



JAN VAN DELDEN

Vele wegen, één thuis

wat we wezenlijk zijn, dat delen we



Vele wegen, één thuis

Veel wegen, één thuis

wat we wezenlijk zijn, dat delen we

Jan van Delden

Samenstelling en redactie:

Lucy Auch



*Ik neem je af wat niet van jou is,
ik geef terug wat je toch al hebt.*

OSHO

© Lucy Auch/Jan van Delden 2013
© Deze uitgave Samsara Uitgeverij bv, 2013
Omslagontwerp: Erik Thé: www.erikthedesign.com
Lay-out: Studio 28, Hillegom

ISBN: 978-94-91411-08-3 / 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

Voorwoord	9
Inleiding	13
De schat ligt in je	18
Vele wegen, één thuis	21
Over Jan - Een anti-biografie	29
Niet waar	39
Door schijnbaar verschil heen kijken	43
Vol-ledig, maar radicaal	45
Nooit gebeurd	49
Jan en Ramana	53
Passeren	57
Ont-oorlogen in de praktijk	61
Ja, maar Jan...	65
Contact	71
Het absolute binnen	73

Veranderen van standpunt	81
Ommekeer	85
Genade	89
Suizen	91
De vogel bezingt je stilte	97
Doenerschap	103
Leerling/leraar	111
Het suizen verankeren	117
Slijmen met God	129
In de wereld, maar niet van de wereld	135
Ogenschijnlijke dubbelheid en eenheid	139
Liefde-zijn delen	143
De schat ligt in je	151
Dankwoord	155

Voorwoord

Toen ik samen met mijn man en jongste dochter op een warme middag in december 2004 een bijeenkomst bij Ramesh Balsekar thuis in Mumbay had bijgewoond, vroeg een Australische jongen of hij met ons in de taxi mee naar het centrum mocht rijden. Terwijl we langs de zwaar vervuilde zee reden, draaide de taxichauffeur het raampje dicht tegen de stank. ‘Voor jullie de eerste keer?’, vroeg de jongen. ‘Ik kom er nu voor de derde keer in vijf jaar, en hij zegt steeds hetzelfde.’ Die opmerking heeft meer impact op mij gehad dan ik toen kon vermoeden.

Thuis in Nederland treinde ik al een jaar of tien met regelmaat naar Amsterdam voor het bijwonen van satsangs van verschillende leraren. Langzaam maar zeker was het mij duidelijk geworden dat iedere leraar hetzelfde verhaal vertelde op zijn of haar eigen manier, steeds weer opnieuw. Soms stapte ik gefrustreerd de trein in, terug naar huis - gefrustreerd door de soms koude, kale boodschap zonder handvatten die me was voorgehouden. Was er dan niets wat ik kon doen? Nee, er viel niets te doen. Degenen die samen met mij naar zo’n satsang waren afgereisd, hadden daar geen problemen mee, maar ik bleef met een onbevredigend gevoel achter.

Toen ik in 2008 op YouTube naar een Byron Katie-filmpje keek, zag ik op die site ook Jan van Del-den genoemd worden. Toen ik een YouTube van hem zag, werd ik onmiddellijk geraakt. Binnen een kwartier zat ik op de fiets naar de esoterische boekhandel om zijn laatste boek, *Zelfrealisatie - Is dit nu alles?*, te kopen. Even later zat ik naar de daarbij horende dvd's te kijken. Voor mensen die mij goed kennen was dat nogal vreemd. Ik had vaak een vrij sceptische houding tegenover spirituele leraren, en ik was eigenlijk nooit echt warm gelopen voor een van hen, met uitzondering misschien van Francis Lucille, vele jaren eerder.

Uiteindelijk belde ik naar Frankrijk om te vragen of ik samen met mijn man naar een stilteweek kon komen die Jan op zijn landgoed organiseerde. Jan nam op en vroeg of ik iets te vragen had. Nou dat had ik wel: waar er een camping in de buurt was, want ik wilde niet tussen allerlei zwevers zitten! Dat is het begin van een verhaal waarvan ik de uitkomst toen niet had kunnen vermoeden - een uitkomst die vooral is bepaald door het niet aflatende geduld van Jan en mijn eigen grenzeloze honger naar inzicht en zelfkennis. Die maakten dat we ochtend na ochtend in gesprek bleven gedurende een periode van drie maanden (mei, juni en juli 2011). De gesprekken bestonden uit woorden die in Jans zeer eigen taal naar buiten kwamen. Ik nam alles op op I-pod. Vaak betrapte ik me erop dat ik alleen maar hoorde en niet luisterde. Juist op die momenten stelde Jan mij dan een vraag, en wist ik het antwoord niet. Ik dobberde mee op de woorden zonder de inhoud tot me door te laten dringen, behalve soms opeens, als zijn woorden me rechtstreeks raakten. Na elk gesprek ging ik de opnamen uitwerken en werd me langzaam duidelijk waar het die ochtend over was gegaan. Vaak zat ik hardop te lachen. Als ik de gesproken tekst vervolgens ging bewerken tot goed leesbaar Nederlands, was ik verbaasd over de inhoud. Was dat allemaal gezegd? Jan had vaak hetzelfde. Het resultaat van dat alles is dit boek, een berg letters waar je van kunt maken wat je wilt.

Voor wie zich, na dit boek te hebben gelezen, nog afvraagt waar ik nu zo door geraakt werd toen ik in 2008 Jans dvd zag: dat was zijn openheid, zijn grenzeloosheid. Eindelijk was er iemand die *alles* leek te durven zeggen en doen, terwijl hij tegelijkertijd toegaf dat hij verlegen en onhandig was. Iemand die je vriend wilde zijn, maar ongrijpbaar bleef; iemand die met je meebewoog en je zachtjes op het juiste moment voor het blok zette. Wie Jan nu eigenlijk is, doet er niets toe, want

Jan is uitgegumd. Hij is fascinerend door zijn niet-Jan-zijn. Hij is al dood terwijl hij nog leeft, maar zijn woorden zijn een schat die bewaard moet worden. Al is het alleen maar voor mij.

Lucy Auch
september 2012

Inleiding



‘Wees maar wat je als kind al was. Durf niets te zijn, en tegelijk toch midden in de droom. Ontspan. Zie dat alle mensen zoeken naar liefde, maar zie ook dat ze die niet kunnen vinden, en dat ze daardoor lijden. Jij kan ze genezen door ze te doorzien als niet waar; door te zien wat ze werkelijk zijn: de ene liefde.’

Hoe vaak op een dag voeren we niet dezelfde handeling uit? En zit er in die handeling eigenlijk wel een gedachte? In Nederland gebruiken we gemiddeld per persoon per jaar 160 plastic tasjes, alleen maar omdat we ‘ja’ blijven zeggen tegen de verkoopster. Volgens het Guinness Book of Records is *Yesterday* van The Beatles meer dan 1600 keer gecoverd. Iedereen kent het, het is vertrouwd, en je zingt het liedje in alle versies mee.

Van soaps kunnen we maar geen genoeg krijgen, juist vanwege hun vaste karakters en verhaallijnen. Een zich herhalende droom heeft veel meer kracht dan een droom die maar één keer

voorkomt. Als je zon en maan vaak genoeg hebt zien komen en gaan, weet je dat ze altijd weer op zullen komen als ze zijn ondergegaan. Het bekende Droste cacaoblikje laat steeds weer hetzelfde plaatje zien, maar neemt je wel steeds dieper mee dat plaatje in. De kracht van de herhaling gebruiken we al ons hele leven, en we blijven hem gebruiken, want alleen zo kunnen we ons iets eigen maken.

De spirituele leraren van deze tijd proberen de essentie van het ‘niet-twee’ zichtbaar te maken voor de zoekers die daar naar op zoek is. Waar ze naar proberen te verwijzen is dat er maar één ‘ding’ is. Daarom kunnen ze maar één ding vertellen. Ook Jan van Delden zegt steeds hetzelfde. Alle ‘leraren’ doen dat. Strikt genomen is er niet eens iemand die het vertelt; ook Jan niet, maar er komen wel ‘gevleugelde woorden’ uit zijn mond tevoorschijn.

Vele wegen, één thuis gaat over het Ene zonder tweede. Het bijzondere aan dit boek is dat het op een bepaalde manier grensverleggend is omdat het Ene niet alleen belicht wordt vanuit Jans visie, maar ook aan de hand van de gevleugelde woorden die door ogenschijnlijk andere stromingen zijn voortgebracht. Want het Ene kan in alles herkend worden. Dat is misschien wel het belangrijkste dat Jan mij geleerd heeft. Zijn woorden doorbraken voor mij het idee dat er grenzen zijn. Alles wat jij hebt, zegt hij vaak, heb ik ook, ‘al is het maar zo’n klein beetje.’ Alles wat je bij een ander ziet, kun je ook bij jezelf zien, anders kun je het niet herkennen. Grenzeloze herkenning van jezelf in de ander kan niet anders dan leiden tot herkenning van het Ene.

In dit boek gebruikt Jan termen en begrippen die velen al van hem kennen: ‘achterste stoel’, ‘sui-zen’, ‘sneller schieten’, en ‘kennen & het gekende’. Ook komen er weer namen uit de door hem zo geliefde Odyssee terug. ‘Niets nieuws onder de zon’, zul je misschien denken. Toch bevat dit boek een belangrijk nieuw element, want Jan plaatst de begrippen nu in een breder kader. Het uitgangspunt is steeds geweest om de verschillende ogenschijnlijke wegen die afgelegd kunnen worden op weg naar verlichting zichtbaar te maken. En hoewel er geen sprake is van wegen naar verlichting, is er toch een verhaal over die wegen. Dat verhaal kan overal vandaan komen, of het nu gebaseerd is op de Atmananda Upanishad, de Odyssee, een Cursus in Wonderen of zijn eigen leraar, Wolter Keers. Jan is hier heel duidelijk over: alles is mogelijk!

‘Het ego zoekt verschillen, en gaat begrippen vergelijken uit de Odyssee, de Atma Darshan, de Cursus in Wonderen enzovoorts, en gaat dan zitten stoken, want dat is de taak van het ego. De uitnodiging is om steeds door al die verschillen heen het Ene te zien; hiermee bezig te zijn zonder iets te willen bereiken; de Waarheid steeds weer tot je door te laten dringen.’

De kracht die de illusie van een bestaan als persoon in stand houdt, is heel groot, en heeft daarom een soort tegenkracht nodig. In de ogen van Jan is je aandacht steeds maar weer op het Kennen richten misschien wel de meest bruikbare tegenkracht die je kunt mobiliseren, in de wetenschap dat het ego je voortdurend probeert te verleiden om alleen maar naar het gekende te kijken. Dat gebeurt op de meest subtiele manieren, want alles binnen het gekende is verweven met straf en dood. In alles zit de dood opgesloten, want alles verandert voortdurend. Op het moment dat er een kind wordt geboren, wordt daarmee ook de angst om het te verliezen geboren. Rijd je te hard, dan krijg je straf in de vorm van een bekeuring. Steeds raken we weer verstrikt in onze angst voor straf, voor de dood, voor het leven. Maar als er een ‘beleidheid tot verandering van standpunt’ is, zoals de Cursus in Wonderen het noemt, kan er een zwaartepuntkanteling plaatsvinden, die kan worden verankerd door herhaling.

Hiermee bezig zijn, zonder je te richten op een doel, zonder iets te willen bereiken, is waar Jan je toe wil aanzetten. Want het enige dat je kunt ‘doen’ is de Waarheid steeds weer tot je door laten dringen door de aandacht te richten op het onpersoonlijke/God/Eerste Oorzaak. Alleen zo is het mogelijk tegenkracht te bieden aan de wereld van de dualiteit die je steeds weer in de tegenstellingen trekt. Zoals Odysseus zich vastbond aan de mast om de Sirenen te passeren, zo kun je de aandacht op het onpersoonlijke richten op elk moment dat je de wereld van de dualiteit ingetrokken wordt. Snel-ler schieten noemt Jan dat: zodra je een oordeel herkent of een tegenstelling ziet (waarin altijd een oordeel zit), haal je je aandacht er vanaf en richt je hem op het onpersoonlijke, keer na keer na keer. Jan nodigt ons uit om die tegenkracht te blijven inzetten en steeds weer tegengas te geven aan het gekende, en zo het vertrouwen in het Kennen groter te maken; om je van de kracht van de herhaling bewust te worden en de aandacht steeds maar weer op het Kennen te richten. Dat is ook wat de Atmanada Upanishad aangeeft: *‘Ook al heb je al eens werkelijk beseft dat Bewustzijn constant het geval is en dat jij zelf niets anders bent dan Dat, in de meeste gevallen is het zo dat er nog een geleidelijke inwerking nodig is van dit onmiddellijke Besef, net zolang tot het onomstotelijk is.’*

In dat licht blijft Jan onvermoeibaar verwijzen naar het Kennen zelf, naar het feit dat er alleen NU is en dat er geen doenerschap bestaat. Je aandacht op het Kennen gericht houden noemt hij 'slijmen met God':

'Dat betekent dus dat je steeds, wat er ook gebeurt, je aandacht op God (of de Eerste Oorzaak, de Achterste stoel) gericht houdt. Je houdt de aandacht gericht op de aandacht zelf. Slijmen met God is eigenlijk op een vriendelijke manier naar het Kennen zelf kijken, zodat je niet meer bang hoeft te zijn en je niet meer schuldig hoeft te voelen. Dat is wat de Cursus in Wonderen 'de verzoening' noemt. De stilte draagt de geluiden die komen en gaan, zoals alle ervaringen komen en gaan. De aandacht bij de aandacht houden helpt om problemen te omzeilen, om het onveranderlijke vast te houden en ervaringen niet echt meer serieus te nemen, ook al blijven ze zich ogenschijnlijk voordoen.'

Wat hierdoor langzaam ophoudt, is het gevoel van afgescheidenheid. Ook al gaat het dagelijks leven gewoon door, iets in dat leven verandert volkomen. Je leeft niet meer vanuit de persoon die je dacht te zijn. Het Kennen wordt moeiteloos herkend als je Zelf, in elke situatie.

In de teksten van Jan wordt de essentie van non-dualiteit voortdurend belicht, maar onvermijdelijk vecht de dualiteit weer terug in de taal. Het moge duidelijk zijn dat de tekeningen van Jan die in het boek staan niet bedoeld zijn als kunstzinnige hoogstandjes, maar daar waar de taal in gesprek tegenwerkte, juist als ondersteuning zijn gebruikt. Taal misleidt, want woorden die naar zelfstandigheden verwijzen, kunnen niet naar de essentie verwijzen. Een naam plakken op 'iets' wat van moment tot moment een andere vorm heeft, is in feite onmogelijk. Je zou het dichtst bij de werkelijkheid komen als je geen zelfstandig naamwoorden zou gebruiken maar slechts werkwoorden, of, zoals Jan voorstelt, door overal 'zijn' achter te zetten:

'Het liefst zou ik overal 'zijn' achter zetten, omdat al die woorden verwijzen naar wat we zijn: 'bewust-zijn', maar ook 'stilte-zijn', 'kennen-zijn', 'hier en nu-zijn', en 'aandacht-zijn'. Het is voor mij onleesbaar als het er niet staat. Ons Zijn is wat het is, de rest geeft niets anders dan verschillende kenmerken van ons Zijn weer.'

Dit is een belangrijke aanvulling die je in gedachten kunt houden bij het lezen van dit boek. Er is, om de tekst goed leesbaar te houden, voor gekozen om de wens van Jan niet overal con-

sequent door te voeren. De herhaling die in Jans woorden zit ingebouwd is echter wel bewust in de tekst verwerkt, omdat die zijn woorden extra kracht geeft. Al die woorden, in eindeloze varianten herhaald, vertellen uiteindelijk één ding: Liefde, kleurloos geluk, is wat je bent en wat gedeeld wordt.

Lucy Auch

De schat ligt in je



- A: Wordt het een roman met een happy end?
- B: Ja, Jan gaat niet dood, Jan blijft leven.
- Jan: Nee, niet Jan..... je hebt helemaal niet opgelet jij!
- B: Leg het dan eens goed uit, ik snap er niets meer van.
- A: Niet de kleine Jan, maar de grote JAN.
- Jan: Ik heb helemaal geen grote JAN, ik heb alleen maar 108 kleine jantjes...
- B: ... en een naamloos geval.
- Jan: Ja, een hersenloos, naamloos kwalletje. Hoe noem je nou iets wat helemaal niks is?
- A: Het eeuwige niets.
- Jan: Nee, het is niet het eeuwige niets, want het *heeft* wel wat, het heeft mij!
- A: Maar ieder ander toch ook?
- Jan: Ja, dat bedoel ik: er zijn geen anderen. Je hebt niet de ander, je hebt de mij in jou, en ik de jou in mij. Dus is ons eeuwige Zijn ons heel-zijn delen.

Vele wegen, één thuis

*Noch de grote leermeesters, noch de vedantische geschriften beweren dat
één bepaalde benadering de absolute waarheid belichaamt.
Ze zeggen juist dat er verschillende wegen zijn die naar hetzelfde doel leiden –
het vinden van de Werkelijkheid.*

Atmananda

Om je bewust te kunnen worden van je werkelijke Zelf, is het uiterst belangrijk om te leren je aandacht te verplaatsen naar de aandacht zelf. Om de aandacht op de aandacht te leggen maak ik gebruik van een hulpmiddel dat ik 'suizen' noem. Bij suizen, wat je ook het fluisteren van Shiva of de stem van God kunt noemen, komt vanzelf de intimiteit van het stille, kleurloze geluk op. De aandacht ligt dan steeds op ons onveranderlijke Zelf. In eerste instantie lijkt er bij suizen sprake van 'doen', maar uiteindelijk wordt duidelijk dat juist de doener verdwijnt in het suizen. Je zou kunnen zeggen dat het aanvankelijk niet meer dan een hulpmiddel lijkt te zijn, maar dat het op zeker moment juist het uiteindelijke doel blijkt te zijn, omdat het je de veiligheid van het al thuis zijn doet ervaren.

Suizen kan omschreven en onderbouwd worden aan de hand van termen uit allerlei geschriften. Het maakt niet uit welke dat zijn. Het gaat om de Waarheid, het Ene dat gelijk is in alle wegen. Je kunt het bijvoorbeeld vinden in de Odyssee en de Cursus in Wonderen, bij Atmananda, Wolter Keers, Byron Katie en Douglas Harding. Je kunt alles gebruiken wat je wilt om de Waarheid belicht te krijgen.

