een vader als een moeder had, een naam, en blijkbaar de keuze om het een, of

het ander te doen. Ik betrad de wereld van tijd en ruimte, grens en verkenning, inspanning, manipulatie, en de jacht op genot en vermindering van pijn.

Ik erkende dit als mijn ervaringen en geloofde dat ik van nature zo was.

Mij werd geleerd, wat ik ook ging geloven, dat als ik hard werkte, me goed gedroeg en slaagde in mijn gekozen of mij opgedrongen baan, trouwde, kinderen kreeg en mijn gezondheid in de gaten hield, ik een goede kans had gelukkig te zijn. Ik deed dit allemaal vrij succesvol en beleefde er soms ook plezier aan, maar ik onderkende ook dat er iets ontastbaars en fundamenteels leek te ontbreken. Een soort geheim.

Vervolgens besloot ik langs de weg van religie uit te zoeken wat er aan mankeerde.

Weer werd mij verteld dat als ik hard werkte en me toelagde op verschillende vormen van

zelftucht, rituelen en zuiveringen, ik uiteindelijk 'spirituele vervulling' zou verdienen. Opnieuw hield ik me intens bezig met alles wat aangewezen leek, maar kon nog steeds de reden voor mijn gevoel van verlies niet ontdekken.

Op een dag, bijna als bij toeval, ontdekte ik opnieuw het geheim, of misschien ontdekte het mij weer.

Uitleggen wat er gebeurde is echt onmogelijk. De beschrijving die er het dichtst bij komt is: overspoeld worden door een liefde en een totaal begrip die volstrekt onvoorstelbaar zijn.

De openbaring waarmee deze herontdekking gepaard ging was zo eenvoudig en toch zo revolutionair, dat ze in één klap alles wat ik geleerd had en was gaan geloven wegvaagde.

Onderdeel van die realisatie was dat verlichting mijn inspanning om mijn manier

van leven te veranderen en ook om überhaupt het leven te veranderen volkomen overstijgt. Het heeft te maken met een algehele verandering in het besef wat er nu eigenlijk leeft.

Want ik ben al wat ik zoek. Wat ik ook zoek of denk te willen, hoe lang die lijst ook mag zijn, al mijn verlangens zijn slechts een afspiegeling van mijn verlangen thuis te komen. En thuis is eenheid, thuis is mijn oorspronkelijke natuur. Het is hier, eenvoudig in wat er is. Ik hoef nergens anders heen te gaan, en ik hoef niets anders te worden.

Sinds die tijd heb ik wat mij duidelijk is geworden aanvaard en ernaar geleefd – en ben het uit de weg gegaan en heb het verworpen.

Het is natuurlijk onmogelijk het onuitsprekelijke met woorden over te brengen, en daarom is deze verklaring mijn poging om duidelijk te maken hoe ik die openbaring begrijp. Ik probeer uit te leggen

hoe mijn overtuigingen over verlichting, tijd, doel en mijn inspanning om spirituele vervulling te bereiken, die eenheid die voortdurend en direct beschikbaar is nu juist kunnen belemmeren. Hoe de illusie van afgescheidenheid, angst, schuldgevoel en verstrooidheid mij kunnen afleiden van de vrijheid die deze invloeden in zich opneemt en transformeert.

Ik maak ook, zo goed als ik kan, duidelijk hoe moeiteloos en natuurlijk het is om los te laten en open te staan voor die vrijheid.

Als je dit boek zou opvatten als een aansporing om een meditatief leven te leiden of 'in het hier en nu te zijn', zou je er niets van begrijpen.

Deze bekendmaking spreekt over een bijzondere en revolutionaire sprong in inzicht in wat we eigenlijk zijn. Die vereist geen verfraaiing of een ellenlange uitleg en laat, eenmaal gerealiseerd, niets te zeggen over.

Voor de duidelijkheid worden de termen *verlichting*, *bevrijding*, *vervulling*, *vrijheid*, *eenheid*, enzovoort, hier alle opgevat als de absolute realisatie, door wie dan ook, van wat hij werkelijk is.

Geen prestatie

Voor mij is de eerste realisatie van verlichting, ofwel de aard van wie ik werkelijk ben, niet iets dat kan worden uitgedrukt. Wat er gebeurd is kan zelfs geen ervaring genoemd worden, omdat degene die ervaart afwezig moest zijn om het mogelijk te maken.

Waar die gebeurtenis echter mee gepaard ging was een realisatie die zo simpel en groots was en zo revolutionair van inhoud, dat ik daarna vervuld was van ontzag en me nogal alleen voelde.

Een van de dingen die ik toen inzag is dat verlichting alleen beschikbaar komt wanneer geaccepteerd is dat zij niet verworven kan worden.

Doctrines, methoden en richtingen van persoonlijke groei die streven naar verlichting verergeren slechts het probleem dat ze willen aanpakken doordat ze het idee versterken dat het zelf iets kan vinden, wat het veronderstelt verloren te hebben. Juist die inspanning, die investering in de eigen identiteit, creëert voortdurend weer de illusie gescheiden te zijn van eenheid. Dit is de sluier waarvan we geloven dat hij bestaat. Het is de droom van individualiteit.

Het is als iemand die zich verbeeldt dat hij in een diep gat in de grond zit en die, om eruit te komen, steeds dieper graaft, de aarde naar achteren gooit en zo het licht wegneemt dat er al is.

Het enige waarschijnlijke effect van uiterste inspanning om te worden wat ik al ben, is dat ik uiteindelijk uitgeput op de grond zal vallen en los zal laten.

In dat loslaten ontstaat misschien een andere mogelijkheid.

Maar de verleiding om vrijheid te vermijden door strijd heilig te verklaren, is heel aantrekkelijk.

Geworstel is tenslotte niet uitnodigend voor bevrijding.

Het leven is geen opdracht. Er valt absoluut niets te bereiken, behalve de realisatie dat er absoluut niets te bereiken is.

Geen enkele mate van inspanning zal ooit eenheid overhalen om te verschijnen. Het enige dat nodig is, is een sprong in waarnemen, een ander zien, innerlijk al aanwezig, maar niet herkend.

Niemand wordt verlicht

Ik dacht altijd dat mensen werkelijk verlicht werden, en dat het net zo'n gebeurtenis was als het winnen van de jackpot in de staatsloterij. Als de prijs eenmaal was gewonnen, zou de gelukkige daarna gegarandeerd zijn van voortdurende gelukzaligheid, onfeilbaarheid en niet te corrumperen deugdzaamheid.

In mijn onwetendheid dacht ik dat zulke mensen iets hadden verworven en bezaten dat hen bijzonder maakte en volkomen anders dan mijzelf. Dit waanidee versterkte het geloof in mij dat verlichting praktisch

onbereikbaar was, behalve voor een paar buitengewone en uitverkoren mensen. Deze misvattingen kwamen voort uit een bepaald beeld dat ik had van hoe een staat van volmaaktheid eruit moest zien. Ik zag nog niet in dat verlichting niets te maken had met het idee van volmaaktheid. Deze overtuigingen werden zeer versterkt wanneer ik mijn ingebeelde tekortkomingen vergeleek met het beeld dat ik had van elke 'spirituele held' tot wie ik me op dat moment aangetrokken voelde.

Ik heb het gevoel dat de meeste mensen een dergelijk idee van verlichting hebben.

Zeker waren er velen, en zijn er nog, die dergelijke ideeën in de hand proberen te werken en die ook echt hebben beweerd dat zij verlicht waren geworden.

Nu zie ik dat dit net zo'n zinloze verklaring is als wanneer iemand de wereld verwittigt van het feit dat hij kan ademen.

De realisatie van verlichting brengt hoofdzakelijk het plotselinge begrip met zich mee dat er niemand en niets is dat verlicht kan worden.

Er is slechts verlichting. Die kun je niet bezitten, evenmin als zij bereikt of gewonnen kan worden als de een of andere trofee. Alles is eenheid, en die staan we alleen maar in de weg door te proberen haar te vinden.

Zij die aanspraak maken op verlichting of een bepaalde pose aannemen, beseffen de paradoxale aard ervan gewoon niet en laten zich voorstaan op een staat die ze zich inbeelden te hebben bereikt. Waarschijnlijk hebben ze een diepgaande persoonlijke ervaring gehad, maar dat heeft met verlichting niets te maken. Als gevolg ervan blijven ze nog altijd gevangen in hun eigen individualistische ideeën, gebaseerd op hun particuliere overtuigingen.