Zelf gebruik ik meestal drie bronnen om het te delen. In die boeken staat alles, ze zijn helemaal rond. Het gaat om wat ze delen met elkaar, het verwijzen naar het Ene dat we delen met elkaar.

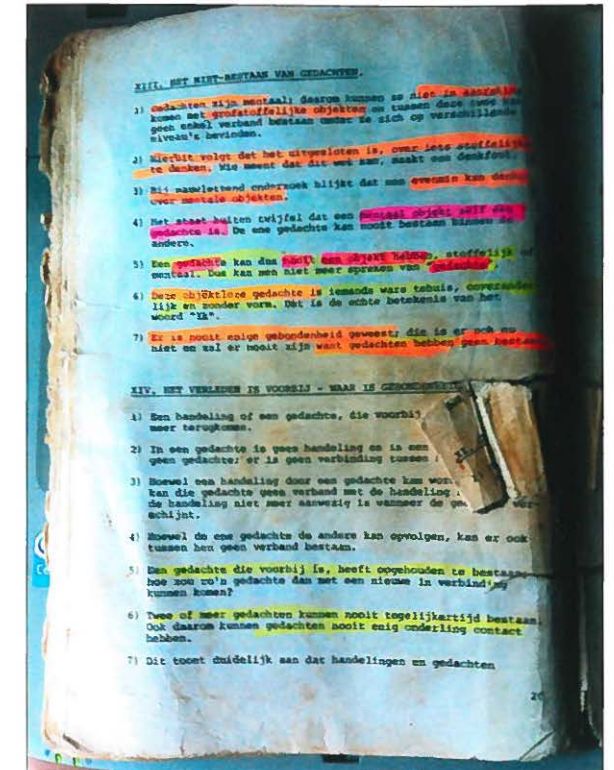
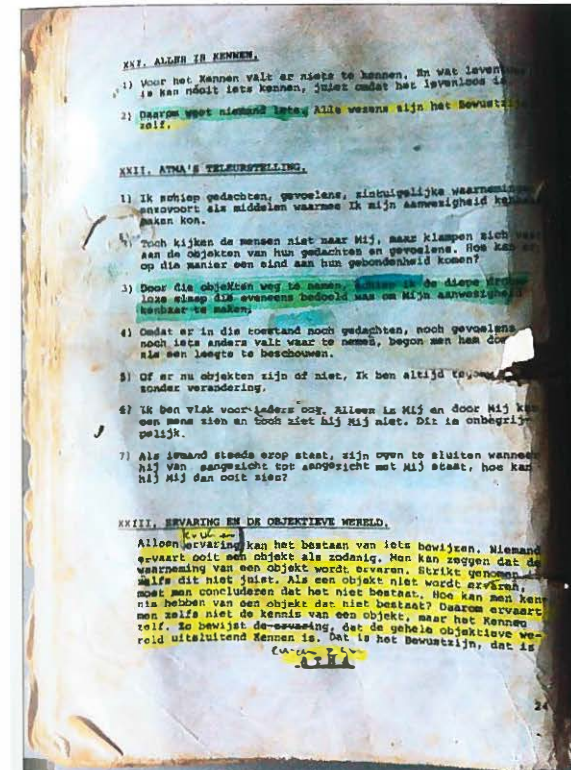
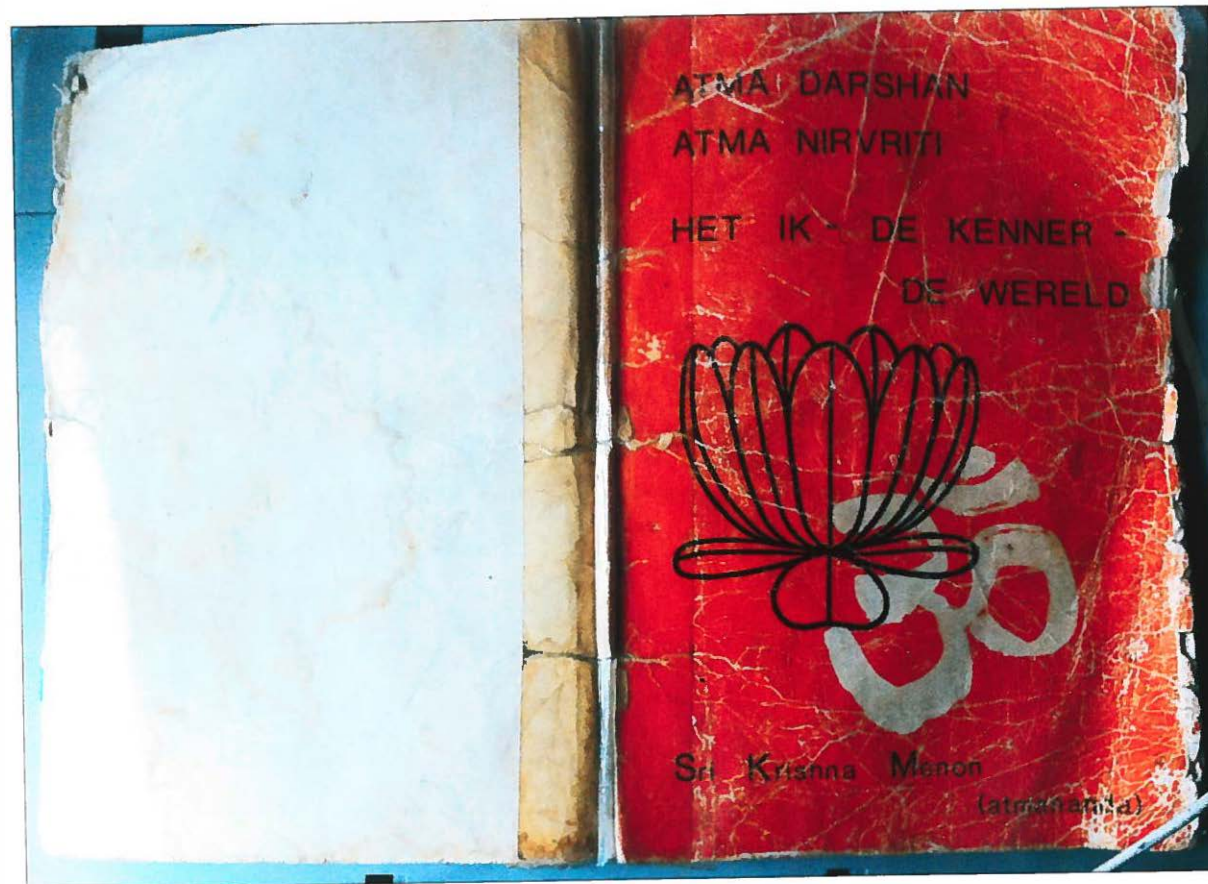


Dat is belangrijk, want het hoofd *verdeelt*, denken is verdelen. Het ego wil altijd de nadruk op de verschillen leggen, op de vorm, om zichzelf te handhaven. Daar moet je leren niet in te trappen. Het gaat niet om de vorm, om de verschillen. Het gaat om de verbinding, het Ene in onszelf hervinden wat we werkelijk zijn en wat we al delen. De vorm is flinterdun en kent geen permanent bestaan. Zelfs in de verhalen die verwijzen naar de Waarheid dringt de dualiteit zich op, dat kan niet anders. De uitnodiging is om daar doorheen te leren kijken. Je kunt de verhalen nooit helemaal tot overeenstemming brengen, want verhaal is vorm, dus dualiteit. Het gaat niet om het verhaal zelf, maar om de richtingwijzers die verweven zijn in het verhaal. Waar die naar verwijzen is datgene wat we delen. Door daar de aandacht op te leggen, wordt de Liefde die alles draagt weer voelbaar. Het is de dualiteit binnen ons, het ego, die zegt dat het ene beter is dan het andere. Maar als de Liefde voelbaar wordt, weten we dat het Ene dat we delen noch goed en slecht, noch afgescheidenheid kent.

De eerste bron van waaruit ik naar het Ene heb leren kijken, is voor mij altijd de Odyssee. Odysseus legt ogenschijnlijk een lange, moeilijke weg af. Hij moet eerst gaan herkennen dat hij degene is die de dualiteitsdroom is gaan dromen, voordat hij op weg naar huis kan. De weg van Odysseus komt overeen met de weg die ik zelf ogenschijnlijk ben gegaan. Iemand zoals ik komt er heel langzaam achter hoe het werkelijk in elkaar zit. De hulp die je dan vervolgens aan mensen kunt geven, is dat jij weet dat al de ellende die zij meemaken niet waar is, en dat ze zich dus niet ongerust hoeven te maken en kunnen leren kijken naar herkenningspunten. De weg van Odysseus kent natuurlijk allerlei gradaties. Gelukkig hoeft niet iedereen die lange weg te gaan.

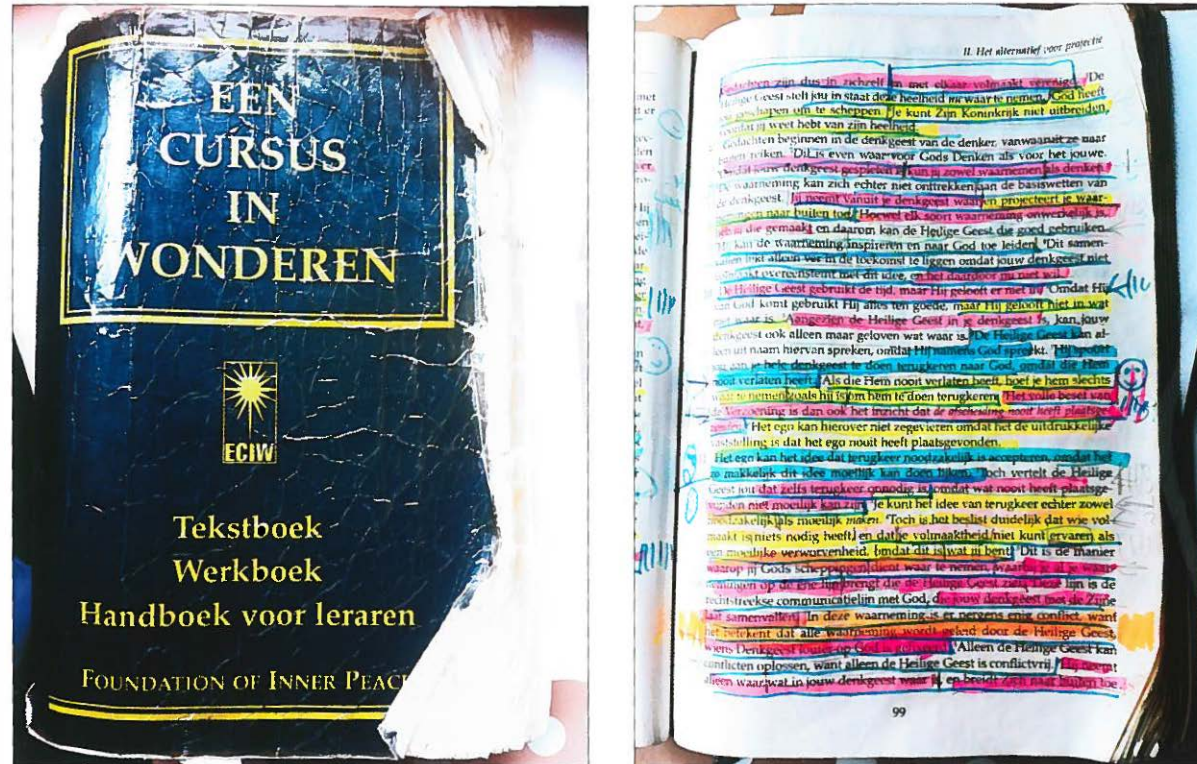


De tweede bron is het werk van Atmananda Krishna Menon, dat bestaat uit twee delen: de Atma Darshan en de Atma Nirvriti. Er zijn maar weinig mensen die dit werk lezen en blijven lezen tot dat ze daarin groeien, maar alles staat er in. In eerste instantie zie je dat misschien niet direct, omdat het bijna geen handreikingen aan de lezer bevat. De weg die in dat boek gewezen wordt, komt nog het meest overeen met de weg van Nestor in de Odyssee. Nestor heeft de kans gekregen om in één keer te zien dat er alleen Ervaren is, dat denken objectloos is en dat er dus geen afgescheidenheid bestaat. Hij gaat in geen enkele gedachte meer mee. Als er al een gedachte opkomt, wordt die meteen gepasseerd, d.w.z. doorzien als niet waar. Om het te doorzien hoeft hij niets te *doen*.



In de derde bron, een Cursus in Wonderen, wordt er vanuit gegaan dat je de kracht waarmee je dit droomt ook kan gebruiken om de droom weer 'uit' te gaan. Daarnaast staat het boek vol met oefeningen waarmee je jezelf van het 'ego-denken' kunt 'ontdoen' door het te corrigeren met behulp van 'Godsgericht denken.' Je 'geneest' eerst de manier waarop je naar de gekende kant kijkt, naar wat wordt waargenomen dus, en dan ga je pas kijken naar datgene wat dat geheel van ervaringen volgt. Vervolgens kun je al het gekende loslaten omdat je ziet dat het niet echt is, maar een droom. De Cursus laat je dat, als je op die uitnodiging ingaat, zelf allemaal ontdekken. Je hoeft niets te geloven, je hoeft alleen dat correctiewerk te doen. Verder is alles open. De Cursus in Wonderen heeft de meeste overeenkomsten met de weg van Menelaos in de Odyssee. Menelaos moet nog wat doen om weer thuis te komen, omdat hij denkt dat hij degene is die handelt. Als hij die overtuiging los

kan laten, gaat hij rechtstreeks 'naar huis': 'Ik ben al in God, ik ben er niet buiten, het dromen is niet waar, het is niet waar.' Daardoor begrijpt hij dat hij zelf het Ene zonder tweede is; dat hij al op 'de achterste stoel' zit, zoals ik dat noem, maar dat hij droomt dat hij daarnaar terug moet.



In al die bronnen wordt benadrukt hoe belangrijk het is om je aandacht niet langer te richten op de ogenschijnlijke verdeeldheid van het bestaan, maar op het Ene, het onverdeelde. 'Ga suizen!', is de boodschap. Vind de plek in jezelf waar alleen het ervaren-zijn zelf overblijft, de 'toestand' die er was voor het dromen-maken begon. Dan kun je zonder moeite alle ego-gedachten passeren die je een ander verhaal proberen te vertellen. Dat is wat Jezus bedoelt als hij zegt: 'Geef aan Ceasar wat van Ceasar is, en geef aan mij wat van mij is', en wat Ramana Maharshi bedoelt als hij zegt: 'Kom uit de pijn.'

Waar het om gaat, is te zien dat we niets snappen. Dat hoeft ook niet, want in de spil van het wiel van het bestaan valt er niets te snappen. Je kunt het alleen maar *zijn*. Dat is 'niets doen': de spil vasthouden en de rand loslaten. De rand loslaten *is* de spil vasthouden. Het is de realisatie dat je het al bent. Je kan maar één ding tegelijk vasthouden. Maar als je de rand één seconde los kunt laten, kun je dat altijd. En dat is leren suizen. Als je de spil één seconde kunt beetpakken, kun je hem eeuwig vasthouden. Dat is de uitnodiging.



De spil zien mensen vaak als een soort hindernis die hen naar de rand dwingt. Ze zien niet dat zij het zelf zijn die de rand creëren. Vanuit de spil, de innerlijke stilteplek waar je altijd bent, neem je alles waar: het geluid van een vogeltje, de zitting van je stoel, de bomen in de verte, de kriebel in je neus. Als je dat beseft, zie je ook dat je dat waarnemen zelf bent, en niets anders dan dat. En dan ben je ‘breed’, zo breed als het waarnemen zelf. Als er in dat waarnemen een gedachte opkomt, laat je die komen en gaan en blijf je breed. Meer gebeurt er niet, meer gebeurt er nooit. Er is geen doener binnen ons Zijn.

*Als de aandacht gericht wordt op het bewustzijn, dat de waarnemer is,
kan de aandacht onmogelijk tegelijkertijd gericht worden op het waargenomene.*

Het waargenomene is dan niet aanwezig in dit bewustzijn.

Datgene waarin gedachten zich oplossen is dus Bewustzijn zonder enige functie of activiteit.

Atmananda

*Waarheid is afwezigheid van illusie; illusie de afwezigheid van waarheid.
Ze kunnen niet beide samen voorkomen, noch waargenomen worden op dezelfde plaats.
Jezelf aan beide wijden is je een doel stellen dat voor eeuwig onmogelijk te bereiken valt.*

Een Cursus in Wonderen

Over Jan – een anti-biografie

Op mijn veertiende ben ik van school gegaan omdat mijn vader er met een andere vrouw vandoor was en ik voor mijn moeder en broertje wilde zorgen. Daardoor werd het verkrijgen van kennis iets heel belangrijks voor me. Ik wilde graag in contact komen met mensen die kennis hadden. Ik merkte dat ik, als ik een ingang had, best kon meepraten, maar ik miste toch de kennis om dat te doen op de manier die ik wilde. En omdat ik dyslectisch ben, kon ik woorden ook niet goed uitspreken. Ik kon ze niet goed leren, ik moest het van andere dingen hebben, van listen, net als Odysseus.

Gelukkig word je altijd geholpen, maar dat had ik toen nog niet herkend. Een van de belangrijkste momenten waarvan ik later heb gezien dat het genade in werking was, was iets ogenschijnlijk kleins dat niets met spiritualiteit te maken had. Ik was uiteindelijk met behulp van list en bedrog op de Sociale Academie terecht gekomen. Daar kwam ik vanwege mijn ideeën over goed en slecht in conflict met allerlei mensen. Dat gebeurde op school, maar ook op mijn werk en in mijn privéleven. Een decaan leerde mij ‘slijmen’ om uit de conflicten te blijven. Van jongs af aan wist ik al wel dat mensen eerder en liever een leugen geloven dan de waarheid. Mijn sterk ontwikkelde

rechtvaardigheidsgevoel zorgde ervoor dat ik hier innerlijk steeds door in conflict raakte. Die decaan leerde me echter dat het vaak beter werkt om mensen gelijk te geven, ook al hebben ze het niet. Maar ik bleef nog wel zo naïef om te denken dat het alleen maar onwetendheid was waardoor iemand zich slecht gedroeg. Dat is weliswaar ook zo, maar ik moest nog doorkrijgen dat er in deze droom echt mensen lijken te zijn die je willen helpen, maar ook mensen die je bewust nadeel willen berokkenen.