Deze mensen hebben het vaak nodig de rol van 'spirituele leraar' of 'verlichte meester' aan te nemen en trekken gegarandeerd mensen aan die er behoefte aan hebben leerling te zijn. Hun leer, die nog altijd in dualisme geworteld is, bevordert onherroepelijk een schisma tussen de 'leraar' en hen die de leer willen volgen. Bij het groter worden van zijn volgelingenschare dient de exclusieve rol van de meester ook versterkt te worden.

Een van de gebruikelijke symptomen, wanneer een dergelijke rol is aangenomen, is dat elke erkenning of uiting van 'menselijke zwakheid' taboe is geworden. Tegelijkertijd wordt er meestal afstand geschapen tussen 'meester' en volgelingen.

Naarmate het speciaal zijn van de 'meester' effectiever wordt, en de eisen van de volgelingen groter worden, worden de lessen onduidelijker en ingewikkelder. Als de onduidelijkheid van de leer toeneemt, wordt het schisma ook groter en raken veel vol-

gelingen steeds verwarder en onderdaniger. De uitwerking op betrokkenen kan onvoorwaardelijke adoratie, ontgoocheling, of bewustwording zijn; in dat geval zoekt men zijn heil elders.

Dergelijke invloeden hebben in het collectieve onbewuste echter een vals gevoel van twijfel en ontoereikendheid doen ontstaan en in stand gehouden over het vermogen van de mens iets te realiseren en toe te laten dat zo natuurlijk, eenvoudig en beschikbaar is als ademen.

Zij die verlichting volledig begrepen en omarmd hebben, willen absoluut niets aan de man brengen. Wanneer zij mensen deelgenoot maken van wat ze begrepen hebben, hoeven ze zichzelf of wat ze vertellen niet mooier te maken. Evenmin hebben ze er enig belang bij om moeder, vader of leraar te zijn.

Exclusiviteit kweekt uitsluiting, maar vrijheid wordt je deelachtig door vriendschap.

Tijd

In mijn ogenschijnlijke afgescheidenheid ben ik, zonder twijfel, het bestaan en het effect van tijd gaan aanvaarden. Tegelijk met mijn geloof in tijd was ik verknocht aan het idee en de beleving van een begin, een midden en een eind ... een reis naar de realisatie van een doel of eindresultaat.

Dit concept van een reis was van toepassing op elk niveau, of dat nu goed presteren op school, een succesvol bedrijf opzetten of verlichting realiseren was. Alles was een weg om iets te worden – een streven naar een resultaat in de tijd.

Deze boodschap werd het sterkst in mijn psyche gegrift door wat eruit zag als het proces van geboren worden en sterven. Een dergelijk machtige boodschap weerspiegelde en versterkte de schijnbare onweerlegbaarheid van het bestaan, het voorbijgaan en het effect van tijd. Naarmate ik onderging wat het effect van tijd leek te zijn, ging ik er langzamerhand in geloven. Zoals ik in het bestaan van tijd geloofde, zo ging ik ook geloven in de grenzen aan mijn bestaan. Zoals ik die begrenzing aanvaardde, ging ik ook geloven dat ik de gegeven tijd goed moest gebruiken. Ik moest iets doen, iets bereiken, iets waardevols worden in de tijd die mij, zoals ik me voorstelde, restte. Daardoor werd het idee van doel geboren, en tegelijk ermee mijn verwachting van en investering in wat dat doel zou kunnen brengen.

Verwachting en doel

Ik raakte gevangen in de begrenzing van tijd en afgescheidenheid door de verwachting die ik van doel en bedoeling had. Ik had in mijn leven allerlei doelen nagejaagd en oogmerken gehad, ook spirituele. Binnen de traditionele religieuze ethiek ben ik een caleidoscoop aan westerse en oosterse leringen en ideeën tegengekomen die, zoals ik inder tijd meende, een rijke traditie van gezaghebbende wijsheid vertegenwoordigden.

Als gevolg van wat ik als mijn gebrek aan spiritualiteit zag, besloot ik dat ik iets moest doen – ergens bij moest horen, een waarde-

vol mens moest worden. Ik moest een model van de werkelijkheid vinden dat tegemoet kwam aan mijn behoefte om te voelen dat ik toch wel enige vooruitgang in de richting van een doel maakte.

Ik besloot te proberen christen te worden.

Gezien de informatie waarover ik toen beschikte, leek dit de juiste benadering. Ik had mijn westerse achtergrond, mijn kennis van bijbelse geschiedenis en traditie, de ogenschijnlijk onbetwistbare waarheden, methoden en rituelen die me werden gepresenteerd ... erfzonde, gebed, biecht, vergeving, communie en verlossing, en het geschreven en gesproken woord.

Ik vond dat ik mijn best deed voor wat ik toen begreep en voor heilig hield en wat, naar ik voorzag en verwachtte, betekenis aan mijn spirituele leven zou geven. Als ik meer mijn best deed, zou morgen beter zijn dan vandaag, een andere plaats beter zijn dan deze.

Ik ging in de boodschap van ontoereikendheid geloven, die door berouw tot een geschonken genade leidt, waardoor men mij uiteindelijk bevordering van een lager naar een hoger bestaansniveau zou zien verdienen.

En nu had ik de middelen die ik nodig dacht te hebben om het doel te realiseren waarvan ik geloofde dat het mij zou vervullen.

Ik kon verzoeken richten met gebeden en onderhandelen door middel van prestatie, terwijl 'God de Vader' stevig in de hemel zat en de boekhouding bijhield.

Het leek alsof er heel veel kansen, heel veel kennis en heel veel tijd was waarin ik betekenis aan mijn leven kon geven, om er iets beters van te maken – iets waardevols. En mijn doel was evenredig aan mijn hoop. Want het was de hoop op betere dingen die me inspireerde tot ploeteren en streven, weerstand bieden en doorzetten, ten einde

mijn gevoel van richting te versterken. Ik kon nu zelf spirituele vorderingen maken, en anderen helpen hetzelfde te doen.

Doel, hoop en geloof gaven me de energie en de wil om te slagen. Doel, hoop en geloof ... deze vereerde en ogenschijnlijk machtige waarden die veel mensen zo belangrijk achten. Maar natuurlijk leven ook zij in de schaduw van verwardheid, uitzichtloosheid en wanhoop. Ik had indertijd geen rekening gehouden met die kant van de zaak. Uiteindelijk speelde de slingerbeweging van al die eindeloze ontmoetingen met verwachting en teleurstelling, inspanning en ontoereikendheid, ogenschijnlijke kracht en zwakte onherroepelijk haar rol in mijn ontwaken uit deze droom.

Al die communies en biechten, en al die spirituele opdrachten leken eindeloos ... een hongerige, bodemloze, spirituele boodschappenmand die ik zou moeten vullen met gebed, onthouding, nederigheid, aanbidding

en goede daden, en als ik ooit tot de rand zou komen van deze zou ik er weer een moeten vullen, waarschijnlijk te beginnen met gehoorzaamheid en kuisheid.

Ik probeerde het telkens weer, maar alles leek op de een of andere manier erg verouderd en vreugdeloos. De verwachting dat een toch al angstige en ongeschikte volgeling door de discipline van ontkenning en aanbidding iets anders kon worden dan een angstige en ongeschikte volgeling leek net zo zinloos als de idee dat het celibaat een weg naar eenwording en heelheid is. Ik had het gevoel dat ik probeerde een cake te bakken zonder boter.

Ik denk dat elke poging om het onuitsprekelijke te vertalen in het doctrinaire onherroepelijk moet uitlopen op een verkeerde voorstelling van zaken ... een tegenstrijdig idee over volmaaktheid, dat het subtiele en prachtige lied van vrijheid van de schepper verandert in een dogma van beperking waar

geen eind aan komt. Wanneer de vogel gevlogen is, gaat de essentie van zijn lied vaak verloren en rest ons alleen een lege kooi.

Mooi vind ik het verhaal van God en de duivel die naar de mens kijken als hij iets prachtigs ontdekt in een woestijn. *'Aha,'* zei God tegen de duivel, *'nu die mens de waarheid heeft gevonden heb jij niets te doen.'* *'In tegendeel,'* antwoordde de duivel, *'Ik ga hem helpen die te organiseren.'*

Wanneer of waar ook maar geïnstitutionaliseerde religie bestaat, daar kan ook zeer gemakkelijk een rijke voedingsbodem voor onze grootste angsten, ons zwartste schuldgevoel en onze meest afzichtelijke conflicten floreren, van mens tot mens, van volk tot volk en van geloof tot geloof. Of we nu een geloof aanhangen of niet, deze wonden kunnen zich diep in ons binnenste bevinden en elk onderdeel van onze ervaring binnendringen.