Op school waren er bijvoorbeeld een paar mensen 'tegen me'. Als ik iets uitlegde, zeiden ze expres: 'Ik heb het niet begrepen, Jan, leg het nog eens uit'. Ik had niet door dat ze me gewoon zaten te stangen, en dan legde ik het nog eens uit. Dan zeiden ze: 'Ik heb het nog steeds niet begrepen', dus probeerde ik het nog beter uit te leggen. Maar ze bleven maar zeggen: 'Ik snap er nog steeds niks van', en ik bleef het maar proberen duidelijk te krijgen. Tot een klasgenoot tegen me zei: 'Jan, je moet vragen: *wat precies* heb je dan niet begrepen?' Toen ik die truc doorhad, was het ook in mijn werk en mijn privéleven gelijk over, was het aan alle kanten over. Het werd me duidelijk dat ik iets ontdekt had wat een enorme verandering in mijn leven teweeg zou kunnen brengen.

Ik leerde in die tijd dus twee belangrijke dingen. Het eerste was dat ik niet altijd de waarheid hoefde te vertellen. Ik leerde een trucje, een houding die me buiten het eeuwige aanvallen en verdedigen hield en me leerde om de valkuilen in de wereld der tegenstellingen te omzeilen. Het tweede was dat ik steeds meer mocht herkennen dat ik altijd geholpen werd zonder dat ik daar om vroeg of het zelfs maar doorhad. Later zag ik, terugkijkend op mijn leven, dat dit altijd al zo geweest was.



Vóór mijn academietijd had ik een periode waarin ik alleen maar werkte, at, rookte en dronk. Lichamelijk werd ik langzaam maar zeker een wrak. In die tijd ging ik met mijn toenmalige vriendin naar Frankrijk op vakantie terwijl ik erg ziek was. Toen we op een dag een grot gingen bezoeken, begon het heel hard te regenen. We renden terug naar de auto toen een priester ons wenkte om in een kapelletje te komen schuilen. Die priester vertelde, terwijl hij door het natte T-shirt van mijn vriendin heen naar haar borsten keek, dat er in dat kapelletje bijzondere krachten werkzaam waren die mensen konden genezen. Cynisch en boos over de hypocrisie binnen de Kerk riep ik toen: 'Nou, genees mij dan ook maar, klootzak!'. Het vreemde was dat het toen rond mijn lever begon te tintelen, en dat hield dagen aan. Tegelijkertijd kwam er een stem in mij op die ik nog nooit gehoord had. Die zei dat ik yoga moest gaan doen, terwijl ik dat altijd flauwekul had gevonden. Op de terugreis naar Nederland ging ik me steeds beter voelen. Hoe moeilijk ik ook kon begrijpen wat er eigenlijk gebeurd was, ik werd in de tijd daarna wel veel gezonder. Daardoor ging ik ook in op de raad die die vreemde stem in mij me gegeven had. Ik ging in het telefoonboek zoeken onder het kopje 'Yoga'. Er bleken twee yogaleraren in Den Haag



te wonen, en bij de tweede kon ik zowaar gelijk beginnen. Ik kon toen nog niet zien dat ik ook in dit geval weer geholpen werd om mijn weg te vinden. Die hulp kwam 'zomaar' uit de lucht vallen, zonder dat ik daar als Jan enige moeite voor had hoeven doen. Ik had altijd gedacht dat goed het kon winnen van kwaad. Ik had niet door dat de dualiteit uit twee kanten bestaat die elkaar altijd zullen bevechten. Goed wint niet van kwaad, en kwaad wint niet van goed. Je kunt ze niet één maken. Ik was altijd bezig geweest de tegenstellingen binnen de dualiteit glad te strijken. Zo probeerde ik vrede en geluk te vinden. Ik had er toen nog geen idee van dat de dualiteit een nooduitgang bevat, en dat voorbij de dualiteit alles al één is.

Bij mijn yogaleraar, Hans Meijer, diende die ontsnappingsweg uit de dualiteit zich aan. Hij hielp me om via de verschillende yogawegen een manier te vinden om met het afschuwelijke drama van de wereld en de problemen die ik niet kon oplossen om te gaan. Bij hem maakte ik kennis met de voor mij onbekende wereld van de Upanishads, Ramana Maharshi en de Bhagavad Gita. Ik stortte me in de alternatieve levenswijze die ik altijd had verfoeid. Ook las ik de boeken van Carlos Castaneda, ik liet mijn haar groeien, gaf het roken en drinken op, werd vegetariër, hing een kralenketting om en mediteerde me een ongeluk. Ik begreep niets van de tekst 'Shiva danst stilstaand met zichzelf', maar ik had wel het gevoel: als ik dat snap, dan ben ik er. En dat is uitgekomen. Ik weet nu uit eigen ervaren dat 'datgene wat je in wezen bent' eeuwig stilstaat, en dat daaromheen alles danst wat komt en gaat en dus vergankelijk is.

Omdat ik een volledig nieuwe weg was ingeslagen, vielen er voortdurend dingen uit mijn oude leven weg. Ik raakte vrienden kwijt, mijn relaties liepen stuk. Net als ieder mens stierf ik duizend doden. Ook de ideeën waar ik aan vastzat vielen uit elkaar, zoals het idee dat ik mensen kon helpen, en dat goeddoen loont - allemaal illusies die gekraakt werden. Langzaam maar zeker zag ik geen mogelijkheid meer om voor mezelf geluk te verkrijgen uit de dingen van de wereld, zoals seks, macht en geld. Ik zag dat daar voor mij niets te halen viel omdat al die dingen tijdelijk van aard zijn en ze me daardoor geen blijvend geluk konden schenken. En blijvend geluk was wat ik zocht.

Ook al scoorde ik niet in de wereld van de meeste mensen, toch voelde ik wel dat ik een zekere sociale slimheid bezat en dat ik flexibeler was dan mijn vrienden, die vastzaten aan de wetten en regels van de wereld der tegenstellingen, de wereld van waar en niet waar. Toen ik in de bouw werkte, zag ik dat ze je vooral geloofden als je goed kon liegen, en dat je een klap kreeg als je de waarheid zei. Ik dacht: wat zit de wereld toch wonderlijk in elkaar! Ik zag ook dat mensen die ik graag mocht hun grenzen hadden: ho, tot hier en niet verder. Dat waren hoge muren waar je niet overheen kon. Als iemand niet over de dood wilde praten, ging het gewoon nier. Mensen hadden beelden van zichzelf en kwamen daar niet doorheen. Ik was me amper bewust van mijn zelfbeeld, en was door mijn dyslexie van jongs af aan gewend de domste van de klas te zijn.

Toch wilde ik nog wel andere mensen helpen. Ik dacht: als ik nou maar mijn best doe om te laten zien dat het anders kan, dat het niet erg is om af te gaan, om je standpunt of wat dan ook te laten vallen, om je als dom voor te doen als dat beter werkte dan te laten zien dat je iets weet, misschien kunnen anderen dat dan ook leren. Maar ik moest nog gaan inzien dat je mensen in dat opzicht niet kunt helpen als ze daar niet om vragen. Tegelijkertijd was ik bang om dezelfde neigingen en zwakheden te ontwikkelen die ik bij anderen zag. Eigenlijk was ik doodsbang voor mijn eigen slechtheid. Ik vond het niet leuk om geluk te verkrijgen door misbruik te maken van andere mensen. Maar ik zag dingen in me verschijnen die me steeds duidelijker maakten dat



ik die 'slechte' eigenschappen wel degelijk zelf ook had. Ik was me nog niet bewust van mijn vele blinde vlekken. Die werden pas in de loop der tijd zichtbaar voor me, en konden toen pas worden gepasseerd.

Toen kwam ik bij toeval bij Wolter Keers, mijn tweede mentor, terecht. Op dat moment was ik op. Eigenlijk had ik mijn eigen leven al opgegeven. Ik had zo mijn best gedaan in de wereld, maar dat had uiteindelijk noch mij, noch anderen gelukkig gemaakt. Ik zat in een soort nachtmerrie waar ik niet uit kon. Ik had last van maagzweren, en mijn eeuwige doodsangst kwam tot een hoogtepunt in hyperventilatie- en angstaanvallen waarbij ik flauwviel. Ik was letterlijk en figuurlijk stervende. En in die climax heb ik het geluk gehad dat ik Wolter mocht vinden. Het probleem was niet direct opgelost, maar ik kwam bij hem wel in een veilige haven terecht.

Toen ik de eerste keer bij een lezing van Wolter kwam, verbaasde het me dat deze 'wegwijzer van de waarheid' een in mijn ogen oude, gammele man was die ook nog zat te roken en te borrelen en platte moppen zat te vertellen. Maar toen hij ging praten over ons ene Zelf verdwenen mijn vooroordelen snel. Ik vroeg hem: 'Hoe komt het dat ik niet weet wat liefde is?' Hij antwoordde: 'Omdat liefde het enige is dat je niet kunt zoeken. Dat *ben* je.' Dat raakte me heel diep. Hij creëerde als het ware een ongedefinieerde ruimte in me. Later zei hij een keer dat de meeste mensen denken dat ze omhoog moeten vliegen, steeds hoger en hoger, terwijl het niet gaat om de vrijheid van de vogel, maar de vrijheid van de lucht. Ook dat bracht een zekere lichtheid in me teweeg.

Langzaam maar zeker brak Wolter mijn drang om iets of iemand te willen zijn, iemand die mensen moest helpen gelukkig te zijn. Ik ben vergeten waarom, maar ik heb een keer een enorme huilbui bij Wolter gehad. Dat was een soort doorbraak, het begin van de definitieve overgave die me hielp om uit de greep van de dualiteit te komen en echt voor thuis-zijn te kiezen. Daardoor konden er allerlei dingen gebeuren. Tijdens het op tafel zetten van de aardappelen bij een etentje in klein gezelschap bij Wolter thuis, realiseerde ik me plotseling iets heel belangrijks. Ik dacht: 'Ik ben niks, en als ik niks ben en de drie toestanden van waken, dromen en slapen niet bestaan, heb ik nergens wat mee te maken en hoef ik niets te doen om te Zijn'. Op dat moment tipte Wolter een brandende sigaret tegen mijn hand. Hij zag dat er iets bij me gebeurd was en wilde dat delen

en verankeren. Maar hij kon er op dat moment niet over praten omdat er mensen in het gezelschap aanwezig waren die het niet zouden begrijpen. Had hij niet gedaan wat hij deed, dan was dat inzicht mogelijk zo weer vervluchtigd en had ik niet geweten dat hij herkend en dus gedeeld had wat er met me was gebeurd.

In het laatste jaar van het HBO kende ik Wolter al een paar jaar. Toen ik eindelijk mijn diploma haalde, viel het 'iets willen worden' van me af. Ik zakte in mijn natuurlijke staat van zijn. Direct daarna ging ik Wolter opzoeken op zijn vakantieadres in Frankrijk. Toen ik daar aankwam stond hij me met een fles champagne op te wachten, en wist hij op de een of andere manier wat er met me was gebeurd. Hij zei: 'Je bent er. Blijf daar'. De sirene van de kennis was gepasseerd. Blijkbaar moest ik eerst iets worden in de wereld om het vervolgens te kunnen laten vallen. Daarom zeg ik altijd tegen mensen dat ze eerst in de wereld moeten doen wat ze denken te moeten doen, want je kunt die wereld meestal niet zomaar passeren.



Ik denk dat de dictatuur van het ego-denken bij Wolter op een zijspoor is geraakt. Voordien had ik geprobeerd alles met het ego-denken op te lossen. Toch was het niet zomaar ineens voorbij. In de Odyssee is Odysseus weliswaar uitgekeken op het oorlogvoeren, maar hij is nog wel strijdbaar omdat hij zich nog steeds een 'doener' waant, de drijvende kracht achter al zijn pogingen om thuis te komen. Dat had ik ook. In die tijd nam Wolter me een keer mee naar een vriend die 'het' ook gezien zou hebben. Ze zaten in mijn beleving ongelooflijk dom te kletsen, terwijl ik juist gefixeerd was op het Absolute. Ik ergerde me aan het geklets, want ik had verwacht dat er een bijzonder gesprek tussen twee verlichten zou plaatsvinden. Die ergernis zat in me te sudderen, totdat die vriend opeens tegen mij zei: 'Als je nu zeker weet dat je Jan niet bent, waarom erger je je dan nog zo?' Toen zag ik

ineens dat ik Jantje helemaal niet hoefde te volgen. Ik zag voor het eerst wat er met 'passeren' werd bedoeld. Je ziet de e-mail wel, maar je maakt hem niet open.

Dat was niet het eind van het verhaal, maar juist het begin. Er moesten nog heel wat jantjes gepasseerd worden in elke denkbare situatie. Uiteindelijk heeft het ego-denken pas zo'n vijftien jaar na het inzicht de genadeklap gekregen. Het verliest niet in één klap zijn ijzeren greep op je, het maalt gewoon door. De aard van het beestje blijft er in zitten. Nog tot na Wolters dood ben ik in de waan blijven leven dat het thuiskomen bij mijn 'eigenste ik' nog iets te maken had met dingen die ik als Jan gedaan had. Ik verwachtte ook dat er nog iets zou volgen op datgene wat ik bij hem had gezien. De stilte van het gewoon er-zijn die ik bij Wolter had ontdekt, was niet in één keer voldoende, vooral omdat mijn hoofd doorging met vragen als: 'Is dit nou alles?' Ik dacht dat ik nog moest veranderen, dat je je ego-neigingen, je vrijers en de waarneming van de drie toestanden helemaal kwijt moest zien te raken. Ik kon in de praktijk van het dagelijks leven nog steeds niet echt geloven wat ik van Wolter had geleerd en zelf al had gezien: dat er geen gekende is, maar uitsluitend Kennen.

Dat is eigenlijk pas in de loop der jaren '90 helemaal tot me doorgedrongen. Ik zag wel hoe alles in elkaar stak, maar ik zag ook dat ik als Jan nog een verborgen agenda had, ideeën over hoe de dingen zouden moeten zijn. Ik raakte aanvankelijk toch nog teleurgesteld als de dingen niet helemaal gingen zoals ik wilde. Tot ik echt zag dat alles niet anders kan gaan dan zoals het gaat. Als God het huis niet bouwt, vergeefs proberen de jantjes het - dat is pas de echte genezing. Verlichting is niets meer willen veranderen. Als je dat



ziet, hoef je je niet meer tegen de wereld te verzetten. Dan kun je in de stilte blijven, terwijl het lijkt alsof je als persoon gewoon meedoet.

De verbinding tussen de echtheid die ik bij Wolter meemaakte en het dagelijks leven heeft lang op zich laten wachten. Eerst moesten alle standpunten en ideeën over de wereld losgelaten worden. Ik zag de theorie helemaal, maar hij was nog niet volledig tot de praktijk van het dagelijks leven doorgedrongen. Als het niet stormde was ik zo vast als een huis, maar als er allerlei dingen misliepen ontstond er een enorme draaikolk in me. Als ik het echt niet meer zag zitten, ging ik letterlijk naar de haven en dacht ik: daar is het rustig, laat het daarbuiten maar stormen. Ik moest de dingen visualiseren om ze in het dagelijks leven te kunnen toepassen. Maar ook de neiging om mensen te willen helpen was heel hardnekkig. Ik dacht: als er toch geen wereld is, kan ik er toch net zo goed iets leuks van maken? Maar zolang er nog ideeën zijn waar je in gelooft, ben je nog steeds niet thuis.

Nu kijk ik vanuit onze objectloze vormloosheid, vanuit het weten de zee te zijn. Vroeger nam ik altijd het standpunt van de golf in, tot ik erachter kwam hoe de waarheid in elkaar steekt en ik zag dat er nooit een golf geweest was, ook al leek die golvenwereld gewoon door te gaan. Je moet alles loslaten, ook het hele verhaal van je schijnbare levensreis. Echte Liefde heeft niets nodig en hoeft ook niets los te laten om Liefde te zijn.

Niet waar

Echte genezing is: het is niet waar, dualiteit bestaat niet.

Na het overlijden van Wolter hield ik me vast aan de twee boeken van Atmananda, en dan vooral aan de regels:

Hij die ondanks onderzoek met een helder onderscheidingsvermogen niet in staat blijkt het onbeperkte aspect te bereiken, kan zich voorlopig gerust ophouden in het beperkte aspect.

*Hij zal, als hij tenminste geen genoegen blijft nemen met het beperkte aspect,
op den duur toch het onbeperkte bereiken.*

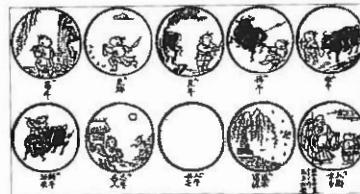
Dit stukje was jarenlang mijn enige hoop. Het hield me op de been, en dat was nodig, want het suizen dat het weten dat ik al thuis was verankerde, was eigenlijk weg. Ik had geen enkel lijntje meer met mijn eigenste innerlijke zelf. Maar ik wist: als ik open blijf kijken, kan ik zien dat elke gedachte verschijnt in louter bewustzijn. Zo ben ik uiteindelijk weer in de stilte van het al thuis-zijn gevallen die ik bij Wolter had gevonden.