Het voelde als onnatuurlijk en beperkend om een ethiek te steunen, gebaseerd op een dergelijk zuiverend 'nee' en zorgvuldig overwogen 'ja', terwijl ik intuïtief onderkende dat wat ik zocht beide verre oversteeg. In deze omstandigheden keek ik verder om me heen en onderzocht de wereld van hedendaagse therapie en spiritualiteit.

Deze benaderingsmethoden om tot vervulling te komen leken mij veel intelligenter en toleranter dan alles wat ik tot dan toe was tegengekomen, de ideeën leken me heel toegankelijk en bevrijdend.

Het was geweldig opwindend de middelen te krijgen aangereikt waarmee ik kon leren die onderdelen van mijn leven die mijn relaties met mensen, creativiteit, gezondheid en rijkdom en, het belangrijkste van alles, mijn gevoel van eigenwaarde in de weg stonden, aan het licht te brengen, te helen en te integreren.

Als wij dit allemaal konden doen, wat een fantastische wereld zou het dan worden! Het sprak me aan, vooral in tegenstelling tot het idee dat ik mezelf moest omvormen om te leven zoals iemand anders het voor mij had bedacht.

Er waren heel veel interessante en nieuwe methodes om uit te kiezen, en heel veel mensen die jouw deelgenoot waren in wat voelde als een twintigste-eeuws spiritueel avontuur. Het was fascinerend om schokkende en verhelderende doorbraken door te maken, de stormvloed van emoties, de angst en opwinding van het onthullen van mijn diepste geheimen, van me waarlijk overgeven aan mijn goeroe, van ontdekken waarom ik zo gefascineerd was door vrouwen en zo bang voor hen was. Deelgenoot zijn van de pijn en onthullingen van andere mensen, herinneringen aan vorige levens, aanvallen in het heden en hoop en vrees voor de toekomst, alles was een openbaring en een bevestiging.

Het was allemaal heel spannend, en het ging allemaal over mij!

Ik hield me bezig met zeer diepgaande en zeer verhelderende meditaties, verslond de meest recente en belangrijkste boeken, en gooide me natuurlijk enthousiast in de nieuwste therapieën. Ze schoten als paddenstoelen uit de grond, om gegeten en verteerd, of geproefd en weggegooid te worden ... een ademmethode hier, een affirmatie daar, een integratie hier, een bijzondere en waardevolle energie daar, alles fascineerde mij in die eerste jaren. Als dergelijke bezigheden introspectief of op jezelf gericht werden gevonden, dan had ik al onderkend dat, op één uitzondering na, elke keuze voortkomt uit zelfmotivatie.

Het uiten van gevoelens werd heilig, zoals ook de noodzaak om positief te denken, mijn moeder te vergeven, mijn innerlijke kind te helen, in mijn verleden te graven enzovoort. Al die zaken werden essentiële en belangrijke methoden om te volgen ... zij

golden zo'n beetje als de hedendaagse Tien Geboden.

Ik deed een intensieve, interne cursus van een jaar waarin ik vele vooraanstaande hedendaagse therapieën, gepaard met oosterse meditatie, onderging.

Na een tijdje legde ik me toe op die therapieën of methoden waarvan ik het gevoel had dat ze bij me pasten en waar ik de meeste baat bij vond.

Ik merkte dat er behoorlijk wat beweging kwam in geremdheden die ik eerder had, en ging meningen en overtuigen herkennen die mijn gedrag van vroeger zeer hadden beïnvloed.

In veel van het werk dat gedaan wordt blijkt het versterken en bekrachtigen van een gevoel van de eigen identiteit en eigenwaarde het voornaamste doel te zijn. De theorie is blijkbaar dat als ik deze processen kan toe-

laten en verwerken, ik er uiteindelijk als een levendiger, evenwichtiger en succesvoller individu uit te voorschijn kan komen, met een helder idee over relaties en mijn aandeel in het geheel. Dat hele bouwsel dient gevestigd te zijn op een krachtige geloofsleer, ontstaan door een niet geringe discipline en inspanning. Maar geloof en twijfel zijn twee kanten van één medaille. Geloof is zo effectief als de onderdrukking van twijfel sterk is.

Ik zag weer dat ik probeerde een stel onderdelen te repareren en in elkaar te zetten, in de hoop dat er uiteindelijk een geheel van gemaakt kon worden. Maar deze aanpak stond in lijnrechte tegenstelling tot mijn inzicht dat verlichting mijn inspanningen en verwachtingen ten aanzien van de eigen identiteit en eigenwaarde te boven ging.

Voor hen die als individu binnen dit leven naar verandering streven, biedt het huidige therapeutische klimaat enorm veel moge-

lijkheden en een veel grondiger en tolerantere benadering dan alles wat eraan vooraf is gegaan.

In mijn geval volgde de eerste verlichtingservaring onmiddellijk nadat ik het pad van religie had verlaten, op mijn twintigste, ongeveer. Enkele jaren daarna hield ik me bezig met hedendaagse therapieën, met de gedachte dat ze een middel konden zijn om de meer ontoegankelijke mogelijkheid over te brengen.

Ik heb ervaren dat het type energie dat in een bepaalde therapeutische context wordt opgewekt mensen ontvankelijk kan maken voor een dieper inzicht in de aard van gewaarzijn en de implicaties daarvan.

Maar ook nu weer had ik gemerkt dat ik in beslag genomen en gefascineerd werd door mijn verwachtingen rond tijd, doelstellingen en doeleinden.

In de wereld van tijd zijn doelstellingen en doeleinden volmaakt in orde, maar er wordt heel veel geïnvesteerd in de gehechtheid en verwachtingen waarmee ze omgeven zijn ... dit worden, daarbij horen, wegen naar verandering of beter worden, methoden ter zuivering enzovoort. Er verschijnen overal belangrijke nieuwe mensen en locaties, meesters van bewustzijn en leraren van waarheid die hun eigen persoonlijke formule voor het leven aanbieden. En terwijl we van de een naar de ander gaan, lijken we wel onwillig om in te zien dat vrijheid niet op de ene of de andere plaats is, omdat de aard van vrijheid juist is dat zij niet uitgesloten of uitsluitend kan zijn. Het lijkt of we niet zien dat de schat die we zoeken, terwijl we op weg zijn naar de volgende te verwachten 'spirituele' kick, niet te vinden is op de plek waar we heen gaan, maar juist in de eenvoud van de stappen die we zetten. In onze haast om een betere situatie te vinden in de tijd, lopen we de bloem van het zijn zelf, die zich op elk moment vertoont, onder de voet.

Ik denk dat wij zo aan doelbewustheid gehecht zijn, doordat wij onszelf zo nodig iets willen bewijzen. Maar het leven is gewoon het leven, en probeert helemaal niets te bewijzen. Deze lente probeert niet beter te zijn dan de vorige, en evenmin zal een esdoorn proberen een eik te worden.

Door onze fascinatie voor het buitengewone en spectaculaire los te laten, geven we onszelf de ruimte om het eenvoudige wonder te herkennen dat in het gewone ligt.

Want het leven is zijn eigen doel en heeft geen bestaansreden. Dat is de schoonheid ervan.

Het park

Op een dag liep ik in een voorstad van Londen door een park te wandelen. Onder het wandelen viel het me op dat mijn geest volkomen in beslag werd genomen door verwachtingen over toekomstige gebeurtenissen die al dan niet zouden kunnen plaatsvinden. Ik koos er blijkbaar voor deze projecties los te laten en gewoon maar te wandelen. Ik merkte dat elke voetstap totaal uniek was qua gevoel en druk en dat hij er het ene moment was en het volgende moment verdwenen, om nooit weer op dezelfde manier herhaald te worden.

Terwijl dit allemaal gebeurde was er een overgang tussen het kijken naar het wandelen en alleen maar de aanwezigheid van wandelen. Wat er toen gebeurde gaat echt alle beschrijving te boven. Ik kan slechts gebrekkig in woorden zeggen dat er over alles een totale stilte en aanwezigheid leek neer te dalen. Alles werd tijdloos en ik bestond niet meer. Ik verdween en er was niemand meer die iets ervoer.

Er was alleen maar eenheid met alles. Ik kan niet zeggen dat ik er een mee was, want ik was verdwenen. Ik kan alleen zeggen dat er eenheid met alles plaatsvond en dat ieder deel vervuld was van een overwelgende liefde. Tegelijkertijd kwam er een totaal inzicht in het geheel. Dit alles vond plaats in een tijdloze flits die eeuwig leek te duren.

Binnen deze gebeurtenis en onmiddellijk erop volgend kwam er een openbaring die zo schitterend en revolutionair van aard was

dat ik op het gras moest gaan zitten om de uitwerking ervan te beseffen. Wat ik zag was in zekere zin eenvoudig en duidelijk, maar op een andere manier volkomen onvertaalbaar. Het was of mij een antwoord was gegeven waar geen vraag voor bestond. Er was mij een geheim getoond dat een ontsloten geheim was; en dat alles wat bekend of onbekend is, dit open geheim bevat en weer spiegelt. De natuur, mensen, geboorte en dood en al onze strijd, onze angsten en onze verlangens zijn vervat in onvoorwaardelijke liefde en zijn er een reflectie van.

Ik had het gevoel dat ik plotseling overvallen was en alles een nieuwe betekenis kreeg. Ik keek naar gras, bomen, honden en mensen, die zich bewogen als daarvoor, maar nu zag ik niet alleen hun wezen, maar was ik hun wezen, zoals zij het mijne waren. In een ander opzicht was het alsof alles, ook ik, werd omhuld door een intense en allesomvattende liefde, en op een vreemde manier leek wat ik zag ook op de een of andere ma-

nier niets bijzonders ... het is de norm die meestal niet wordt waargenomen.

Waarom ik en waarom nu? Waaraan had ik het verdiend om zo'n geschenk te ontvangen zonder iets terug te geven? Ik was zeker niet zuiver in de bijbelse zin van het woord, of in enige andere erkende betekenis, dat zei mijn verstand me tenminste. Ik had geen gedisciplineerd leven geleid van meditatie of van een bepaalde spirituele toewijding. Deze verlichtingservaring had zich voorgedaan zonder enige inspanning van mijn kant! Ik had mijn wandelen blijkbaar op een heel losse en natuurlijke manier willen observeren en toen had deze schat zich geopenbaard.

Ik zag toen ook in dat dit duidelijke geschenk altijd beschikbaar was geweest en zou zijn. Dat was het heerlijkste besef van alle! Dat deze aanwezigheid, totaal ongeacht waar, wanneer of in welke staat ik was, klaar stond om te verschijnen en mij te omarmen. En

deze schat hoefde niet weer door moeilijke en ogenschijnlijk betekenisvolle spirituele oefeningen en rituelen gevonden te worden. Helemaal niet. Deze heerlijke allesomvattende schat was beschikbaar in het wezen van een voetstap, in het geluid van een tractor, in mijn gevoel van verveling, in het zitten van een poes, in gevoelens van pijn of afwijzing, op een bergtop, of midden in de hoofdstraat van Balham. Overal en op elke plek ben ik helemaal omringd en omvat door stilte, onvoorwaardelijke liefde en eenheid.

Later begon ik me af te vragen hoe deze schat vastgehouden kon worden. Maar ik moest keer op keer inzien dat wat ik had geprobeerd weer terug te vinden nooit bereikt of vastgehouden kan worden. Er is niets wat ik kan doen, en juist het geloof dat ik iets moet doen om deze schat te verdienen, doet afbreuk aan zijn intrinsieke waarde.

En dit is weer de paradox, want de goddelijke intuïtie is voortdurend beschikbaar door

haar gewoon maar toe te laten. Ze is altijd bij de hand, in een eeuwige staat van bereidheid ... zoals de standvastige en trouwe minnaar klaar staat om aan elke vraag van ons te voldoen.

Wanneer ik haar toelaat, is zij er, wanneer ik haar ontloop, is zij er.

Er is geen inspanning voor nodig, ze eist geen normen en heeft geen voorkeuren.

Omdat zij tijdloos is, ziet zij geen pad dat belopen moet worden, geen schuld die betaald moet worden. Omdat zij goed noch kwaad erkent, erkent zij evenmin oordeel of schuld. Haar liefde is absoluut onvoorwaardelijk. Zij kijkt eenvoudig toe met helderheid, mededogen en verrukking als ik weer naar haar terugkeer.

Zij is mijn geboorterecht. Zij is mijn thuis. Zij is al wat ik ben.

Aanwezigheid

Als verlichting, hoe gebrekkig ook, beschreven kon worden in termen van eigenschappen, zie ik die als onvoorwaardelijke liefde, mededogen, stilte, en vreugde-zonder-oorzaak. Het bestaan in de tijd is slechts een afspiegeling van die eigenschappen, en zolang ik mijn geloof in mijn individuele identiteit handhaaf en investeer, kan ik alleen maar weer een afspiegeling van die eigenschappen tonen en niet de essentie ervan zijn.

Zolang ik niet weet wat ik ben, sta ik met lege handen.

Verlichting heeft echter nog een eigenschap die de brug is tussen het tijdloze en mijn valse gevoel van afgescheidenheid. Die eigenschap is aanwezigheid. Aanwezigheid is onze constante aard, maar meestal verstoren we die door te leven in een staat van verwachting, motivatie of interpretatie. We zijn bijna nooit thuis. Om onze vrijheid terug te vinden moeten we deze projecties loslaten en de mogelijkheid van aanwezigheid toelaten. De echte ontdekking ervan, of onze toegang ertoe, kan slechts gedaan worden in de kern van wat is. Hier verblijft spontane levendigheid en hier kunnen we het onbekende vrijuit verwelkomen.

Alleen hier, door zich bewust te zijn van wat is, kan men vrij van een zelfbeeld zijn.

Hartstochtelijk leven is alles loslaten voor het wonder van tijdloze aanwezigheid. Wanneer dit duidelijk gebeurt, is er sprake van verblijven in de bron van niets en alles.

Aanwezigheid dient niet verward te worden met 'hier en nu zijn', wat een aanhoudende bezigheid van het afgescheiden zelf is en geen directe betekenis heeft voor bevrijding.

Aanwezigheid is een kwaliteit van verwelkomend, open gewaarzijn dat toegewijd is aan wat er maar is. Er kan nog wel iemand zijn die gewaar is en er is ook datgene waarvan hij zich bewust is ... het geluid van stromend water, de smaak van thee, het gevoel van angst, of het gewicht en het gevoel van het zitten op een stoel. En dan kan er een loslaten zijn van degene die gewaar is, en is alles wat er overblijft aanwezigheid. Dit alles gaat volkomen zonder oordeel, analyse, verlangen naar resultaat of om iets te worden. Er is geen handelen en geen verwachting. Er is gewoon wat er is.

In het begin is het genoeg om een toegewijd gewaarzijn van wat er is te laten ontstaan. Het loslaten van degene die gewaar is kan

daar gemakkelijk op volgen, maar kan nooit een opdracht zijn.

Ik kan aanwezigheid niet 'doen', omdat ik gewoon aanwezigheid ben. Er is dus geen werkwijze te leren, omdat ik niets kan leren of bereiken wat ik al ben.

Aanwezigheid is volstrekt moeiteloos en is mij nader dan ademen. Aanwezigheid kan alleen maar worden toegelaten en herkend. Waar ik meestal toe neig is haar ontwijken of verhinderen.

Zonder aanwezigheid zou er geen bestaan zijn. Ik ben aanwezigheid en jij bent aanwezigheid. Als we niet aanwezig waren, was er ook geen bestaan.

Aanwezigheid komt voort uit de bron van alles wat bekend of onbekend is. En dat zijn wij. Wij zijn de enige bron van onze eigen unieke manifestatie.

Er kan aanwezigheid zijn of we kunnen afgescheiden blijven. Er kan openheid zijn of we kunnen investeren in manipulatie. Er kan een verwelcoming zijn van de ononderbroken eenvoud en het wonder van gewoon wat is, of we kunnen gevangen zijn in de beperkingen van onze verwachtingen. Allemaal goed.

Aanwezigheid is het licht in de duisternis. Zij is atomisch. Een ogenblik van aanwezigheid brengt meer licht in de wereld dan duizend jaar 'goede werken'. In aanwezigheid wordt ieder handelen ordelijk en onbezoeeld. Het is spontaniteit vanuit stilte.