Het gaat er niet om die stilte te bereiken, want daar ben je altijd al. Daar kun je nooit uit. Maar het denken zegt: je bent het kwijt, je moet het terug zien te vinden. Dat verhaal moet je gewoon de ruimte geven, en tegelijk beseffen dat het niet waar is. Je moet je eigen waakhond zijn door je denken te corrigeren met behulp van het anker van het weten dat je al thuis bent. Dat bedoel ik als ik zeg dat het jouw verantwoordelijkheid is: je moet zelf opletten. Als je niet oplet, gaat het denken je weer wijs proberen te maken dat de droom van het leven echt is. Dat gaat op heel subtiële wijze, door je aandacht te vestigen op de ongelooflijke complexiteit van de interacties die in de wereld plaats lijken te vinden. Die zijn heel boeiend, en het is verleidelijk je daarin te verliezen. Toch moet je vanuit deze droom steeds blijven zien dat hij niet waar is, zelfs als je pijn hebt of als je je slecht of angstig voelt, want juist dan lijkt je door het ego-denken keihard de wereld ingetrokken te worden. En dan is het nodig om voor ogen te blijven houden dat je de waarheid kwijt bent als je de wereld voor waar aanneemt. Dat deed ik vroeger ook: als ik bang werd, liet ik die bange Jan gewoon bang zijn, maar wist ik tegelijkertijd dat ik gewoon veilig 'thuis' was, maar ergens weer geloof was gaan hechten aan het verhaal van het jantjesdenken. Dat was mijn anker, de positie van waaruit ik de sirenen en hun wereld niet alleen kon volgen, maar ook kon passeren.

Hoewel ik vóór je, in je en achter je ben, is 't het gemakkelijkst eerst achter je te kijken en te trachten Mij daar te zien. Ik sta altijd achter je, al je activiteiten waarnemend zonder erbij betrokken te zijn. Je kunt Me daar zonder veel moeite vinden.

Atmananda

Dat zou niet nodig zijn als je op het moment zelf helemaal ziet dat het verhaal niet waar is, maar bij de meeste mensen gebeurt dat aanvankelijk niet. Dan moet je toch gebruik maken van aanwijzingen, van hulpmiddelen. Dat kunnen teksten zijn van Atmananda, maar ook van Jean Klein, Douglas Harding, Gary Renard, of wie dan ook. Dat maakt niet uit, elke manier kan een opening zijn. Want je kunt heel makkelijk vast blijven zitten in een intellectueel inzicht, en dan moet je het nog gaan zien zonder het intellect.



Volledig in beslag genomen worden door onoplosbare problemen is de lievelingslist van het ego om de voortgang van het proces te verhinderen. Maar bij al deze afleidingsmanoeuvres luidt de enige vraag die nooit door degene die ze bedrijven wordt gesteld: waartoe leidt dat? Dit is de vraag die jij in relatie tot alles moet leren stellen: wat is het doel?

Een Cursus in Wonderen

Wat je ziet is dat het intellect problemen op gaat werpen, terwijl je de stilte eigenlijk allang gevonden hebt. Je moet je ervan bewust worden dat je geen aandacht moet besteden aan die afleidingsmanoeuvres. Je moet ze leren passeren, je moet sneller leren schieten dan je schaduw, zodat je alles, ook een twijfel die langskomt, kunt neerschieten. Want het ervaren is altijd sneller dan dat wat ervaren wordt, de *ervaring*. Je hebt altijd in het gekende, de wereld der verschijnselen, geïnvesteerd. Nu moet je gaan investeren in ons onzichtbare Kennen. Laat het gekende zijn gang maar gaan, want dat bestaat in werkelijkheid helemaal niet. Het is niet meer dan een droom. Je zoekt naar de waarheid binnen de droom, binnen de leugen, en dat lukt nooit. Daarom moet de droom naar de waarheid komen. Je kunt de waarheid, ons ervaren-zijn, nooit naar de droom der ervaringen brengen. Dat kan eenvoudig niet. Daarom probeert zelfs God dat niet eens.

Wanneer je de waarheid naar illusies probeert te brengen, probeer je illusies werkelijkheid te verlenen en ze te behouden door jouw geloof erin te rechtvaardigen. Maar door illusies aan de waarheid te geven bied je de waarheid de gelegenheid te onderwijzen dat die illusies onwerkelijk zijn, en daarmee jezelf de mogelijkheid daaraan te ontsnappen.

Een Cursus in Wonderen

Naar alles waar ik me in het leven aan ergerde, ben ik eens goed vanuit dat rustige plekje in ons dat ons ervaren-zijn is, gaan kijken, bijvoorbeeld naar het feit dat veel mensen geen richting aangeven in het verkeer. En ik zag tot mijn verbazing dat al die aspecten ook in mijzelf zaten. Zelf gaf ik ook nooit richting aan in het verkeer. Dat noem ik 'ontoorlogen'. Dingen verliezen hun negatieve lading zodra je ziet dat ze ook in jezelf zitten. Maar dat gaat niet makkelijk, want het ego kan maar

één kant opkijken. In bijna alle kwalificaties die je aan het leven kunt geven, zit een oordeel: goed/slecht, schuldig/onschuldig, mooi/lelijk. Na het (terug)vinden van de achterste stoel dacht ik dat ik me makkelijk aan ieder oordeel kon onttrekken, maar dat lukte me niet. Ik kreeg niet de hele plaat schoongepoetst. Ik zag dat er een oordeel verborgen zat in elke interactie. Ik zag zoveel kleingeestige dingen van mezelf die ik nooit had gezien, dat ik er wanhopig van werd. In mijn rol als Jan dacht ik altijd een heel sociaal persoon te zijn, maar dat bleek helemaal niet waar te zijn. Ik had allang gezien dat Jan niet werkelijk bestaat, en de wereld ook niet, maar ik was sommige illusies over mezelf en anderen toch voor waar blijven aannemen. Het sneller schieten had ik niet in alle situaties in praktijk weten te brengen. Het inzicht had geen enkele kracht in het alledaagse leven.



Door schijnbaar verschil heenkijken

Je ziet de dingen oorspronkelijk altijd vanuit één kant, de kant van jezelf als persoon, het ego. Je bent egocentrisch. Wat je dus moet leren is om ze ook vanuit de kant van de ander te zien. Je moet leren dat alle tegenstellingen slechts ogenschijnlijke tegenstellingen zijn, dat ze elkaar nodig hebben om te kunnen bestaan. Dan krijgen ze hun onschuld terug. De wereld der tegenstellingen, de droom van de dualiteit, verliest dan zijn kracht. Maar het is aan jou om dat te doen. En dat gaat niet door alleen maar te zien dat het 'niet waar' is. In mijn geval althans duurde het ogenschijnlijk een hele tijd voor ik in staat was de droom met 'sneller schieten' op te blazen. De meeste mensen ontkomen er niet aan om dezelfde weg te gaan, want die worden toch onherroepelijk door een of ander verhaal gepakt. Die verhalen doen zich voor, en dan moet jij zien: dit verhaal is niet waar, en het andere ook niet, hoe leuk en aantrekkelijk het ook klinkt. Zo word je geholpen om niet in het verhaal te stappen. Het is gewoon je eigen inzicht dat daar voor zorgt als je voor blijvend geluk-zijn gaat.

Vandaar dat het ook niet *mijn* verhaal is. Ons eigenste ik heeft helemaal geen verhaal. Zelfs Jan heeft geen verhaal, hij *is* een verhaal. Ik hoor me nu 'zelfs' zeggen, daar zit dus toch weer een ver-

haal achter. Ik hoor mezelf als Jan altijd oordelen en beoordelen, maar ik blijf desondanks toch altijd uit het verhaal, wat dat verhaal ook vertelt. Ik kan het gewoon over alles hebben zonder dat ik overhel naar één kant, de kant die het verhaal belicht.

Ogenschijnlijk heb ik er in mijn verhaal heel lang over gedaan om vanuit het golf-zijn het water te vinden, en heb ik er daarna nog weer een tijd over gedaan om te zien dat ik nooit niet water was en dat het golfverhaal nooit gebeurd is. Dat kun je wel in een flits zien, maar dat wil nog niet zeggen dat het golfverhaal helemaal uit de droom verdwijnt die dan ogenschijnlijk nog doorgaat.

In sommige gevallen wordt plotseling en volledig ingezien dat de les van de Verzoening volmaakt van toepassing is op alle situaties, maar dit is betrekkelijk zeldzaam. De leraar kan de functie die God hem gegeven heeft reeds lang hebben aanvaard voordat hij alles geleerd heeft wat zijn aanvaarding hiervan hem te bieden heeft. Alleen het eind staat vast.

Overal onderweg kan het noodzakelijke inzicht in het allesomvattende karakter tot hem doordringen. Als de weg lang is, laat hij dan tevreden zijn.

Een Cursus in Wonderen

Wanneer het inzicht is gerijpt dat deze schijnbaar solide wereld niet meer is dan een denkvorm, is nog niet het hele vraagstuk opgelost. Dit inzicht kan geen volledige bevrediging geven omdat de mentale wereld nog overblijft. Het onderzoek was niet bevredigend omdat het werd verricht vanuit het niveau van het onderscheidingsvermogen, dat zelf nog niet in het juiste perspectief werd gezien. Ook het onderscheidingsvermogen is object van het waarnemen.

Atmananda

Vol-ledig, maar radicaal

*Alles heeft twee kanten, en die zie ik tegelijkertijd.
Als alles mooi lijkt, denk ik meteen: 'Hé, waar is de lelijkheid?'*

Ik probeer altijd volledig te zijn, het verhaal in zijn totaliteit helemaal te vertellen en niet *alleen* maar te praten over het vinden van de achterste stoel. Dat was in mijn geval eigenlijk helemaal niet interessant. Aanvankelijk had ik in de praktijk van het dagelijks leven helemaal niks aan het vinden van mijn ware zelf. Ik was niet zo iemand als Wolter, die vier talen beheerste, schrijver was, ook nog eens deftig kon praten en die gedichten uit de Middeleeuwen kon citeren. Zelf kon ik nog niet één fatsoenlijke zin uitspreken. Dus ik hoefde niet bang te zijn dat ik naast mijn schoenen zou gaan lopen, want ik was al volslagen idioot de droom binnengekomen. Later ben ik gaan zien dat dat zelfs een hele grote zegen is geweest. Maar ik moest er wel voor oppassen dat ik niet in het verhaal ging geloven dat ik dom was omdat andere mensen me dom vonden; dat ik niet ging lopen bewijzen dat ik niet achterlijk was, ook niet op een subtiele manier. Als je jezelf als persoon serieus neemt, kun je daar helemaal in vast komen zitten. Dat is wat heel veel mensen gebeurt: dat ze de rol die ze spelen vereenzelvigen met wie ze werkelijk zijn. Dat is met Wolter ook gebeurd in zijn rol

van intellectueel. Hij noemde dat de professor die naar zijn werk gaat, de professor die de auto bestuurt, de professor die zijn kinderen opvoedt. Dat heeft hij helemaal moeten doorzien. Je kunt en moet jezelf ontmaskeren, en je kunt anderen ook wijzen op hun eigen maskers, maar alleen als ze daar om vragen. Dan ontmoet je elkaar in ontmaskerde staat, en die is veel vrijer. Als ik niks meer ben en jij ook niet, dan kunnen we elkaar ontmoeten op dat ene niets-zijn, en dan ontstaat er ruimte voor Liefde.

En als je niet meer oordeelt, niet meer kijkt in termen van goed/niet-goed, mooi/lelijk of bruikbaar/onbruikbaar, lijkt het alsof je de dingen steeds scherper ziet. Als je door de dualiteit heen kijkt, ga je, waar je ook bent, gigantisch veel meer zien. Het ego-denken ziet altijd maar één kant van het geheel. Als Feyenoord-aanhanger zie je slechts wat de Ajax-fans allemaal uitspoken, maar als je breed kijkt, zie je dat bij beide partijen kankerlijers, moordenaars en klootzakken zitten. Daar heb je nooit naar gekeken. Je hebt ineens overzicht over alles wat zich ogenschijnlijk in jouw Pandoradoos bevindt. Als je sneller kunt schieten dan je schaduw is het in één klap over, maar als je dat niet kunt, moet je de dualiteiten nog één voor één de RAI uitpoetsen. De één kan zo'n dualiteitskraampje uit die hal weghalen en hoort aan de stilte die dan ontstaat hoe het is als alle kraampjes eruit gaan, maar een ander moet alle kraampjes eruit halen om die stilte echt te mogen horen. De ommekeer is dat je ziet dat je noch de RAI bent, noch die kraampjes. Dat is een moeilijke stap. Dat kan alleen door genade plaatsvinden, en



genade betekent gewoon realiseren waar je je werkelijk en in alle omstandigheden bevindt, met verhaal of zonder. Maar je moet de sirenen van de dualiteit hoe dan ook leren passeren. Die lokken je de wereld met al haar tegenstellingen binnen. Het gaat er om alles te accepteren, ook alle afschuwelijke dingen. Het gaat erom te zien dat het allemaal niet waar is. Het gaat erom onschuld en Liefde te zien waar oorlog lijkt te zijn. Daar moet het accent op komen.

Dat moet je leren. Ik was bijvoorbeeld een keer bezig geweest met het repareren van een afdak toen ik mijn twee zwarte katjes bij het konijn zag zitten. Ik had lang gewerkt en het afdak was af en ik zat lekker in het zonnetje te suizen. Ik hoorde bijtjes zoemen en de wind zachtjes ruisen, en ik zag de twee katten heel gemoedelijk naast het konijn zitten. Plotseling begon het konijn jongen



te baren, en de katten aten ze één voor één op. Het ene moment leefde ik volkomen in vrede, en het volgende moment begon ik te vloeken. Maar tegelijkertijd zag ik dat alles nog steeds hetzelfde was. Er was voor het ervaren-zijn volstrekt niets aan de hand. Als je door het plaatje heen mag kijken, kun je zien dat het allemaal niet waar is.



Nooit gebeurd

De wereld bestaat niet. Als de golf op zoek is naar water en er achter komt dat hij water *is*, dan ziet hij ook direct dat er geen golf geweest is. Die golf heeft dus nooit bestaan, en de zoektocht dus ook niet. Dat kan onmiddellijk gezien worden. Het plaatje, het verhaal, de droom, ze zijn allemaal niet waar, in hun totaliteit niet. Zo kun je je er bewust van worden dat je nooit in die kijkdoos zit. Je bent nog nooit aan die kant geweest. Je kunt daar helemaal niet komen. Je bent datgene wat zich van de kijkdoos bewust is. Je bent degene die de verhalen die zich in de kijkdoos lijken af te spelen aan zichzelf vertelt.

*Daarom is er geen wereld – die is er nooit geweest, en zal nooit bestaan.
Wat werkelijk bestaat is alleen Bewustzijn. Bewustzijn is het Geluk zelf. Atma,
aangeduid met het woord 'Ik', is Datzelfde.*

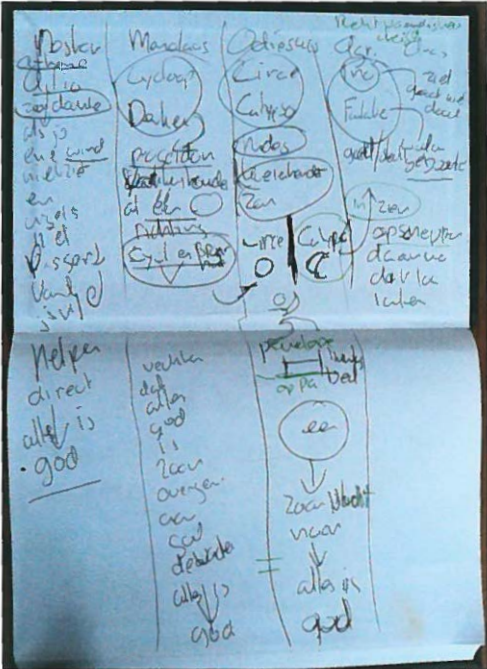
Atmananda

Wat je moet leren zien is dat je altijd thuis geweest bent. Dat is mijn uitnodiging. De eerste oorzaak van alle dingen is allesomvattend, dualiteit heeft nooit bestaan. Dat weten is je veilige

anker. Als je dat ziet en blijft zien, vallen alle angsten die de droom opriep weg. Het is als met een nachtmerrie. Als je uit een nachtmerrie ontwaakt, zie je ook onmiddellijk dat de gebeurtenissen in de nachtmerrie nooit hebben plaatsgevonden, hoe werkelijk ze ook leken te zijn toen je aan het dromen was. Je ziet ze nu vanuit het wakker-zijn, waarin je het standpunt van de hoofdpersoon in de nachtmerrie moeiteloos kunt verlaten. Je bent niet langer bang, want je ziet heel helder dat de gebeurtenissen nooit hebben plaatsgevonden. Het was niet echt!

Ik realiseerde me pas echt ten volle dat de nachtmerrie waarin ik ogenschijnlijk altijd had geleefd niet echt was en ook nooit echt was geweest, toen ik mocht zien dat ik altijd aan de kant van het Kennen zit, en dat ik daar ook nooit moeite voor hoeft te doen. Jan spant zich in *binnen* de droom, maar het ervaren in ons *van* de droom is volkomen moeiteloos. Pas toen kon ik werkelijk ontspannen, en zag ik het suizen niet meer als iets waar ik moeite voor moest doen. Ik dacht ook dat het verhaal van ‘mensen helpen’ definitief voorbij zou zijn, maar dat was wonderlijk genoeg niet het geval. Ik moest sneller schieten als Jan weer eens mensen ging helpen en een andere Jan daar wat van zei. Dan zei ik: ‘Het klopt niet, maar ik doe het toch, want zo wil het nu zijn’.

Veel mensen hebben dat. Dat is de innerlijke groei die je moet doormaken als de illusie van je bestaan als persoon stukje bij beetje van je afvalt. Dat is de weg die Odysseus moet gaan in de Odyssee. Bij degenen die de weg van Nestor gaan, gebeurt er iets anders. Die hoeven die innerlijke groei niet door te maken, die zijn in één keer thuis. Maar zij zien dat proces wel bij anderen plaatsvinden. Nestor ziet dat Odysseus al dicht bij huis is, maar door de goden (de boze verhalen van de wereld) meegesleurd wordt. Nestor blijft daarbuiten en helpt hem niet. Hij weet dat dat kan gebeuren en is dankbaar dat het hem bespaard blijft. Hij heeft dus de genade gehad dat hij meteen zag:



dat klopt niet, laat je niet meelokken. Ik heb daar, in het verhaal van Jan, veel langer over gedaan. Jarenlang was het voor mij onmogelijk om het in elke situatie zo te zien. Het doenerschap moest eerst doorzien en doorbroken worden. Ik moest me overgeven door om hulp te vragen.

Vergeven, in de betekenis die er in de Cursus in Wonderen aan gegeven wordt, is in feite hetzelfde als doorzien als niet-waar. Als je ziet dat het nooit gebeurd is, hoeft je helemaal niets te vergeven. Dat is ware vergeving, daardoor kun je het ook passeren. ‘No great man ever tried to change the world’, zei Wolter vaak in mijn herinnering tegen me. Er valt niets te helpen of te doen. Je hebt jezelf verdroomd, en je moet er zelf weer mee ophouden die dromen te maken en ze werkelijkheid toe te dichten. Het heeft nooit plaatsgevonden. Dat weten werkt rechtstreeks, maar ook indirect als je het nog niet als waarheid mag zien maar het wel als waarheid aanvaardt. Dat kan de ruimte bieden om te beseffen waar je in werkelijkheid altijd bent.

‘Het volle besef van de verzoening is dan ook het inzicht dat de afscheiding nooit heeft plaatsgevonden. Het ego kan hierover niet zegevieren omdat het de uitdrukkelijke vaststelling is dat het ego nooit heeft plaatsgevonden. Het ego kan het idee dat terugkeer noodzakelijk is accepteren, omdat het zo makkelijk dit idee moeilijk kan doen lijken. Toch vertelt de Heilige Geest jou dat zelfs terug-keer onnodig is, omdat wat nooit heeft plaatsgevonden niet moeilijk kan zijn. Je kunt het idee van terugkeer echter zowel noodzakelijk als moeilijk maken’.

Een Cursus in Wonderen

Het volle besef dat het ‘nooit gebeurd is’ noemt de Cursus ‘de verzoening’. Daarnaast kun je in bovenstaande tekst de Nestor herkennen die weet dat de reis nooit heeft plaatsgevonden, en de Menelaosweg in het accepteren van de noodzaak om op reis te gaan, en ten slotte ook nog de Odysseusweg in het ‘moeilijk kan doen lijken’ om thuis te komen.

De Liefde delen, vanuit onze achterste stoel die alles draagt en die we samen delen, laat je anders en vanuit totale onschuld kijken naar de denkbeeldige kijkdoos van de wereld. Je projecteert zo de drie stoelen van het waken, dromen en slapen niet meer buiten jezelf, maar voegt ze weer ineen tot

één stoel, de achterste stoel. Weten dat alles door die ene stoel gedragen wordt, maakt alles zacht – alles wat in de kijkdoo van geboorte naar dood en van goed naar slecht lijkt te gaan.

Je kunt de weg terug naar huis niet vinden, want je bent nooit weggeweest, en alle andere mensen dus ook niet. Daarom hoeft er niets losgelaten te worden. Er hoeft alleen gezien te worden dat je nooit *iemand* met een naam en een verhaal bent geweest en dat er ook nooit een wereld is geweest. Er is altijd alleen maar de schijnwereld van de droom geweest, en die lost met dat inzicht op in thuis-zijn. Hoe je dat thuis-zijn beschrijft, welke metaforen je daarvoor gebruikt, maakt niet uit. Hoe meer namen, beelden en metaforen je gebruikt, hoe meer het de warmte in ons wakker maakt van de herinnering aan ons Zelf als het ervaren-zijn zelf.

Jan en Ramana

Ramana: Het eeuwige Zijn is die staat waarin jij bent verdwenen!

Jan: Waarin we dus op de achterste stoel zitten.

Maar ben je niet toch in dat verdwenen-zijn aanwezig?

Ja, daar zijn we altijd. Daar zijn we nu ook al!

Jij die niets meer kan zeggen, wees niet geblokkeerd.

Ons pure er-zijn, aanwezig-zijn op de achterste stoel, is altijd vrij – vrij van de waaktoestand, vrij van de droomtoestand, en vrij van de diepe slaap.

Desalniettemin ben je niet gemanifesteerd, ben je niet verloren.

Want je was nooit iets gekends, je was altijd alleen maar aanwezigheid, zonder naam en vorm.

Wat Jij bent is ongeboren, onsterfelijk en ook stilte.

Wat je bent is volledigheid en heelheid zonder meer. Daarin kun je je ervan bewust worden dat je jezelf kwijt lijkt te zijn geraakt aan de droom die je zelf gecreëerd hebt. Overgave aan de 'heelheid



zonder meer' kan pijnlijk lijken te zijn in de droom, maar dat maakt slechts onderdeel uit van de droom en is dus niet waar.

Blijf daarom niet in de pijn.

Realiseer je dat je als dromer van deze droom zelf nooit in die pijn was en nu ook niet bent. Geloof het verhaal niet van wat er in de droom allemaal gebeurt, ook het verhaal van je pijn niet. Blijf breed en vormloos, en laat jezelf als persoon maar lachen en huilen. Zelf zit je altijd op de achterste stoel, vormloos en objectloos, en, als het kracht krijgt, als geluk en Liefde.

Kom hier als het geluk zelf!

Dat kan moeilijk zijn als je geluk nog ziet als een ervaring. Geluk is niets anders dan ons er-zijn zonder meer. Laat je door die zoete suis van heerlijkheid meenemen naar de diepere laag van je eigenste heerlijkheid!

De woorden van Ramana kunnen niet beter gedeeld of aangevuld worden dan door het volgende citaat uit de Cursus in Wonderen:

*Kom naar dit toevluchtsoord, waar jij in vrede jezelf kunt zijn.
Niet door te vernietigen, niet door uit te breken, maar louter door er vredig mee te versmelten.
Want daar zal vrede zich bij jou voegen, eenvoudig omdat jij bereid was de beperkingen los te laten die jij aan de liefde hebt opgelegd, en omdat jij je met haar verbonden hebt waar ze is, en waar ze jou naartoe heeft geleid, in antwoord op haar zachtmoedige roep om in vrede te zijn.*

Een Cursus in Wonderen

Passeren

Al deze woorden zijn uitnodigingen om 'hierheen' te gaan. Maar je hebt steeds een hele waslijst met redenen waarom je dat vandaag nog niet kunt doen, waarom je er morgen pas heen kunt. Het zijn allemaal niet meer dan verhalen over verleden en toekomst. Je ziet nog niet de waarde van de uitnodiging dat je je aandacht-zijn alleen maar op het NU, je eigenste Zijn, kunt richten, en dat je dat alleen zelf kunt doen. Niemand anders kan dat voor je doen. Maar daarvoor moet je eerst erkennen dat je niets anders dan aandacht *bent*, en dat je vanuit dat aandacht-zijn leeft, en niet vanuit dat tweebeinige rammelding dat je 'ik' noemt. Dat kan niet door dat 'ik' te vernietigen of door eruit te breken. Het kan alleen, zoals de Cursus in Wonderen zegt, door 'louter met de stilte te versmelten', dat wil zeggen: door te suizen, door je aandacht te richten op ons aandacht-zijn zelf. Daarin kun je het idee van het doenerschap – 'ik doe het' – kwijtraken. In de Odyssee staat de roeispaan daar symbool voor. Odysseus (O-die-suis) moet de roeispaan kwijt zien te raken op een plek waar niemand weet wat een roeispaan is. De plek waar niemand weet wat 'ik' is, is de achterste stoel, de vredige plek waar je nooit vandaan kunt.

Toen Wolter me dat duidelijk maakte, kwam er in mij een enorm afleidend verhaal op: IS DIT NU ALLES? Dat verhaal heb ik moeten leren doorzien als niet waar vóór ik verder kon. Dat noem ik *passeren*.

Verschijningsvormen misleiden omdat ze verschijningsvormen zijn, en geen werkelijkheid. Wat hun vorm ook is, blijf er niet bij stilstaan. Ze onttrekken slechts de werkelijkheid aan het oog en brengen angst teweeg omdat ze de waarheid verbergen.

Een Cursus in Wonderen

Wolter zei: 'Het enige waar je overheen kijkt, is dat van waaruit je nu al schouwt en dat je kwijt lijkt te zijn geraakt doordat je geloof bent gaan hechten aan de inhoud van de droom. Het leren passeren van de droomverhalen is veel belangrijker dan het vinden van de achterste stoel.'

Het is zo ongelooflijk simpel en voor de hand liggend dat het verstand geneigd is te zeggen: 'Dat kan het niet zijn', en dan gaat het ego-denken vanzelf een alternatieve verklaring creëren. De onpersoonlijke aandacht die je bent richt zich dan op de inhoud van het verhaal en vernauwt zich, en wordt zo als persoonlijk ervaren. Daardoor lijkt je het weten van de achterste stoel kwijt te zijn, en in plaats daarvan verschijnen verhalen over angst en schuld. Dan is het de kunst om te leren breed te blijven en de stemmen van angst en schuld te zien als 'geluiden' die zich in dat breed-zijn voordoen; dat het slechts de gebakken lucht van de bijgerechten is, en niet het hoofdgerecht. Daar waar je werkelijk bent, beweegt niets. Daar kun je niets 'doen', en daar hoeft je dus ook niets te 'doen'.

Wanneer het doel tenslotte door wie ook wordt bereikt, dan gaat dit steeds met maar één gelukkig inzicht gepaard: 'Ik hoef niets te doen.'

Een Cursus in Wonderen

Je kijkt in feite al vanuit de spil van het wiel, het oog van de orkaan, het wit in de kleuren. Geef in die waarneming je onpersoonlijke aandacht weer aan je Zelf, in plaats van aan de persoon



die je lijkt te zijn. Geef daarmee dat poppetje het voorbijgangerschap. Geef zo aan Caesar wat van Caesar is, aan Jan wat van Jan is, en aan je aandacht-zijn wat van je aandacht-zijn is. Alleen het verhaal van zijn bestaan als persoon is van Jan en niet van ons aandacht-zijn. Geef dat hele verhaal maar aan Caesar, inclusief het inzicht dat je daar niet zelf in zit, maar de dromer van dat verhaal bent.

Advaita begint bij de vraag: 'Wie of wat neemt er waar?', en kijkt dan pas naar de waarneming. De Cursus in Wonderen volgt de omgekeerde weg: ze geneest eerst de inhoud van heel de waarneming, maakt één ding, één waarneming van deze hele droom, laat je vervolgens op honderden manieren zien dat je al veilig thuis moet zijn bij God, geeft je de (Heilige) Geest (dat wil zeggen: onpersoonlijke aandacht), en stelt dan pas de vraag: 'Wie of wat neemt die nu waar?'. De Cursus helpt je dus eerst om op de juiste manier waar te nemen, vóór ze je aandacht richt op het goddelijke. Advaita doet dat meteen, maar dan kan het gebeuren dat je alsnog in de valkuil stapt van het ego-denken, dat jou probeert wijs te maken dat God dit allemaal droomt en niet *jij*, en dat jouw inzicht je speciaal maakt ten opzichte van anderen die dat inzicht nog niet hebben, en dan mis je het delen van het weten dat we allemaal al thuis zijn. En je leert zo ook niet de wereld der tegenstellingen in het dagelijks leven te doorzien, waardoor je daar steeds weer in de angst- en schuldverhalen getrokken kunt worden, waarin het ego-denken bijvoorbeeld kan zeggen: 'Het is toch zeker Gods schuld dat die droom er is?' Maar je wordt er eigenlijk helemaal niet ingetrokken, je wordt alleen maar door bepaalde gedachten in beslag genomen. Je vergeet dat je al breed-zijn bent, je vergeet het te blijven zien als je Zelf. Als het je wel lukt om je je breed-zijn te blijven herinneren, valt dat hele mechanisme vanzelf uit elkaar.

Ont-oorlogen in de praktijk

Liefde koestert geen grieven.

Wanneer ik al mijn grieven laat gaan, zal ik weten dat ik volkomen veilig ben.

Als ik aan deze grieven vasthoud, zal het licht van de wereld voor mij verborgen blijven...

Een Cursus in Wonderen

Het sneller schieten leren integreren in het dagelijks leven vind ik erg belangrijk. Zodra je tegenstellingen als 'man/vrouw, rechtvaardig/onrechtvaardig, mooi/lelijk, geboorte/dood' serieus neemt, piept het geluk de achterdeur uit. Je moet leren dat je daar moet blijven waar je bent, aan de Kennende kant, en dat je niet de gekende kant, de kant van de ervaringen in moet gaan waar je denkt te zijn. Maar we zijn door alle ervaringen binnen de droom en het verhaal van het verleden erg geneigd om naar de gekende kant te kijken. De aandacht gaat, onwetend van ons ervaren-zijn, altijd naar die schaduwkant. Die is bekend en vertrouwd. Ons ervaren-zijn is voor onszelf onzichtbaar. Bijna niemand is er van doordrongen dat ervaringen van daaruit gekend worden en niet in iets gekends tot leven komen, bijvoorbeeld in de hersenen, zoals het verhaal nu gaat.

Dat is ont-oorlogen, en dat is hetzelfde als sneller schieten. Als je er bewust naar leert kijken, ga je je realiseren dat het Kennen sneller moet zijn dan de ervaringen die er door gekend worden, en dat dat de gemakkelijkste manier is om uit het verhaal te blijven. Je moet dus leren zien dat je altijd eerst het Kennen bent dat vooraf gaat aan alle ervaringen en de verhalen die daar omheen hangen. Dit hier, dit leugenapparaat, is je schaduw die doet alsof hij jou is, maar dat is helemaal niet waar. Je moet dus ophouden om dat wat hier lijkt te zitten te geloven. Het gaat niet om jou of mij of de rest van de kijkdooswereld. Het gaat om datgene wat dat volgt. Dat vormloze moeten we zelf



zijn, en je daar bewust van blijven noem ik sneller schieten. Het is ongelooflijk eenvoudig, maar de moeilijkheid is dat je het resultaat niet aan de gekende kant kunt oogsten. Je hebt er niet direct profijt van in je ervaringswereld, alleen indirect.

In de Cursus staat: 'Het gaat uiteindelijk niet om vergeving, het gaat om wakker worden.' Maar dat is voor de meeste zoekers een te grote stap. Het gaat er om wakker te worden en je allesomvattendheid als zuiver bewustzijn te ervaren, als je Zelf te ervaren, maar daarvoor moet je begrijpen wat je bent. En als je dat hebt mogen begrijpen is het grote gevaar, zoals ook bij mij het geval was, dat je met je geliefde de achterste stoel probeert te delen, in plaats van het echte één zijn te omarmen. Je hebt dan niets meer van die ander nodig, en toch deel je de intimiteit. Het is niet

meer het ruilhandeltje wat het daarvóór was, waarin je je constant schuldig liep te voelen dat je niet aardig genoeg of niet goed genoeg voor de ander was, of dat je in het verleden ooit iets stoms gezegd had, waardoor je je helemaal niet bewust was dat je je allebei in dezelfde positie bevindt en het geluk altijd al deelt.

We moeten ons dus vrijmaken van het lichaam en het ego-denken, en leren dat we niets anders dan de allesomvattende Eerste Oorzaak zijn. Odysseus bond zich vast aan de mast om het gezang van de sirenen te weerstaan, de film niet in te gaan. Hij moest zich vastbinden aan het filmdoek-zijn, het Kennen-zijn, want de film raast door, en de hoofdrolspeler wil zijn rol blijven spelen, zelfs (of beter gezegd: juist) als hij dood lijkt te gaan. In 'mijn' film lijkt ik Jan te zijn, maar dat is helemaal niet waar. Ik heb geen verleden, ik ben nooit Jan geweest *en* nooit in die film geweest. Ik lijd aan een film waar ik helemaal nooit in ben geweest en waar ik helemaal niet in kan. Het is een mega-verdroming waarin je pijn lijkt te hebben. Je moet er genoeg van krijgen en die verdroming niet langer willen creëren. Als je het werkelijk durft te onderzoeken, zal blijken dat je niet in die film rondloopt. Er is alleen het Kennen van het poppetje dat net als al die andere poppetjes in de film rond lijkt te lopen. Het is zo simpel, maar om dat simpele feit door te trekken naar alles wat zich in de droom voordoet is niet de makkelijkste weg. Maar het is wel een manier om wakker te worden uit deze nachtmerrie.

Veel mensen denken dat ze nu in patronen vastzitten door de pijn die ze in hun verleden opgelopen hebben. Dat is niet waar. Het enige dat er is, is het Kennen van de gedachten over het vastzitten in patronen. Meer is er niet. Punt. Verankerd zijn in dat weten betekent dat je de verhalen over je verleden niet meer binnengaat, en dat je de pijndroom van conflict, verlies, verdriet en dood eenvoudigweg niet meer gelooft.

‘Ja, maar Jan ... ‘

1. ‘Ik denk dat ik begrijp wat je zegt, en toch denk ik nog steeds wel eens: zo hoeft het van mij allemaal niet meer.’

Als je het echt ziet, kan het je niet gebeuren dat je denkt ‘van mij hoeft het niet meer’. Liefde is het vermogen tot delen van ons één-zijn. Je wilt dit met iedereen delen. Dat is zo sterk als je het ziet. Je wilt alle andere mensen die in deze wereld aanwezig lijken te zijn, vertellen over het feit dat ze hier niet zitten. Dat kan niet anders, Liefde is nu eenmaal dat ene Zijn willen delen. Dus het moeilijke is dat zolang het ego-verhaal nog onbewust gevolgd wordt als waar, en je hoopt dat je kinderen goed terecht komen enz., dat je op dat moment nog allerlei ogenschijnlijke verbanden in je droomwereld niet doorprikt, en zolang die niet doorgeprikt zijn, is het nog steeds niet echt duidelijk dat het Liefde delen nu al het geval is, en is het lekkere van je Zijn nog afhankelijk van ervaringen van geluk.

Je kunt jezelf helpen door tijdens je ogenschijnlijke reis door de wereld bewust aan de Kennende kant te blijven, op de ‘plaats’ waar je altijd bent en waar je ook niet weg kunt. Je herinnert jezelf er voortdurend aan dat je aan die vormloze, ongedefinieerde kant zit. Als je naar je kind of

je partner of naar vrienden gaat, als je naar buiten gaat om brood te kopen, blijf je met één been stevig verankerd in het onveranderlijke en laat je je niet wijsmaken dat je in de pijndroom zit.

2. 'Ik merk dat het perspectief van de non-dualiteit uit zicht raakt als het om mijn kinderen gaat.'