Door aanwezigheid toe te laten omarmen we echter een soort dood. Wat sterft is iedere verwachting, elk oordeel en iedere inspanning om iets te worden. Wat sterft is het gedoe van afgescheidenheid, het gevoel dat je iemand bent, dat alleen kan functioneren in de illusoire wereld van verleden en toekomst, herinnering en verwachting.

Want we zullen merken dat als we ons laten gaan in wat er maar is, we in niet-weten terechtkomen.

In die zin is het omarmen van aanwezigheid een soort dood. Wat sterft is de droom van individualiteit. Wat we loslaten is onze niet-aflatende behoefte om te voelen dat we een afzonderlijke entiteit zijn ... dat we zullen doorleven als een fragment van het geheel. En door dat loslaten komen we er achter dat ieder sterven een wedergeboorte is in vrijheid.

Want waar we ons voor openstellen in aanwezigheid is de mogelijkheid tot eenheid te komen, de herontdekking van wat we werkelijk zijn. Dit is de brug tussen de wereld van afgescheidenheid en verlichting die, eenmaal overgegaan, niet meer bestaat.

Wanneer er aanwezigheid is, bestaat het zelf niet langer. We zijn de uitdrukking van de levende paradox en laten ons bevrijden van

het onophoudelijke gesjacher om iets of iemand te worden. Het is een verwelkoming van het open geheim.

Wanneer er aanwezigheid is, is er gewaarzijn en dit is het licht dat de duisternis binnentreedt. Het licht treedt de duisternis binnen en verjaagt de waanvoorstellingen die verschijnen om eenheid te verhinderen. Gewaarzijn verdeelt of onderdrukt niet en geeft daardoor het onwerkelijke geen energie. Het ziet eenvoudig wat is en brengt het licht waardoor dat wat illusoir is kan verdampen.

Er is nooit enige situatie waarin we niet met het heden verenigd kunnen worden. Is dat niet geweldig?! Ik zal het nog een keer zeggen. Aanwezigheid is beschikbaar in elke situatie, of anders gezegd, vrijheid is reeds doorlopend beschikbaar.

Er is elke dag genoeg om bij aanwezig te zijn ... pijn, angst, het geluid van een auto, wind

door de bomen, mijn lichaam in de stoel, een pen tussen mijn vingers, emotionele pijn, gewoonten, zelfkritiek in overvloed, schuldgevoel, wandelen, de smaak van kaas, haast hebben, lui zijn, alles onder controle hebben, en de geest van de goeroe die er op hamert dat aanwezigheid niet productief is en dat ik iets 'spiritueels' of in ieder geval iets nuttigs zou moeten doen. Aanwezigheid schijnt overal waar het wil, op elk onderdeel van het bestaan.

Als ik probeer één aspect van mijn verhaal in het bijzonder te belichten, verstoor ik de natuurlijke stroom en het contrastelement in de kansen die het leven en mijn aangeboren wijsheid me bieden. Want aanwezigheid is geen taak, en kan niet gebruikt worden door mijn wil. Ze is geen spirituele oefening of een middel om ergens te komen, zoals gebed of formele meditatie. Zodra ik haar wil gebruiken voor een opdracht, probeer ik in te perken wat beperking te boven gaat.

Aanwezigheid is alomvattend en is haar eigen beloning. Zij probeert niet ergens te komen, en als ik dat wel doe, heb ik haar al belemmerd.

Maar wanneer er aanwezigheid is, ontspant het hele wezen zich in haar omhelzing. Er zijn geen vragen meer en er is geen streven meer. De geest verlaat de troon, het lichaam ontspant zich, de ademhaling wordt regelmatig en de waarneming wordt alomvattend. Ik rust in wat nooit komt en nooit weggaat.

Wanneer er aanwezigheid is, is er totale intimiteit en worden de zintuigen geïntensiveerd in een mate die daarvoor ongekend was ... ik zie en raak aan in onschuld, ik proef en ruik voor de eerste keer en hoor een nieuw geluid dat vitaal, fris en onbekend is.

Er is een subtiel gevoel van risico en sereniteit in aanwezigheid. Het is de eerste en laatste stap. Zij beweegt voorbij tijd en identiteit

en verschaft de basis waarop de ontdekking wat ik ben, onmiddellijk en zonder omwegen beschikbaar is.

Wanneer er aanwezigheid is, valt alles wat illusie is weg, en is wat overblijft echt, vitaal en hartstochtelijk levend. Het volle leven ... niet mijn leven, niet iemands leven, maar eenvoudig: leven.

Aanwezigheid brengt de hemel niet op de aarde, noch heft ze de aarde op naar de hemel. Alles is één.

De keusloze keus

In aanwezigheid zie ik dat ik nooit iets heb gekozen of gedaan, maar dat er slechts door mij heen is geleefd.

En dus heb ik de zee nooit tegengehouden of de zon bewogen of één stap dichterbij of verder van mijn geboorterecht gezet.

Door mijn goddelijke hulpeloosheid te aanvaarden geniet ik de vrijheid nooit een verleden of toekomst te hebben die ik de mijne zou kunnen noemen.

Sommige mensen vragen: 'Wie kiest, wie leidt deze prachtige chaos?' Maar eenmaal in de armen van de geliefde doet niets ertoe, en kan ik leven alsof ik kies en me verheugen over het loslaten.

Mijn wereld

In wat ik ervaar als mijn wereld is alles volslagen uniek voor me. Niemand anders kan mijn ervaring van de kleur rood, hoe thee smaakt voor mij, mijn gevoelens van angst of geluk, van lopen, van dromen of van waken kennen.

In de loop van de tijd vormen mijn ervaringen mijn overtuigingen en ervaar ik weer wat ik geloof. Het is het spel tussen deze twee compagnons die mijn levensgeschiedenis lijken te beïnvloeden, van moment tot moment, dag voor dag, en zo verder.

Op dit niveau van bestaan blijk ik de producer, scriptschrijver, regisseur van cast, script en muziek te zijn, in een film die 'Mijn Verhaal' heet.

Wanneer ik zo onbevooroordeeld mogelijk terugkijk op mijn leven, zie ik hoe ik de mensen, de gebeurtenissen en de patronen heb aangetrokken die volmaakt pasten bij de invloeden en beelden die mijn particuliere overtuigingen hebben uitgezonden.

Veel mensen zijn heel opgewonden geraakt van dit idee en hebben geopperd en onderwezen dat als we onze gedachtepatronen en onze overtuigingen kunnen veranderen, dat we dan de manier waarop we het leven ervaren kunnen veranderen. Dat zou misschien wel kunnen, maar dat is helemaal niet waar het om gaat. Want wat we werkelijk zijn, gaat ervaring en overtuiging te boven.

Wat voor bestaan probeer ik te creëren, als ik nog niet opnieuw heb ontdekt wat ik ben?

Vanuit welk punt zie ik duidelijk dat wat ik denk te willen echt is wat ik nodig heb? Zal mijn idee van wat ik moet creëren beter zijn dan het jouwe, of zullen onze individuele visies botsen? Dat blijkt het zich herhalende patroon te zijn.

Wat de mensen die zich achter dit idee scharen mogelijk niet beseffen is dat zich, achter al onze wensen en verlangens om te creëren wat we denken te willen, een verborgen agenda bevindt ... een ander en veel machtiger principe van onvoorwaardelijke liefde dat onophoudelijk functioneert en ons helemaal eigen is, maar meestal niet herkend wordt. Dit is in feite de kern van de levende paradox.

Het gehele bestaan zoals we het kennen, binnen de beperkingen van tijd, is slechts een reflectie van dat verborgen principe dat ons voortdurend uitnodigt ons te herinneren wat we werkelijk zijn. Binnen die reflectie bestaat geen goed of verkeerd, beter of slechter, maar alleen de uitnodiging.

Want zolang we gevangen blijven in de ervaring afzonderlijke individuen te zijn die met het bestaan moeten onderhandelen, blijven we in een staat van dromen.

In die droomstaat wordt alles wat we doen geregeerd door de wet van tegengestelden waarin alles wat als positief wordt gezien exact en in dezelfde mate in evenwicht wordt gehouden door zijn tegendeel. Door diepgaande beschouwing komen we tot de ontdekking dat we ons op een rad bevinden waarop alles zich keer op keer herhaalt in verschillende beelden. Wat we ogenschijnlijk creëren, vernietigen we, en wat we ogenschijnlijk vernietigen, creëren we opnieuw.