Als het om je kinderen gaat zie je de dingen van één kant, en met één kant bezig zijn is de ogen-schijnlijke dualiteit waarheid toedichten en daarmee de pijndroom ingaan. Maar je kunt er ook naar kijken en je afvragen: 'Bevind ik me aan de kant van de dualiteit? Nee, dus dit is niet waar'. Dit is geen egoïstisch meisje. Het is het Kennen van een egoïstisch meisje, en dat Kennen bevindt zich niet in dat egoïstische meisje, noch in de hoofdrolspeler genaamd ik.

Je kunt je denken corrigeren door steeds sneller te schieten: BAM gelijk eruit. Dat denken zegt: 'Het is haar schuld', of 'Zij is egoïstisch'... BAM. Maar het is soms erg moeilijk om uit al die dramaverhalen te blijven. Als iemand tegen mij staat te schreeuwen dat ik hem of haar nooit aandacht heb gegeven en niet van hem of haar houd, en er worden talloze voorbeelden gegeven waarin ik gefaald heb, dan kan ik niks doen behalve 'ja' zeggen en er tegelijkertijd steeds maar bewust van blijven: 'Het is niet waar, het is niet waar, ik hou van je, ik sta aan dezelfde kant. Kom naar deze kant toe, hier is geen pijn'. Dat is het enige wat ik kan doen. Wat ik kan doen is tijdens dat hele gebeuren er volledig op te vertrouwen dat alles wat zich hier afspeelt, wat het ook is, niets met ons te maken heeft en dat wij onverslaanbaar onsterfelijk hier staan als een rots.

3. 'Ook al herken ik wat je bedoelt met passeren, mijn zogenaamde slechte gewoonten blijven toch bestaan.'

Je kan het wel hebben gezien, maar het denken kan het dan nog jarenlang overnemen met allerlei verhalen die aandacht geven aan de dualiteit, in plaats van aan het al thuis-zijn: 'Ik wil mensen helpen', 'Ik heb honger', 'Ik wil ook seks', 'Ik doe het verkeerd' enz. Er moet uiteindelijk een soort mechanisme ontstaan waarmee je de sirenen op elk moment en in elke situatie kunt passeren, dat je je op de één of andere manier kunt verankeren in de zekerheid van het al

thuis-zijn, zodat je het ook nog ziet als je het gezang van de sirenen hoort. Als je ontdekt dat je echt nooit weg kunt uit je eigenste Zijn en ook nooit ergens anders bent geweest, dan beschik je over de mogelijkheid om de sirenen daadwerkelijk te passeren en je aandacht te blijven geven aan dat onveranderlijke Zijn.

4. 'Ik vind het zo verwarrend dat het bestaan twee kanten lijkt te hebben: een persoonlijke en een onpersoonlijke kant.'

De meeste mensen moeten gewoon leren met dat krankzinnige dubbele gegeven om te gaan dat ze als persoon lijken te blijven bestaan, terwijl ze zich er tegelijkertijd van bewust zijn dat ze die persoon niet zijn en altijd al thuis zijn in het onveranderlijke Zijn. Dat thuis-zijn delen we. Hoe maak je nu het lekkere van dat Kennen ervaarbaar, en hoe kun je leren dat bij je te houden als basis?

De schaduw van het ego hoeft niet weg, maar hij mag niet meer de baas spelen. Je mag wel een hond hebben, maar geen 'kruizenruiker', een hond die zijn neus in ieders kruis duwt. Het ego is een kruizenruiker, en dat wordt nog toegestaan en gestimuleerd ook. Het ego heeft een vrijwel ongelimiteerde vrijkaart om alles te doen wat het wil. En niemand ziet het. Maar als jij het wel ziet, biedt dat de ruimte om je aandacht weer te richten op het eeuwige, onveranderlijke Zijn.

Het is uiterst simpel, *te* simpel in feite voor het denken. Je kunt er met je hoofd niet bij, en dat moet je ook niet proberen. Je moet een manier leren vinden om alle leugenverhalen te passeren zonder je hoofd te gebruiken, door in alle contacten die je lijkt te hebben hulp te vragen aan datgene in je dat geen dromen creëert. Want je hebt, hoe diep je inzicht ook reikt, toch de neiging om de verhalen over jezelf als persoon in te gaan, verhalen als: 'Hij heeft me verlaten' en 'Mijn moeder heeft me nooit liefde en erkenning gegeven'. In de Odyssee worden dat 'de vrijers' genoemd. Aan het einde van de Odyssee komt Zeus met de oplossing: ik haal het geheugen bij de vrijers weg. Want als het vermogen om naar verhalen over gisteren of morgen te luisteren wegvalt, zijn ook de vrijers vanzelf rustig. Als je niet naar morgen of gisteren gaat, zijn er geen verhalen meer over jezelf en de wereld, want als persoon besta je alleen maar als die verhalen.

5. 'Ik kan dat sneller schieten een tijd lang volhouden, maar er komt altijd een punt dat het niet meer lukt.'

Sneller schieten is onschuld blijven zien te midden van alle verhalen over verleden en toekomst die je aandacht proberen te trekken. Ik doe in elk contact gewoon alsof ik meega in het verhaal van dat moment, maar tegelijkertijd blijf ik me bewust van de achterste stoel, de Heilige Geest, God, het onveranderlijke, of hoe je het verder ook wilt noemen. Ik blijf me bewust van het feit dat ik niet aan de ervaringskant zit, hoe verleidelijk of gruwelijk de verhalen die er worden opgedist ook mogen zijn.

Op die manier kan God/het onveranderlijke steeds als mentor optreden en ga je zien dat er altijd hulp beschikbaar is om je je thuis-zijn te doen hervinden. Zo kom je er dus zelf door genade achter dat je niet de persoon bent die je denkt te zijn, en dat je die ook nooit bent geweest. Het gaat eigenlijk net zo als bij aikido, de Japanse verdedigingssport: je pareert een schijnbare aanval door noch in de tegenaanval te gaan, noch je te verdedigen, maar door gewoon opzij te stappen. Maar dat doe je niet vanuit een gedachte. Zie dat het vanzelf gebeurt als je de neutraliteit van het Liefde-zijn omarmt – maar niet als persoon. Als je je er als persoon mee gaat bemoeien, struikel je.

Waar het mij om gaat is om je te helpen de positie te hervinden van waaruit we al kijken en dat te delen. Meer kunnen we niet, en hoeven we ook niet.

6. 'Hoe kan ik nou op de achterste stoel blijven als iemand heel onaardig of onredelijk tegen me doet?'

De Liefde piept de achterdeur uit op het moment dat je in het verhaal gaat zitten van de dualiteit, van ik en jij. Mensen maken ruzie over man & vrouw, mooi & lelijk, goed & slecht. Die tegenstellingen zie je terug in elk verhaal. Wat je moet leren zien is dat je het Kennen ervan bent, niet de ervaringen die zich in jouw Kennen-zijn voordoen. Elk verhaal over het verleden dat zich nu in jou doet kennen, bevat suggesties dat je dingen fout hebt gedaan, anders had moeten doen etcetera, maar je weet tegelijkertijd dat alle hoofd- en bijrolspelers nooit hebben bestaan. Al die verhalen en rollen zijn niets anders dan het Kennen ervan, nu op dit moment, want er is geen ander moment.

Alles wat waargenomen lijkt te worden is onschuldig. Je bent vrij, ook vrij van het geloven in de realiteit van het verleden. Je bent vrij om te zijn wat je nu als Kennendheid bent.

7. 'Ik kan soms zo angstig worden als ik me bewust word van de achterste stoel.'

Je moet eerst het Kennen-zijn veilig maken, behappen dat het al-thuis-zijn betekent, alvorens je de kenner binnenhaalt als jezelf. Daarom probeer ik vooral woorden te gebruiken die geen tegenstelling hebben. Het Kennen van welke tegenstelling dan ook heeft niets te maken met de tegenstellingen die in alle verhalen opduiken.

Het is niet zo dat je, elke keer als er iets opkomt, het tegenovergestelde eraan moet zetten om die tegenstelling uit te doven. Het gaat verder dan dat: je ziet dat ze niet waar zijn. Als je één deel van een tegenstelling ziet en het andere nog niet, dan moet je al schieten. Dat is sneller schieten. Zo krijgt zelfs de ene kant van de dualiteit geen kans om zijn zegje te doen, nog voordat hij deel kan worden van een tegenstelling, en zo blijf je bij je basis als Kennendheid.

8. 'Kom je niet een keer op een punt dat je uitgepraat bent over de wereld en jezelf?'

In mijzelf ben ik uitgepraat, maar die jantjesverhalen in mij kom ik nog steeds de hele dag tegen: 'Daar heb je die kat weer', of 'Wat is het weer een zootje voor de deur', of 'Waarom heb ik die plantenbakken nou vol laten lopen?', 'Waarom heb ik dit of dat nog niet gedaan?' enzovoorts. De moeilijkheid is dat mensen de stabiliteit die ze hopen te vinden niet kunnen vinden in wat ze lijken waar te nemen en te ervaren. Ze moeten ontdekken dat ze al thuis zijn, dat die stabiliteit er al is en dat ze die dus niet meer hoeven zoeken. Ze moeten rust vinden in het weten dat ze alleen maar ogenschijnlijk handelen. Die rust is al aanwezig in ons gewaarzijn, in ons ervaren, in ons Kennen-zijn. Als het denken zegt: 'Wat ben ik stom geweest' of 'Ik doe het nog niet goed genoeg', moet je blijven beseffen dat je altijd het *Kennen* van die gedachten bent. Dat maakt ze meteen onwaar, zodat je je aandacht ergens anders op kunt richten. Wat wordt waargenomen is in zijn totaliteit niet waar. Maar als je het denken aandacht blijft geven, zal het verklaringen voorschotelen die eerdere gedachten verder uitleggen. Het gaat zeggen: 'Het kwam doordat het zo glad was', of 'Het kwam doordat ik op te krappe schoenen liep'. De smoesjes waarmee het denken het verhaal

van jezelf als persoon overeind en in leven houdt, zijn eindeloos. De vrijers zullen altijd de boog de schuld geven als ze mis schieten. Maar de droom van je bestaan als persoon, waarin de hoofdpersoon constant aan het aanvallen en verdedigen en oordelen is aan de hand van verhalen over het verleden, is het grote gevaar. Zolang die droom niet aan alle kanten en in elke situatie voorzien wordt als niet waar, krijgt de schaduwkant de kans om gelegitimeerd de baas te spelen.

*Je taak is niet om naar Liefde te zoeken,
maar om al die barrières in jezelf te zoeken die je ertegen hebt opgeworpen,
en die te slechten.*

Rumi

Contact

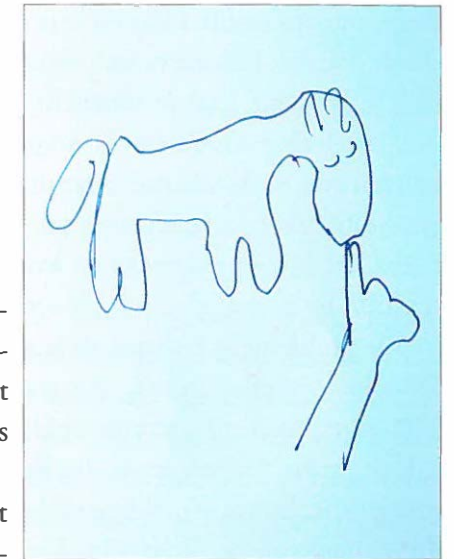
Rechtstreeks contact op het niveau van 'persoon tot persoon' bestaat niet. Als het gekende geen permanent bestaan kent, kan het niet echt zijn, en dat betekent dat contact tussen het ene gekende en het andere niet mogelijk is. Er is slechts het Ene zonder tweede; contact is een illusie.

Het enige contact dat werkelijk is, is altijd aanwezig, want we delen altijd het feit dat we geen golven zijn, maar het water zelf. Wat we delen is aandacht, geluk, dat wat we in werkelijkheid zijn.

Wanneer de golven zich realiseren dat de zee de gezamenlijke grond van hun bestaan is, stoppen alle botsingen. Toch is hiermee nog niet echt veel bereikt; dit is namelijk niet het laatste woord.

Er is nog een inzet nodig om het gevoel van afzonderlijkheid te laten oplossen.

Atmananda



Het verschil tussen projectie van het ego en de uitbreiding van de Heilige Geest is heel eenvoudig.

Het ego projecteert om uit te sluiten, en dus om te misleiden.

*De Heilige Geest breidt zich uit door zichzelf in iedere denkkeest te herkennen,
en ziet ze aldus als één.*

Een Cursus in Wonderen

Waar het om gaat is dat je breed blijft, dat je je aandacht blijft richten op het Ene, zodat de aandacht onpersoonlijk blijft en je je ervan bewust blijft dat we dat Ene allemaal delen. Op dat niveau maak je altijd, bewust of onbewust, contact met de ander, ben je in feite één met die ander. Anders blijf je zwalken, gaat je aandacht dan weer uit naar het *Al-Eén* zijn, dan weer naar het *alleen* zijn van jezelf als persoon (want nogmaals: contact van persoon tot persoon is onmogelijk). Daar is vertrouwen in de waarheid van het Ene zonder tweede voor nodig, zodat die waarheid ook overeind blijft als er schuldgevoel en woede opkomen. Dan is er nooit iets aan de hand. Dan blijf je breed, en zijn schuldgevoel en woede niets meer of minder dan een onpersoonlijk verschijnsel dat opduikt in die breedte, net als een straaljager die langs vliegt en een streep door de lucht trekt.

De problemen ontstaan als je aandacht zich vernauwt tot een bepaalde gedachte, bijvoorbeeld: 'Niemand houdt van mij'. Als je die gedachte aandacht blijft geven, als je hem gelooft, begint de ellende en wordt die aandacht als iets persoonlijks gezien. Want dan ziet de hele wereld er rood uit, of groen, en vergeet je dat het niet meer is dan licht dat het hele spectrum omvat. Rood en groen zijn slechts eenzijdige verhalen *over* de wereld. Je moet je te allen tijde bewust blijven van de witheid van het licht-zijn. Dan reageer je niet meer alsof de wereld rood of groen is. Maar je moet wel leren slijmen, dat wil zeggen: meepraten met anderen die de wereld voortdurend als rood of groen of blauw of zwart zien. Je praat op zodanige wijze mee dat niemand merkt dat jij onpersoonlijk bent, zodat er geen misverstanden of conflicten ontstaan. Maar het onpersoonlijke blijft wel altijd je richtpunt. Aanvankelijk lijkt het iets onbeduidends, een speldenknop in deze gigantische wereld, maar die speldenknop wordt steeds groter. Je wordt er geleidelijk aan naartoe getrokken als een nachtvlinder naar een klein kaarsje, en het licht wordt steeds helderder. Je gaat zien dat je jezelf als persoon niet hoeft los te laten, omdat je nooit die persoon bent geweest. Dat is Zelfrealisatie.

Het absolute binnen

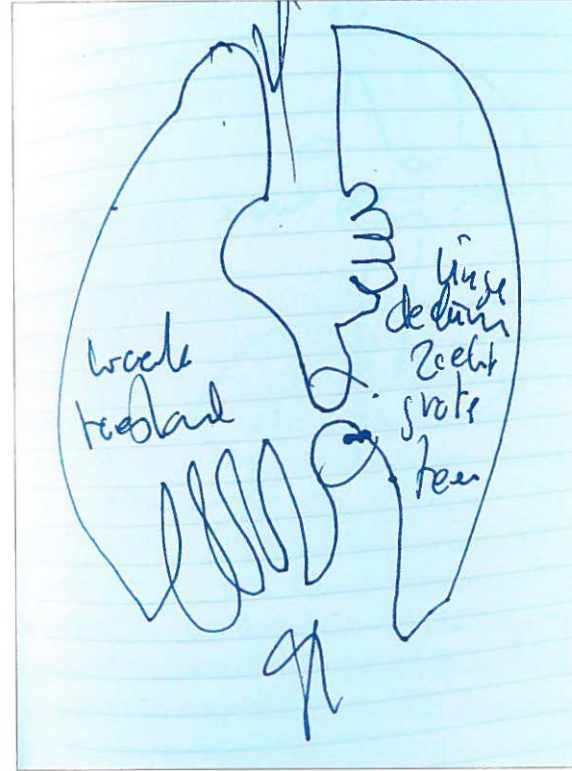
De zintuigen doen je geloven dat je een lichaam hebt of bent, maar in je breed-zijn ga je zien dat dat helemaal niet waar is. Je krijgt niet alleen het zien 'vanuit die kant', maar je ziet ook steeds meer dat je je vingers helemaal niet uit kunt. Je kunt helemaal niet bij iemand anders komen, ook niet als die tegenover je zit, want die is er helemaal niet als persoon. Wat wel bestaat ben jij, en dat wat je bent is die ander ook, en dat deel je. Je kan nergens uit, want je leeft in het absolute binnen. Een aanraking, van je eigen lichaam of dat van een 'ander', is slechts een ontmoeting van niets met niets.

De gedachte dat je het lichaam bent, fysiek of (zoals in de droom) subtiel, is de oorzaak van alle gebondenheid. Maar het diepe éénduidige besef dat je Bewustzijn bent, leidt onmiddellijk tot bevrijding van alle gebondenheid.

Atmananda



Niets ontmoet niets



Waaktoestand: linkerduim zoekt grote teen

*Het lichaam kan niet kennen.
En zolang je jouw bewustzijn tot nietige zintuigen beperkt,
zul je de grootheid die jou omringt niet zien.'*

Een Cursus in Wonderen

In de Odyssee wordt dit 'het afsnijden van de zintuigen' genoemd. Je kunt gewoon je lichaam niet uit. Niemand kan dat. En omdat je er niet uit kunt, kun je je lichaam ook niet 'bewijzen'. Er is alleen maar het Kennen van een lichaam, van een ogenschijnlijke buitenkant.

Je hebt in werkelijkheid nog nooit iemand ontmoet. Je kunt zelfs helemaal niets doen, ook al zou je het willen. Dat in mogen zien doet alle schuldgevoel uiteen vallen en brengt de onschuld terug in het licht van ons Zijn. Als je met je collega's zit te praten, en die zeggen: 'Ja, alles goed en wel, maar wij zitten hier wel in de problemen', dan zie je dat dat niet waar is. Personen zijn niet echt, en hun problemen dus ook niet. Maar dat ga je niet tegen ze zeggen, want dan breekt de hel los. Je praat mee, en je denkt misschien wel mee over mogelijke oplossingen voor de problemen die ervaren lijken te worden. Maar tegelijkertijd weet je beter. Door op die manier breed te blijven, kun je die ogenschijnlijke problematiek passeren.

*Wanneer je diepgaand onderzoekt wat in feite wordt waargenomen,
zal blijken dat het de absolute Werkelijkheid zelf is.
Als alleen de absolute Werkelijkheid blijkt te worden waargenomen,
hoe kan dan daarna nog de illusie van een wereld bestaan?'*

Atmananda

Wat zich in het gekende afspeelt, geef ik over aan God. De dingen die zich als het gekende voordoen, hoef ik niet te regelen. Wat ik kan regelen is de aandacht gericht houden op het feit dat ik geen persoon in de wereld ben, dat de wereld en mijn bestaan als persoon een droom zijn. Alle andere dingen regelen zich vanzelf. Zo blijf ik buiten elk verhaal over de wereld en mijzelf als persoon.

Als de persoon Jan in de problemen komt heb ik allerlei trucjes ter beschikking om daar uit te komen. Die trucjes waren voor mij essentieel om uit het verhaal te blijven van het probleem van Jan en de ander. Vroeger paste ik ze heel vaak toe, maar op den duur gebruikte ik ze vooral om de wereld, en het idee daar een taak te moeten vervullen, te ontvluchten. Dat was nooit mijn bedoeling, en daarom gebruik ik ze bijna niet meer. Mijn bedoeling is gewoon om alles zoveel mogelijk te ondergaan zoals het wil dat het gaat, maar daarin wel te kiezen om het als iets onpersoonlijks te beschouwen.

Vraag: Hoe doe je dat? Hoe kun je de dingen voortdurend onpersoonlijk houden?

Jan: Daar is genade voor nodig. Genade is iets dat je komt helpen om je aandacht niet langer weg te geven aan de droom, aan de illusie dat je een persoon bent in een wereld vol andere personen. Om te kunnen zien dat alles zich binnen de heelheid afspeelt die je bent, moet je je openen, de genade omarmen en je bestaan als persoon leren doorzien als onwaar. Je moet leren om alles wat zich binnen je afspeelt op een onpersoonlijke manier te blijven volgen. Dat noem ik 'suizen'. Je volgt het vanuit datgene in ons dat niet droomt, maar wel de hele droom *draagt*. Als het denken suggereert dat er sprake is van ik en jij, en dat er een interactie tussen ons plaatsvindt, moet je die gedachte onmiddellijk passeren, moet je onmiddellijk zien dat hij gewoon niet waar is, zonder dat uit te spreken. Wel mag je als hulpmiddel een tegengedachte gebruiken om de illusie te corrigeren, bijvoorbeeld: 'De eerste oorzaak is allesomvattend. Wat hier gekend lijkt te worden is dus niet waar'.

Als zo'n interactie wordt doorzien als niet werkelijk, en je dus totale onschuld ziet waar eerst schuld leek te zijn, hoeft je je nooit te verdedigen. Je kunt je dan altijd kwetsbaar en houdingloos opstellen, en dat maakt de Liefde waar we uit bestaan voelbaar tijdens een ogenschijnlijke interactie. Dat is de sleutel waarmee je de droom in zijn geheel kan doen oplossen, zodat je je weer bewust wordt dat Liefde je Zijn is. In mijn ogen kan dat alleen als je erkent dat jij (en niet God) deze droom aan het creëren bent, en dat je hem dus ook weer moet loslaten, zodat je aandacht weer volledig naar je vormloze Zijn, dat je God zou kunnen noemen, kan gaan, in plaats van naar de droom. Dat vormloze Zijn, de 'toestand' vóór het dromen begon, dat is de genade waar ik het over heb.

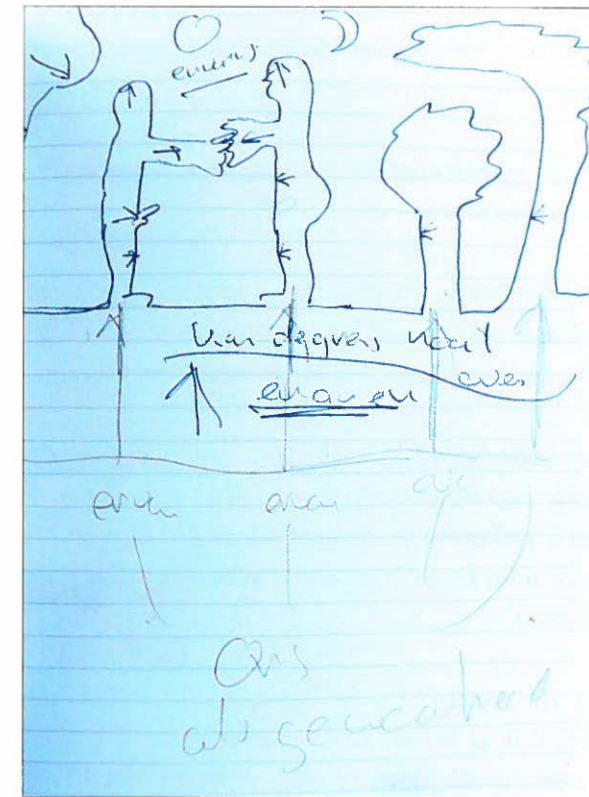
Vraag: Genade is het mogen inzien dat we onszelf niet wakker kunnen maken, maar dat we wel kunnen leren om mee te werken als we wakker gemaakt worden, en dat is wat jij suizen noemt. Het doorzien van een ogenschijnlijke interactie als 'niet waar' is de afgescheidenheid oplossen, heel maken wat verdeeld leek. Maar wat ik alsmaar blijf horen in jouw verhaal, is dat de droom doorzien en opgelost kan worden door het volgen van een soort stappenplan.

Jan: Ja, zo kan het gehoord worden, maar als je doorvraagt, blijkt het niet zo te zijn. Het is ook een kwestie van echt leren verstaan wat er gezegd wordt. Het oplossen in het Ene zonder tweede gaat

als het goed is vanzelf op den duur, maar je moet ogenschijnlijk ergens beginnen. Op den duur leer je sneller te schieten dan de schaduw van het ego, maar dat vergt oefening en herhaling.

Het enige dat ik steeds maar weer probeer te benadrukken, is dat elke verdeling een illusie is, ook de verdeling in mensen die de droom wel doorzien, en mensen die dat niet doen. *Iedereen* heeft weet van de achterste stoel, want daar zijn we altijd. We dromen alleen maar dat we hem kwijt zijn en dat we hem terug moeten zien te vinden.

Leven kan alleen iets creëren wat het zelf al is. Het kan alleen maar méér leven scheppen. Binnen het leven is geen plaats voor de dood. Er is slechts Kennen, vormloze Liefde/aandacht. Als die aandacht op zijn eigen eeuwige bestaan gericht is, noem ik dat suizen. Aandacht gericht op zichzelf is suizen, niet iemand die aan het suizen is.



Ervaren/ervaring, ons als gewaarheid

De ervaring is niet
belangrijk voor het
ervaren zelf!
Het ervaren zelf is
het lekken niet zijn
zo gevende ervaring
Dus je houdt niet
van de ervaring maar
in het ervaren zelf
maak ervaringen van
ervaren en draakt het
is opgelost in zelf
zijn

Ervaren/ervaring

Sneller schieten, het wapen waarmee alle verschijnselen worden voorzien als niet waar, is niet opgaan in dat wat als ervaringsverhaal verschijnt, door je aandacht te richten op dat wat niet komt en gaat en dus totaal onafhankelijk is van ervaringen: ons eigenste ervaren-zijn. In die onpersoonlijke aandacht wordt gezien dat alles wat zich in de droom voordoet onschuldig is en dat het nooit werkelijk is gebeurd. Dat bevrijdt je van de droom, van het idee iets of iemand (geweest) te zijn, en doet je beseffen dat die vrijheid van ons Zijn eeuwig is en onveranderlijk, en dat ze nu al heel is en van ons.

Vraag: Maar bevrijd je je eigenlijk wel van de droom als die in feite nooit gebeurd is?

Jan: De inhoud van de droom niet bezien vanuit een persoonlijk standpunt, maar vanuit de onpersoonlijke aandacht die Liefde is, bevrijdt je van de ogenschijnlijke afgescheidenheid die er tussen ons leek te zijn, en daarmee bevrijd je de hele droom.

Vraag: Vergeef me dat het zo overkomt, maar het klinkt toch vaak alsof het om twee personen gaat: een residu, een overblijfsel van de persoon Jan, en jij die in het suizen zit.

Jan: Ja, dat kan zo lijken. Maar de mensen die het al een beetje doorhebben, die komen ook aan bod. Hen probeer ik duidelijk te maken dat mijn ogenschijnlijke pad bestond uit het steeds vaker volgen van Jans bestaan als persoon vanuit het suizen, tot het suizen lekkerder werd dan Jan-zijn.

Vraag: Mag ik dan zeggen dat die onpersoonlijke aandacht hetzelfde is als Zien, maar dan zonder iemand die dat Zien 'doet'? Het valt buiten de reikwijdte van het denken en de valkuil van de herinnering. Wat 'jij' bent, wat 'wij' zijn, dat is Zien, en dat is volkomen moeiteeloos. Maar wat ik eigenlijk probeerde aan te stippen, is dat jouw manier van praten soms verwarring wekt, omdat het dan overkomt alsof een 'droomjan' doet alsof hij dat suizen kan 'doen'.

Jan: Natuurlijk is aandacht hetzelfde als zien, maar die aandacht is in het dagelijks leven vaak nog 'besmet' omdat hij als persoonlijk wordt ervaren, ook al is het, als je goed mag leren kijken, duidelijk dat hij al onpersoonlijk is. Pas als je mag zien dat alle doen in werkelijkheid niets-doen

inhoudt, dat het gewoon gebeurt, spontaan, zonder dat er iemand is die het doet, dan kan het doenerschap, de illusie dat er een doener is die nog terug naar huis moet, worden losgelaten. Dan kan worden voorzien dat 'doen' niet bestaat. Tot onpersoonlijk gewaarzijn komen, is dus in mijn ogen een proces, ook al blijkt dat proces achteraf nooit te hebben plaatsgevonden.

Vraag: 'Besmet' komt over alsof het er niet mag zijn, alsof het persoonlijke er niet hoort te zijn, alsof het op dient te lossen in het Kennen ervan.

Jan: Ja, en dan ontbreekt er een wezenlijk element: dat je zelf verantwoordelijk bent voor deze droom. Wat benadrukt moet worden is dat je, als je je door genade bewust bent mogen worden van deze uitweg uit de dualiteit, nu zelf de aandacht uit de droom terug moet leren trekken en weer moet gaan richten op het eeuwige, onveranderlijke, onpersoonlijke Zelf in ons, zodat je thuiskomt en ziet dat je nooit weg bent geweest en ook nooit weg zal kunnen.

Veranderen van standpunt

*Wanneer het inzicht is gerijpt dat deze schijnbaar solide wereld niet meer is
dan een denkvorm, is nog niet het hele vraagstuk opgelost.
Dat inzicht kan geen volledige bevrediging geven omdat de mentale wereld nog overblijft.*

Atmananda

*Het enige dat dus nodig is om tot bevrijding, tot verlichting, tot wat je maar wil te komen, is
een subjectief veranderen van standpunt. Weiger om langer een object te zijn, een ding, of een
plaatje dat je aanziet voor jezelf, en zie dat je dat bent waarin zich de objecten manifesteren,
waarin zich het plaatje manifesteert. Het enig nodige is een subjectieve transformatie, een ver-
anderen van standpunt. Dat is alles.*

Wolter Keers

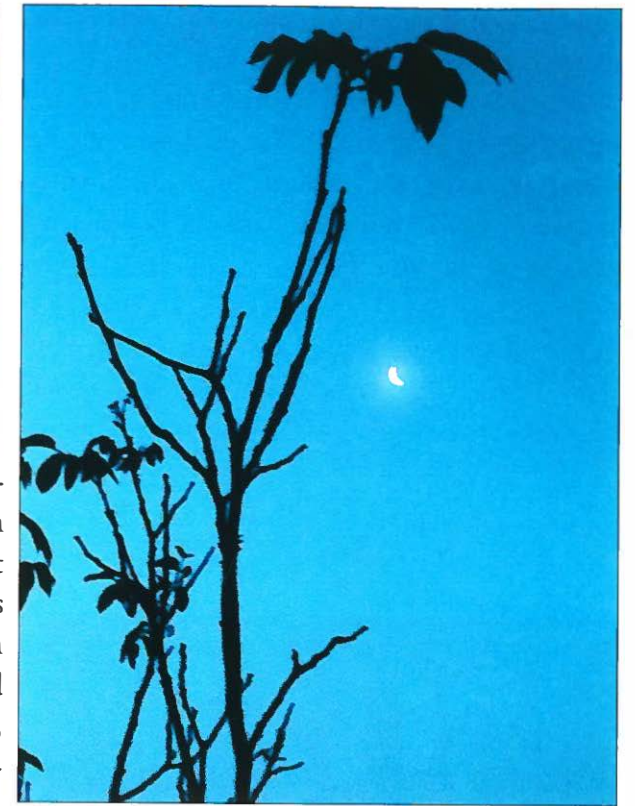
Natuurlijk heeft iedereen die met advaita of de Cursus in Wonderen bezig is wel eens kreten als 'de wereld is niet echt' en 'dit lichaam is niet echt' gehoord of gelezen, maar als je niet oppast worden het een soort mantra's die gebruikt worden zonder dat ze werkelijk begrepen worden. De bedoeling is natuurlijk het ook *echt* zo te zien, want anders heeft het geen enkele betekenis en gaat ons ego het gebruiken als aanleiding om te kunnen opscheppen, om op die manier speciaal te lijken.

Iedereen heeft de neiging om dingen te vergelijken, bijvoorbeeld het heden met 'vroeger', met het verleden: 'vroeger was alles beter', of 'nu is het pas echt leuk'. Dat zijn de verhalen over jezelf en de wereld, over vroeger en nu. Die verhalen heb ik ook. Ze blijven bestaan, en dat mag ook. Maar als ze zich voordoen, doorzie ik ze onmiddellijk als onwaar. Want elke ervaring doet vanzelf het sneller schieten van ons ervaren-zijn oplichten. De ervaring kan namelijk niet zonder ons ervaren, maar het ervaren zelf is er altijd, of er nu *iets* ervaren wordt (een ervaring), of niets. Het ervaren is de *bottom line*, het is waar je uit bestaat, het is wat je *bent*. Dat inzicht kan er plotseling en volledig zijn, maar meestal heeft het tijd nodig om te rijpen, zoals ook bij mij het geval was. Ik kon al suizen als de beste, ik kon helemaal verdwijnen in de stilte, en toch was het inzicht dat ik ervaren-zijn ben en dat ervaringen geen realiteit hebben, niet constant.

Dat is iets wat niet begrepen kan worden vanuit een ervaring. Het inzicht is het kennen van het Kennen-zijn zelf, puur gewaarzijn, het rechtstreekse ervaren van het ervaren zelf – niet als een ervaring, maar als je eigenste Zijn zelf.



Dat de gekende wereld niet echt is, dat wil zeggen: geen onafhankelijk bestaan kent los van Bewustzijn, blijft meestal slechts theorie tot ook de tweede stap gemaakt mag worden – als ook wordt gezien dat datgene wat het denken als herinnering 'opvoert' nooit echt gebeurd is; als je gaat zien dat je daar niet heen kunt, dat je daar niet kunt komen en ook nooit geweest bent.



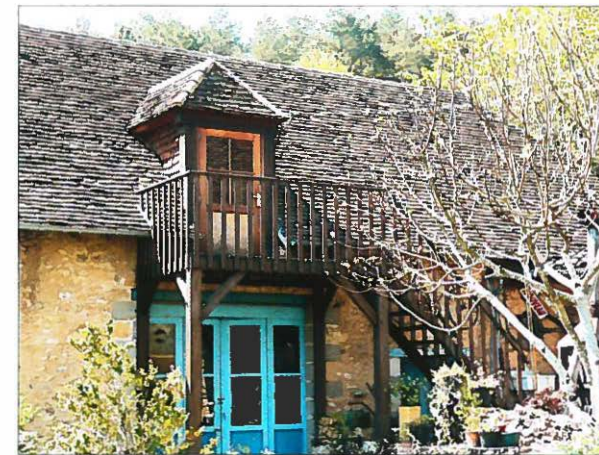
In mijn geval duurde het een hele tijd voordat ik tijdens ogenschijnlijke interacties zelf mocht inzien dat de wereld en het verleden projecties zijn waar je nooit werkelijk kunt *zijn*; voordat ik, net als Odysseus, mijn zintuigen en mijn geslachtsorganen (figuurlijk) kon afsnijden. Je bent altijd aanwezig in het ervaren zelf, niet in de ogenschijnlijke ervaringen van wereld en verleden. Je kunt niet *uit* het ervaren, maar je kunt ook niet *in* de wereld en het verleden.

Het is vooral de *Atma Darshan* van Sri Atmananda die me dit duidelijk heeft gemaakt. Van Atmananda leerde ik, via Wolter Keers, dat er geen maan is, maar slechts het Kennen van een maan. En dan moet je nog een volgende stap maken. Want kan zich in het Kennen een maan bevinden? Nee, want er kan geen object binnen het Kennen bestaan. Een object bestaat dus uit niets anders

dan het Kennen ervan, en in die zin is het onwerkelijk *als object*. Dat is de directe weg van Atmananda om helemaal thuis te komen.

Maar die weg wordt vaak niet echt begrepen. Daarom probeer ik je nog een andere stap te laten zetten. Ik wil je laten zien dat de dingen die het ego-denken je vertelt, de verhalen die je met je meezeult, nooit zijn gebeurd. Er is alleen het constante ervaren-zijn, dat ogenschijnlijk de vorm aanneemt van ervaringen, maar dat in wezen altijd en onveranderlijk *zichzelf* is, het levende Nu van ons objectloze Zijn.