En ondanks wat we misschien geloven over vrije wil en keuze, zullen we inzien dat we gedroomde personages zijn in een goddelijk spel, die handelen en reageren vanuit geconditioneerde reflexen en overtuigingen. Onze hele droomwereld waarvan we denken dat die in ontwikkeling is, valt binnen de para-

meters van deze volmaakt harmonieuze en geheel neutrale staat die slechts dient om een andere mogelijkheid te weerkaatsen.

Wij zijn de dromers in deze droom, die geen enkel ander doel heeft dan dat wij eruit ontwaken.

In werkelijkheid worden we omringd door en omarmd in onvoorwaardelijke liefde, of we er nu op reageren of niet. Onze ervaring brengt in de loop van de tijd een volmaakt passende manifestatie tot stand, die in haar grootse gebeurtenissen en geringste nuances precies aansluit bij wat er specifiek en alleen in ons geval nodig is om opnieuw te ontwaken. De bron van het verborgen principe zijn wij zelf, en hij wordt brandend gehouden door ons verlangen thuis te komen.

En hoe veelbetekenend of onbetekenend we ook denken dat onze activiteiten zijn, hoe getalenteerd, kunstzinnig, nuttig, gewoon of vruchteloos we onze manifestatie

in de wereld misschien ook vinden, dit alles wordt alleen maar teweeggebracht door dat verborgen principe. Een geheel passende afspiegeling, die onophoudelijk de gelegenheid biedt alle verschijnselen te onderzoeken en te overstijgen en de bron van dit verschijnen terug te vinden.

De dood van lichaam en geest

De dood van lichaam en geest is slechts het einde van de illusie van een reis in de tijd.

De bewustwording van onvoorwaardelijke liefde is onmiddellijk. We worden omvat door onze oorspronkelijke aard, ongeacht alles wat er ogenschijnlijk is gebeurd.

Wanneer geest en lichaam worden losgelaten is er geen overgangsproces van voorbereiding of zuivering. Hoe kan dat ook? Wie was er? Alle ideeën van een persoonlijk 'leven na de dood' of reïncarnatie zijn niets

dan de geest die de illusie wil bewaren dat hij doorleeft.

Het verhaal is voorbij. De goddelijke roman is geschreven en er had, het oordeel van de geest ten spijt, geen woord anders kunnen zijn.

Het toneel lost op in het niets en de personages hebben het podium verlaten ... hun ogenschijnlijke bestaan begint en eindigt met de droom die opgevoerd is.

En toch is er niets gebeurd. Want we zijn al de zee, de golven, het donker en het licht, het niets en het alles.

Afleiding

Ik ben altijd gefascineerd en belaagd geweest door afleiding, en schilderde mij het beeld van de ervaring die ik liever niet onderging, zoals ik die liever wél had.

Wat ik me verbeeld wordt nooit echt werkelijkheid, maar steekt soms alleen even de kop op als een waterig aftreksel daarvan.

Mijn verbeelding is een rookgordijn dat voortkomt uit verlangen of frustratie, en biedt me een droomvakantie. Het is altijd veilig en voorspelbaar: vermaak met het bekende.

Als ik me niet laat afleiden en mijn gewaarzijn bijvoorbeeld verplaats naar mijn lichamelijke gewaarwordingen, ontdek ik dat daar een symfonie wordt gespeeld. Niet per se altijd zuiver, maar niettemin voortdurend veranderend en bewegend, komend en gaand. Er gebeurt hier of daar iets ... het lost op en er komt iets anders voor in de plaats. Er is heel weinig dat ik kan beheersen of manipuleren. Het is onmetelijk en onbekend, het is er, en dan weer niet.

Even onmogelijk is het, als ik loslaat en luister, voel, proef, ruik of zie, van te voren te weten welke kwaliteit die gewaarwordingen precies hebben. Ik zou kunnen zeggen dat ik van tevoren weet hoe het geluid van een zingende vogel klinkt, maar dat is slechts informatie op grond van herinnering. Het is niet levend, dynamisch en onbekend. Het geluid dat ik in werkelijkheid hoor, het geluid van wat is, zal niet hetzelfde zijn als mijn abstracte idee erover. Wanneer ik het geluid pas hoor, zal ik proberen het te pak-

ken en te benoemen om er macht over te hebben. Wanneer ik de controle loslaat, is er slechts de luisteraar en het geluid. Wanneer de luisteraar wordt losgelaten, is er slechts het geluid. Ik ben er niet meer – er is slechts de pure en bruisende energie van wat is. Er is niets nodig, alles is vervuld.

Juist binnen de alchemie van deze tijdloze aanwezigheid bevindt zich vrijheid.

Het leven wenkt me. Het fluistert, het roept me en ten slotte schreeuwt het tegen me. De schreeuw van crisis of ziekte is vaak wat me weer doet ontdekken wie ik werkelijk ben, want het is moeilijk om pijn abstract te maken.

Angst

Totdat ik herken wie ik werkelijk ben,
kan mijn leven grotendeels gedreven
worden door waar ik bang voor ben.

Het kan mijn angst zijn die mijn geloof in
een begin en een eind doet ontstaan.

Het is mijn angst mezelf te verliezen die
mijn drang tot overleven en door te gaan
kan doen voortduren en in stand houden,
en waar ik het meest naar verlang en het
ergst vrees is de afwezigheid van mijn zelf.

Omdat ik zwakte vrees, streef ik naar macht,
omdat ik bang ben voor intimiteit doe ik

mijn best afstandelijk te zijn, omdat ik ondergeschiktheid vrees, streef ik ernaar dominant te zijn, en als ik bang ben gewoon te zijn, probeer ik bijzonder te zijn.

De dingen waar ik bang voor kan zijn, zijn ontelbaar, want als de ene angst overwonnen is, kan ik er een andere voor in de plaats stellen.

Als er bewust gewaarzijn is, wordt angst duidelijk gezien als denkbeeldig ... een toekomstige angst die voortkomt uit de blauwdruk van de herinnering. Als het verhaal dat de angst teweegbrengt wordt losgelaten, ontdek ik dat het enige wat overblijft een lichamelijke gewaarwording is die rauw en levend is. Nu overweldigt hij me niet meer en neemt rustig zijn plaats in het bestaan in. Met fysieke of emotionele pijn gaat het net zo. Wanneer ik me die niet meer toe-eigen, bevrijd ik me van zijn knellende banden en zie ik hem eenvoudigweg zoals hij is.

Als ik ophoud lijden te benoemen als erg, en van mij, is het mogelijk het gewoon toe te laten als energie in een bepaalde vorm en dan kan het zijn eigen aroma krijgen, dat me intens tot aanwezigheid kan brengen.

De aard van lijden is dat het sterk tot me spreekt van een andere mogelijkheid. Door genot te verlangen en pijn te vermijden hak ik uitgerekend de wortel van die mogelijkheid door.

Schuld

Ik kan me alleen schuldig voelen als ik mezelf beoordeel volgens een geheel van overtuigingen die aangeleerd zijn of die ik voor mezelf gevormd heb. Mijn zelfgevormde overtuigingen kunnen slechts weer voortkomen uit mijn voorbije ervaringen in de tijd. Deze begrippen zijn verbonden aan het idee van een reis naar een doel, een weg van zuivering.

In aanwezigheid is er geen worden, geen gehechtheid aan een doel. Dan zie ik dat ik geen enkel niveau meer hoeft te bereiken of me op een bepaalde manier moet gedragen om eerzaam te worden.

Zolang ik mijn energie spendeer aan me schuldig voelen en proberen dat irreële gevoel te verzachten, blijf ik de mogelijkheid van bevrijding ontkennen. Er zit in het drama van zonde, of karma, een zekere fascinatie en genoeg ingebakken, waardoor onzichtbaar kan worden dat ik in feite vermijd opnieuw te ontdekken wat ik ben. Wat ik doe is investeren in een waanidee over goed of verkeerd, om zo te vermijden wat absoluut boven beide uitstijgt.

In aanwezigheid is er geen tekortkoming, omdat er geen geschiedenis is. In elke situatie voel ik me of afgescheiden of is er aanwezigheid. In afgescheidenheid voel ik me alleen staan wat er ook gebeurt. In aanwezigheid bestaat het zelf niet meer en is er slechts dat wat is. Elk van deze situaties is compleet. Elke gebeurtenis is zijn eigen beloning. Ze is er en dan is ze verdwenen. Er is verder geen schuld meer te betalen.

Zolang we ons voortdurend bedienen van de hardvochtige rechter om alles wat we doen of zijn te berekenen en te meten, zetten we onszelf vast in een bestaan van strijd, schuld en leed, alleen maar om een god zoet te houden die de projectie van onszelf is.

Er is alleen het weten of het niet-weten. Als ik niet kan begrijpen, kan ik niet zien, en duisternis is gewoon duisternis. Die is goed noch verkeerd.

De begrippen slecht of goed, erfzonde, karma of schuld van enigerlei aard zijn de producten van een onbewuste geest die opgesloten zit in tijd, en van het in stand houden en versterken van een gevoel van vader, moeder en ik.

Denken

Mijn denken maakt tijd en tijd maakt mijn denken. Binnen het tijdsdenken houd ik het valse gevoel van identiteit en afgescheidenheid in stand ... ik denk, dus ik blijf bestaan.

Mijn denken in tijd grijpt en verdeelt hoofdzakelijk, en levert voortdurend ideeën op van voortgang in de richting van bevrediging of rampspoed. Het verstoort, én spreekt van orde, het doet beloften, én spreekt van destructie.

Mijn tijdsdenken gaat heen en weer over een zee van herinneringen en projecties vanuit een plaats die ik 'mijzelf' noem.

Mijn geest houdt de onberispelijke balans tussen beperking en bevrijding, en zoekt tegelijkertijd naar levens in elk deel van het bestaan, in het geziene en het ongeziene, zoekend en verlangend, om slechts hem te ontdekken die zoekt.

Geen denken, hoe veel ook, zal me zeggen wat ik ben, maar inzicht kan me naar de oever van de rivier brengen.

Stilte wordt niet teweeggebracht door niet-denken. Stilte is absoluut voorbij de aanwezigheid of afwezigheid van het denken. Ik kan mijzelf niet stil maken, maar wanneer dat wat niet stil lijkt gezien wordt, dan komt dat zien voort uit stilte.

Creatief denken komt voort uit stilte.

Maar als ik voorbij het denken ga, waar ben ik en wie ben ik?

Relaties

Door mijn jeugdervaringen met ouders en anderen komen mijn overtuigingen en mijn patronen als het om relaties gaat tot stand, en deze patronen begeleiden en beïnvloeden nadien elke relatie, tot ik opnieuw ontdek wie ik ben.

In elk spel dat ik speel, worden degenen met wie ik een relatie aanga over het algemeen compagnons in dat spel en versterken en ondersteunen het. Als ik behoefte heb nodig te zijn, creëer ik de behoeftige. Als ik behoefte heb afgewezen te worden, dan zal ik afwijzing aantrekken. Er zijn zoveel variaties als

er mensen zijn. Maar patronen zijn slechts een bevestiging van mijn specifieke behoeften en overtuigingen, en weerspiegelen wat ik nog niet opnieuw ontdekt heb. Ze zijn volmaakt geschikt – slechts onderdeel van het verborgen principe van onvoorwaardelijke liefde dat me uitnodigt een andere mogelijkheid te zien.

Wat ik ervaar als relatie in mijn wereld van tijd en afgescheidenheid, lijkt een schakel tussen mij en een ander. Het kan een uitwisseling zijn van gevoelens, gebieden van belangstelling en enthousiasme, plezier en verdriet, gedachten en beschouwingen. Een deel dat communiceert met een ander deel. Ik verhoud me tot dat wat ik naar buiten uitstraal. Er is heel weinig sprake van versmelten in de volste zin van het woord. Het heeft iets van een communicatie tussen twee projecties, twee conditioneringen, twee patronen, of een overeenkomst om elkaar ego's te strelen.

Wanneer ik iemand voor het eerst ontmoet, zet mijn computer hem in een hokje waarin ik hem opgeborgen houd. Soms breid ik delen van het hokje hier en daar uit, of maak ik het groter of kleiner. Op deze manier blijf ik veilig en onderhoud ik meer een relatie met mijn ideeën over de persoon dan met wie hij echt is.

Wanneer ik me inspan te worden wat ik denk dat mijn oorzaak is, kan het zijn dat ik me vergelijk met anderen of hen zie als mijn rechters. Het is een soort subtiële competitie.

Ik kan de ander ook zien als iemand van wie ik denk dat hij mijn gemis kan aanvullen. Hij kan het beeld erkennen dat ik van mezelf naar buiten wil brengen, of hij kan mijn gevoel van eigenwaarde versterken. Hij kan me stimuleren en troosten met zijn aanwezigheid. Hij voorziet in een behoefte.

De manier waarop ik me tot anderen verhoud is een zeer krachtige reflectie van de meest fundamentele relatie van alle, en dat is die met mijzelf.

Wanneer ik opnieuw ontdekt heb wie ik ben, is er echter geen kwestie meer van relaties. In deze open en verwelkomende aanwezigheid is er geen noodzaak voor herinnering of herhaling, vergelijking of verwachting. Geen plaats voor het ene deel dat een ander deel ontmoet. Er is geen afstand tussen de twee en daarom hoeft er geen relatie te zijn.

Al onze energie smelt samen tot steeds iets nieuws, en de viering van eenvoudig dat wat is. Het is een uitwisseling van spontaan geven en ontvangen waardoor momenten waarop we weer tegenover elkaar staan verhelderd kunnen worden. Vaak is er stilte omdat er geen behoefte is de leegte te vullen die ooit als bedreigend werd gezien. Deze stiltes zijn vol van alleen maar samen zijn in een bestaan dat voortdurend danst.

Ik ben niet ...

... mijn levensgeschiedenis, de geest, het lichaam, gevoelens, ervaringen van pijn of genot, strijd, succes of mislukking. Ik ben niet eenzaamheid, stilte, frustratie of mededogen. Ik ben zelfs niet wat ik zie als mijn doel, het zoeken, het vinden, of iets dat een spirituele ervaring heet.

Wanneer ik niet weet wat ik ben, rechtvaardig ik deze ervaringen, neem ik er verantwoording voor en ken ik ze grote betekenis toe. Ik geloof dat ze iets betekenen dat, eenmaal begrepen, me antwoorden zal geven en formules zal verschaffen. Maar deze

ervaringen zijn slechts bewustzijn dat zich verbergt en openbaart om herkend te kunnen worden. Wanneer ik weet wat ik ben, ontdek ik dat ik niet het bestaan ben, ik ben de aanwezigheid die het bestaan mogelijk maakt. Of het bestaan bloeit op in die aanwezigheid, of het weerkaatst mijn gevoel van afgescheidenheid.

Ik ben ...

... de uiting van het goddelijke, precies zoals ik ben, hier en nu. Jij bent de uiting van het goddelijke, precies zoals jij bent, hier en nu. Het is de uiting van het goddelijke, precies zoals het is, hier en nu. Er hoeft niets, maar dan ook niets, aan toegevoegd of van afgetrokken te worden. Niets is deugdelijker of heiliger dan iets anders. Er hoeft aan geen voorwaarden te worden voldaan. Het oneindige zit niet ergens te wachten tot we het waard zijn.

Ik hoef niet de 'donkere nacht van de ziel' te ondergaan, of me over te geven, gezuiverd

te worden, te veranderen of het een of ander proces te doorlopen. Hoe kan het illusoire, afgescheiden zelf iets beoefenen om te laten zien dat het illusoir is?

Ik hoef niet ernstig, eerlijk, oneerlijk, moreel of immoreel, esthetisch of grof te zijn. Er zijn geen referentiepunten. De levensgeschiedenis die zich ogenschijnlijk heeft afgespeeld is op een unieke en nauwkeurige manier passend voor elke verlichting. Alles is precies zoals het moet zijn, op dit moment. Niet omdat het een mogelijkheid is voor iets beters, maar gewoon omdat alles wat is het goddelijke uitdrukt.

De uitnodiging om te ontdekken dat er niemand is die bevrijd hoeft te worden is er altijd. Je hoeft niet te wachten op momenten van transformatie, te zoeken naar de niet-doener, eeuwige gelukzaligheid, een egoloze staat, of een stille geest.

Ik hoef zelfs niet te wachten totdat genade neerdaalt. Want ik ben, jij bent. Het is al de eeuwige genade.

Gezien en ongezien

Dit is een boek dat verkondigt dat verlichting een plotseling, onmiddellijk en energetisch inzicht is dat voortdurend beschikbaar is. Het is het open geheim dat zich in elk deel van ons leven openbaart. Geen enkele inspanning, zuiveringsweg, methode of leer van welke aard ook kan je daar brengen. Want het open geheim heeft niets te maken met een inspanning om je levenswijze te veranderen. Het gaat om de hernieuwde ontdekking van wat het is dat leeft.

Geen enkel idee of ideeënstelsel kan tot uitdrukking brengen wat verlichting is. Pogin-

gen om door middel van woorden de herontdekking en het wonder van wat we zijn te delen is net zo zinloos als het schrijven van een recept voor plumpudding en dan verwachten dat iemand die het leest het kan proeven.

Het schijnt mij toe dat je door verbale communicatie altijd slechts kan overbrengen wat je begrijpt, en ik deel mijn begrip van wat ik het meest veelbetekenende en bevrijdende inzicht vind dat je maar kunt begrijpen.

Er wordt hier niets nieuws verteld. We hebben er allemaal een idee van, en er is op allerlei manieren en vanuit verschillende invloedsferen en achtergronden over geschreven en gesproken.

Sommige mensen met wie ik dit gedeeld heb, hebben het opgeborgen in een hokje met een etiket erop. Velen zijn het tegengekomen en zijn snel teruggeschuifeld naar wat ze denken te kunnen weten en doen.

Anderen hebben gezegd: 'Zo eenvoudig is het leven niet.' Ik moet zeggen dat eenvoudig een van de heerlijkste kwaliteiten was waarover ik bij deze openbaring verbaasd was, samen met het allesomvattende karakter ervan. Er zijn mensen die geloven dat 'verlichting tijd kost' of dat ze allerlei processen moeten doormaken of zich bepaalde overtuigingen moeten eigen maken alvorens 'een dergelijke benadering' te kunnen overwegen. Sommigen hebben geklaagd dat ze hebben geoefend in gewaarzijn en dat er 'niets is veranderd of beter is geworden'! Anderen wijzen het idee dat vrijheid op enige andere manier dan door inspanning, opoffering en discipline gerealiseerd kan worden met kracht af. En sommigen hebben het gehoord, en de sprong op hun eigen unieke manier genomen.

Maar van waar of wanneer ook maar dit inzicht wordt gecommuniceerd, het heeft niet te maken met het bereiken van een doel, met geloof, weg of methode. Het kan niet

onderwezen worden, maar wordt voortdurend doorgegeven. Omdat het ons erfrecht is, kan niemand er aanspraak op maken. Het hoeft niet betwist, bewezen of opgetuigd te worden, want het staat op zich, gewoon zoals het is, en kan alleen niet herkend en afgewezen, of gerealiseerd en geleefd worden.

Tony Parsons

Eerder verschenen bij uitgeverij Samsara

Adams, Robert – Stilte van het hart, deel 1
Adams, Robert – Stilte van het hart, deel 2
Adyashanti – Dansende leegte
Adyashanti – Ware meditatie
Adyashanti – Het einde van je wereld
Balsekar, Ramesh – Er was eens ...
Bancroft, Anne – Woorden van Boeddha
Beintema, Rita – Jnana yoga in de praktijk
Bongers, Sally – Alledaagse verlichting
Boogaard, Han van den / Wei Wu Wei
– Leven zonder tranen
Byrom, Thomas – Het hart van bewustzijn
Cohen – Bent u net zo gelukkig als uw hond?

Cohen, Alan – Wijsheid uit het hart
Crowley, Gary – Van hier naar hier
Delden, Jan van – Terug van nooit weg-
geweest
Delden, Jan van – Zelfrealisatie, is dit nu
alles?
Dych, William – Anthony de Mello, een
bloemlezing uit zijn werk
Foudraine, Jan – Metanoia
Foster, Jeff – Leven zonder middelpunt
Foster, Jeff – Een buitengewone afwezig-
heid
Gangaji – Vrijheid in overgave
Glassman, Bernie – Oneindige cirkel
Greven, John – Eén, de bestemming die je
nooit hebt verlaten
Hamill, Sam / Lao Tse – Tao Te Tsjing
Harding, Douglas – Open voor de bron
Harrison, Steven – Zoek geen antwoord
Harrison, Steven – Het gelukkige kind
Harrison, Steven – Eén-zijn in relaties
Hartong, Leo – Ontwaken in de droom
Heyboer, Anton – De filosofie van een oor-
spronkelijke geest

Heyboer, Anton – The philosophy of an
original mind
Hillig, Chuck – Verlichting voor beginners
Hillig, Chuck – Parels voor de ziel
Hyde, Unmani Liza - Ik ben het leven zelf
Inzicht, vingers wijzend naar de maan
Jourdain, Stephen / Farcet, Gilles – Zomaar
verlicht
Katz, Jerry – Non-Dualiteit
Keers, Wolter – Vrij zijn
Keers, Wolter – Jnana Yoga
Kicken, Patrick & Smit, Paul – Praten over
bewustzijn
Krishnamurti, U.G. – De denkbeeldige geest
Lake, Gina – Het mechanisme van verlangen
Lammers van Toorenborg, Wendy – Hoog-
begaafd, nou én?
Lammers van Toorenborg, Wendy – Werk-
boek Hoogbegaafd, nou én?
Liquorman, Wayne – Never mind
Lucille, Francis – Eeuwigheid NU!
McKenna, Jed – Spirituele verlichting? Ver-
geet het maar!

McKenna, Jed – Spiritueel Incorrecte Verlichting
McKenna, Jed – Spirituele Oorlogvoering
McKenna, Jed – Notities
Mello, Anthony de – Bewustzijn
Mello, Anthony de – De weg van stilte
Morinaga, Soko – Van leerling tot meester
Nisargadatta Maharaj – In woord en beeld
Norquist, S. – De waarheid over verlichting
Parsons, Tony – Zoals het is
Parsons, Tony – Niemand hier
Parsons, Tony – Niemand daar
Parsons, Tony – Alles en Niets
Parsons, Tony – Het open geheim
Raaijmakers, Annette – Volledig vrij
Ram Tzu – Wie zoekt zal niet vinden
Ramana Maharshi – In woord en beeld
Rossum, Jan van – Je bent niet wat je denkt
Schoonderwoerd, Simon – Een christen op satsang
Sengtsan – Oorspronkelijke Geest
ShantiMayi – Ons hart weet alles
Shapiro, Isaac – Het gebeurt vanzelf
Smit, Alexander – Kennendheid

Tathagata, Florian – Zijn
Tollifson, Joan – Ontwaken in het alle-
daagse
Vingerwijzingen – Artikelen uit tien jaar
InZicht
Watts, Alan – Word wat je bent
Wei Wu Wei – Onwerelds wijs
Whenary, Roy – De structuur van zijn
Zuijderhoudt, C.B. – Meester Eckhart ver-
sus advaita

Voor een overzicht van onze titels (met tekstfragmenten) kunt u ook kijken op onze website:

www.samsarabooks.com

Daar vindt u informatie over de boeken in voorbereiding, de agenda met informatie over lezingen van onze auteurs en kunt u zich opgeven voor onze nieuwsbrief of een catalogus aanvragen.

Samsara Uitgeverij bv
Herengracht 341
1016 AZ Amsterdam
Telefoon: 020 – 5550366
Fax: 020 – 5550388
E-mail: info@samsarabooks.com



Het open geheim is het eerste boek van Tony Parsons, oorspronkelijk uitgegeven in 1995. Hij vertelt daarin onder meer over de belangrijkste gebeurtenis in zijn leven, een wandeling in een park waarbij hij, als individu, ineens ophield te bestaan. Er was alleen maar eenheid met alles en iedereen, en die eenheid betekende vrijheid. Hij realiseerde zich dat die eenheid de essentie van het menselijke bestaan is, en dat de zoeker en het gezochte in wezen hetzelfde zijn.

Je hoeft nergens heen en je hoeft niet anders te worden of te veranderen om vrij te zijn. Juist het zoeken naar vrijheid brengt je steeds verder weg van die vrijheid. Vrijheid is niet door welke inspanning dan ook te bereiken. We hoeven niet te zoeken, we hoeven niet te veranderen, we hoeven alleen maar te zijn en te accepteren wat er is. Dat is vrijheid, dat is het open geheim.

ISBN 978-90-77228-65-4



samsara