Ommekeer



Ik ben al heel tevreden als mensen de achterste stoel mogen vinden terwijl de maan voor hen, O-die-suizers, ogenschijnlijk nog bestaat. Als ik het suizen kan verkopen aan de maan, vind ik het prima. Als ik ze mag leren om breed te blijven, leren ze zichzelf als persoon steeds beter kennen, en

uiteindelijk ook doorzien. Dan vallen ze vanzelf niet meer ogenschijnlijk van die achterste stoel af. Er wordt ingezien dat het de enige plek is waar je bent en waar je nooit niet bent geweest.

Dat kan als een schok ervaren worden. Je bent onbewust toch steeds in de werkelijkheid van de maan, van de wereld blijven geloven, en plotseling, of geleidelijk, wordt gezien: 'Ik ben daar nooit geweest!' Daar kun je heel erg van schrikken – vóór het inzicht, maar het kan ook daarna nog gebeuren. Dat staat niet bij voorbaat vast. Die geestelijke, maar ook lichamelijke schok is een bevestiging: het is *echt* nooit gebeurd. Er is vaak tijd nodig om dat feit te kunnen behappen.

En dan moet je er nog in leren ontspannen. De theorie kan helemaal begrepen worden, maar de persoon moet nog losgelaten worden als waar. Durf in die vergadering op je werk maar eens helemaal onderuit te gaan. Het denken kan je vertellen dat je helemaal onderuit gaat, maar dat is nooit het geval. Het is gewoon bereid zijn om je over te geven, om geen enkele houding meer aan te nemen, om alles te omarmen, welk verhaal het denken er ook aan ophangt. In de omgang met 'anderen' begint het tot je door te dringen dat het verhaal niet alleen niet waar, maar ook nooit gebeurd is. In het verhaal ben je iets minuscule in een onmetelijk heelal met sterren en hemellichamen. Maar als je het hele verhaal doorziet als niet waar, is je eigen aanwezigheid noch groot, noch klein, maar onbeschrijflijk en allesomvattend, en de wereld onmetelijk klein en onbeduidend. Je bent ongelooflijk klein binnen het gekende, maar allesomvattend als het Kennen zelf. Dat is de grote ommekeer: het gekende lost uiteindelijk op in het Kennen-zijn zelf.

De ommekeer is een verandering van standpunt. Ik vergelijk het vaak met de overgang van schoenenzaak naar multinational. Eerst denk je dat je vanuit je schoenenzaak de multinational kunt vinden. Dan vind je de multinational, maar lijkt die nog deel uit te maken van de schoenenzaak. Dat is een onmogelijke situatie, want je kunt een multinational niet runnen binnen een schoenenzaak. Dus moet je het standpunt van de schoenenzaak leren loslaten en overstappen naar de multinational. Dan houdt de multinational die schoenenzaak misschien nog even in de gaten omdat die speciaal leek - het was jouw schoenenzaak. Later zie je: het is nooit mijn schoenenzaak geweest, en dan kun je de hele schoenenzaak pas echt loslaten en lost hij langzaam op en blijft alleen de multinational over. Dat is de ommekeer: eerst is de wereld gewoon de wereld met alles erop en eraan. Daarna is dat niet meer zo, maar uiteindelijk wordt de wereld weer gewoon de wereld, behalve dat hij zich binnen jouw Kennen-zijn bevindt. Daarna is er niets meer buiten jezelf, en

worden alle verschijnselen die zich binnen jezelf voordoen doorzien als niet echt, als niet-bestaand. Elk verhaal over het verleden dat langskomt, is niet meer dan dat: het Kennen van een verhaal over een niet-bestaand verleden.



Er zijn nooit vijf kleuren geweest, er is nooit een regenboog geweest. Er is nooit iets anders geweest dan wit licht. Je was alleen maar gefascineerd geraakt door het idee dat dat witte licht vijf kleuren kon aannemen.

Genade

De Cursus in Wonderen belicht, voor zover ik dat mag weten, eigenlijk als enige van alle spirituele geschriften dat God bewondering heeft voor de droom van zijn zoon. God verwondert zich erover dat zijn zoon zoiets heeft kunnen creëren. Tegelijkertijd gaat God niet mee in de droom van de zoon. Hij doorziet hem onmiddellijk en automatisch als niet waar en deelt de droom zo niet met de zoon, en dat is diens redding. De zoon is ogenschijnlijk verdwenen in het verhaal dat hij zelf gemaakt heeft van de zon en de maan, van de wereld, maar God is niet meegegaan. Zo bewaakt God de allesomvattendheid van de achterste stoel voor de zoon. In de Odyssee bewaakt Penelope dat stuk voor Zeus. Ze kan wel naar de wereld kijken, maar ze kan er niet heen. Daarom is het genade als we de droom mogen doorzien als niet waar en nooit gebeurd, en zo weer vanzelf terugkomen op de achterste stoel, want God heeft het dromen maken niet 'gedaan'.

Als de golf op zoek gaat naar het water, dan is dat water al die tijd al in die golf aanwezig. Dat is wat God bewaakt. Als het water ook in de droom was verdwenen, had de golf niet meer terug gekund. God heeft al die tijd de kant van het Kennen voor hem bewaard, en dat is de grote veiligheid voor ons: dat we nooit echt weg zijn geweest, dat we nu al en nog steeds thuis zijn, en dat we alleen maar dromen dat we iets buiten Gods allesomvattende eerste oorzaak zijn.

Uiteindelijk komt er een moment van genade dat je aan de droom laat ontsnappen, omdat je dan mag inzien dat je de wereld der tegenstellingen toch niet naar je hand kunt zetten, wat je ook doet of laat om daar blijvend geluk te vinden. Vroeg of laat word je daar vanzelf beroerd van en wil je aan die nachtmerrie ontsnappen – de nachtmerrie die je wijs probeert te maken dat eenheid en blijvend geluk geen deel van je uitmaken. De enige uitgang is het loslaten van je persoon en de wereld als werkelijk. Als je mag inzien dat je altijd alleen maar water bent geweest en nooit een golf, wordt het hele golfidee vanzelf losgelaten. Het was een droom en geen werkelijkheid. Dat kun je *dan* pas bevatten. Daarvóór niet, want dan is het niet meer dan een verhaal dat je napraat, aanneemt of al in een ervaring hebt gezien. Maar uiteindelijk ga je zien dat het *echt waar* is: er is nooit iets anders geweest dan water, welke vorm het ook leek te hebben aangenomen!

Het volle besef van de verzoening is dan ook het inzicht dat de afscheiding nooit heeft plaatsgevonden. Het ego kan hierover niet zegevieren omdat het de uitdrukkelijke vaststelling is dat het ego nooit heeft plaatsgevonden.

Een Cursus in Wonderen

De waarheid dat het ego nooit heeft plaatsgevonden, betekent ook dat er in alle verhalen over ik en de wereld die het denken tevoorschijn tovert geen plaats is voor een verleden gevuld met schuld of schaamte. Als de dingen in de wereld nooit gebeurd zijn, is er niemand schuldig. Geen enkel ogenschijnlijk persoon heeft ooit iets gedaan of gelaten. We zijn allemaal onschuldig aan wat we denken te hebben gedaan. Je hebt de as van het wiel nooit verlaten, ook al leek het van wel.

De fysieke wereld en de mentale wereld kunnen geen enkel moment los staan van het Kennen, van Bewustzijn. Daarom zijn beide niets dan Bewustzijn.

Atmananda

Suizen

Wat ik belangrijk vind om te benadrukken, is dat de ervaring – in mijn geval: de ervaring van Jan – niets te maken heeft met wat we als ervarenheid in wezen zijn. Of het nu gaat om goede tijden of slechte tijden van Jan, ik blijf me realiseren dat ik op de eerste plaats al nooit Jan ben geweest, want ik kan zijn kant, de gekende kant, als ervarenheid niet in. De aandacht is daardoor vanzelf gericht op de kant waar we *wel* zijn: het Kennen-zijn zelf. Dat is mijn suizen.

In de Odyssee wordt dit gesymboliseerd in het verhaal waarin Odysseus zeven jaar bij Calypso (het symbool voor al het gekende) naar de zee (het Kennen) zit te kijken. Calypso vraagt: 'Waarom kijk je steeds die kant uit?' Odysseus antwoordt: 'Daarginds woont mijn vrouw.' Calypso probeert hem terug te lokken naar haar gekende wereld. 'Maar ik ben toch veel knapper?', zegt ze. En dat moet Odysseus ook toegeven. De wereld is heel aantrekkelijk: seks, drugs, carrière, geld, enzovoorts. Ondanks dat hij het bed deelt met Calypso, blijft hij met zijn aandacht toch bij zijn vrouw, want van haar houdt hij uiteindelijk het meest. Eeuwige Liefde, blijvende Liefde, daar gaat hij voor. Dat is zijn suizen.

In het suizen ontstaat ruimte voor werkelijke, onveranderlijke intimiteit. Want er wordt gezien dat de achterste stoel, het onpersoonlijke Zijn, gedeeld wordt met alles en iedereen: met je kinderen, je partner, je ouders en schoonouders, de kassière, de postbode, de melkboer, de conducteur, je collega's, of de tuin achter het huis. De intimiteit is allesomvattend: alles en iedereen maakt er deel van uit. Het is geen 'houden van' iets of iemand, het gaat oneindig veel dieper. Er zit geen enkele gedachte achter, er zit geen persoonlijk element in. Dat is Liefde, en die is al Een en allesomvattend. Daarom kun je er met je ego-denken ook niet bij.

Voor de 'ander' kan ten zijn, want die erpersoonlijks, als een heeft gekregen door voor jou iets onpersoons ervaren-zijn zelf. schijnlijke conflictsin elke communicatie dat intimiteit, het deons achterste stoel-zijn, kan de ander hier inditot het hem of haar wordt dat echte intiafhankelijk en altijd Zijn zelf. Suizen lijkt is uiteindelijk ook het in op, behalve 'jij als



dat moeilijk te bevatvaart intimiteit als iets ervaring die hij of zij iets anders, terwijl het soonlijks is geworden: Dat kan een ogen-tuatie creëren. Door over en weer te zien len van de Liefde van iets onpersoonlijks is, rect in 'meegroeien', uiteindelijk duidelijk miteit van niemand aanwezig is als ons een oefening, maar het eindpunt. Alles lost er zuiver Gewaarzijn'.

Stilte

Wij horen dat waar wij naar luisteren, en wij zien dat waar wij naar kijken. En door dat luisteren houden we het gehoorde in stand, en door dat kijken het geziene. Daarom moeten we, als we willen komen tot de Vrijheid die we wezenlijk zijn en onze schijnonvrijheid willen elimineren, weer leren kijken en luisteren naar wat wij wezenlijk zijn. Dat is de Stilte zelf. Het

wezenlijk begrijpen, het wezenlijk communiceren, het wezenlijke geluk is de Stilte zelf, die niets te maken heeft met de afwezigheid van geluiden. Het is de Stilte die een ander woord is voor de Vrijheid zelf, voor het volkomen bevredigd zijn zelf. Het is een Stilte die, wanneer men ze leert beluisteren in de diepte van het eigen hart, een universele stilte blijkt te zijn die er altijd geweest is, ook al hebben we haar overschreeuwd en 'overluisterd' en over het hoofd gezien. Wij hebben tot onze schade en schande geleerd verder te kijken dan onze neus lang was, en zelfs dat was al veel te ver. Doordat de oude gewoonten om mijzelf te beschouwen als honderd en één dingen zo ingehamerd zijn, vraagt het tijd, en lang en scherp kijken, voordat we helemaal doorzien hebben dat wij om de tuin geleid zijn, en dat wij in werkelijkheid iets zijn dat niets gemeen heeft met al die dingen. Er is enige tijd nodig voordat al die dingen opgelost worden in het Licht van Ikzelf, die de weg en de waarheid en het leven is ... maar een wezenlijke moeilijkheid is er niet.

Wolter Keers

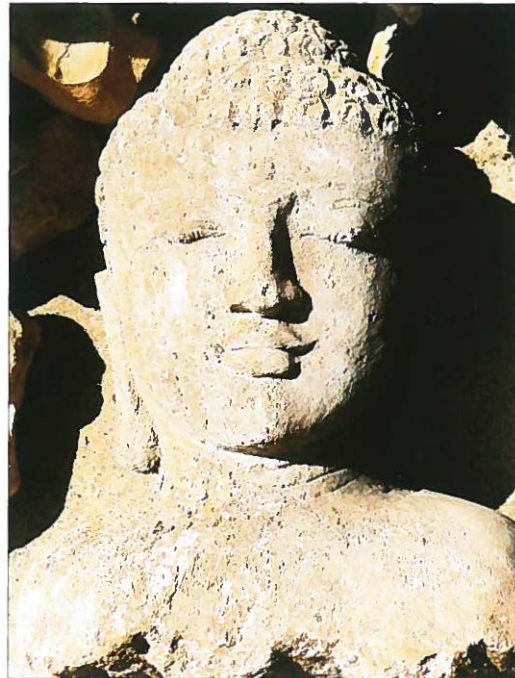
Je moet leren bij de feiten te blijven. Het feit dat je niet iets binnen het gekende bent, maar het Kennen-zijn zelf, maakt natuurlijk geen deel uit van het verhaal over jezelf dat zich binnen het gekende voordoet. Maar als je goed luistert, hoor je dat het verhaal verwijzingen bevat die je duidelijk proberen te maken dat het Kennen van het gekende iets in ons moet zijn wat stabiel is. Het ego, je identiteit als persoon in een lichaam, komt daartegen in opstand. Het zegt: dat kan niet waar zijn, want het leven begint bij 'de daad' en eindigt in de dood. We gaan allemaal dood. Kijk maar om je heen, eikel! Zo worden we met z'n allen gevangen gehouden in het verhaal dat we een tweepotig wezen zijn dat goed en kwaad kan doen, mannelijk of vrouwelijk is en zich kan voortplanten; dat geluk betekent dat je nog lang en gelukkig leeft vóór je ziek wordt en uiteindelijk sterft. Dat verhaal wordt door iedereen verteld en weer doorverteld, zodat iedereen er ook in blijft geloven. Het is pure indoctrinatie, hersenspoeling! Het gevolg is dat ook jij denkt en gelooft dat je gevangen zit in dat verhaal, waardoor je nooit je aandacht op ons Kennen-zijn zelf richt. Als persoon voel je jezelf zo onder druk staan om je staande te houden in die onoverzichtelijke en onvoorspelbare vliegershows die we 'de wereld' noemen, dat het je volledige aandacht opeist. Daardoor zie je niet dat die hele vliegershows je aandacht-zijn helemaal niet kan raken omdat hij alleen maar verschijnt in jouw Zijn. Jij bent als de onpersoonlijke aandacht zelf het Kennen en de dromer van die hele show.

Ook ik ben vele jaren gehersenspoeld om te geloven dat ik het lichaam en Jan was. Dus als er honger was, of pijn, leed ik daaraan. Ik werd bang als Jan bedreigd werd. Ik was bang om dood te gaan. Om rust te vinden mocht ik eerst de achterste stoel hervinden en daar volledig in leren verdwijnen. Dat wordt er bedoeld als er geschreven staat: 'Ken u zelve, maar niets teveel'. Je moet de uitgang uit het droomverhaal zien te vinden en daar weer gaan willen gaan wonen, in het 'alleen maar Zijn'. Dan blijft er in deze zijnstoestand alleen maar het kennen-zijn over van vogeltjes die roepen en zingen, het geluid van de afzuiger in de badkamer, wat geroezemoes in de verte, een vliegtuig dat overvliegt. De stilte van het kennen van die ervaringen blijft over als dat wat we zijn: stilte en vrede.

Dat je nu lijkt te praten en koffie lijkt te drinken, is niet meer dan een gedachtespinsel, een droom. Je moet zien dat dat allemaal een droom binnen jouw Zijn is, en als je de stilte die je bent mag hervinden, moet je die leren bewaken te midden van de hele vliegershow die zich lijkt af te spelen in jouw Zijn. Dat kan niemand anders voor je doen.

Dat is suizen. Maak er geen strenge stem van een straffende God van, iets wat binnen of buiten je spreekt en zegt: 'Opletten jongen, anders ben je het zo weer kwijt.' De echte stem van God is de stilte zelf. Die hoor je al en deel je al met hem.

Het gaat dus om het Kennen van het stilte-zijn, het Kennen van het Kennen-zijn zelf. 'Kennen' en 'nu' zijn één en hetzelfde Zijn; 'Kennen' en 'stilte' zijn één en hetzelfde Zijn; 'Kennen' en 'onpersoonlijke aandacht' zijn één en hetzelfde Zijn. In de klassieke advaita-literatuur wordt dat 'Sat-chit-ananda' genoemd. Wat je bent is niet 'iets onwetends'. Je bent iets wetends wat geluk-zijn met zichzelf deelt. Als je het met iets of iemand anders wilt delen, *verdeel* je het juist en val je vanzelf in de gekende wereld. Jan wil 'zijn' geluk graag



delen, en ik laat hem maar zijn gang gaan. Wat kan ik tegen hem zeggen? Mijn aandacht blijft gericht op ons stilte-zijn, op het suizen. Het denken lost op in het Kennen, en dat Kennen is zich bewust van zichzelf. Dat is de suis, zo ben je daarin aanwezig: als objectloos Bewust-zijn, helemaal ontdaan van alles wat geen Zijn is. En alles wat ik als Jan lijk te doen, probeer ik naar het suizen te halen, naar de stilte, de onveranderlijkheid.

Suizen is eigenlijk het water in de golf leren beluisteren, net zolang tot je rijp bent om het water in het water te horen in plaats van in de golf. Ook al zie je mij nog als Jan, ik deel toch gewoon het water in onze golf al met je. Dat delen van ons water-zijn symboliseert het suizen.

Als het denken en het voelen verstild zijn, maar nog niet vernietigd, als je nog niet voortdurend en vanzelfsprekend ziet dat het hele gekende niet bestaat, maar wel de genade van bereidheid aanwezig is om voor de achterste stoel te kiezen in plaats van voor de voorste drie van het waken, dromen en slapen, dan kan de suis je helpen te groeien. Die kan verschillende niveaus bereiken, tot uiteindelijk het hoogste niveau van ons onomstotelijke waarheid-zijn bereikt wordt.

Je kunt in één keer thuis komen, of via een omweg. Voor beide wegen is het suizen als hulpmiddel beschikbaar zolang er sprake lijkt te zijn van waarnemingen. Het kan je helpen om problemen binnen het gekende te omzeilen, door je aandacht bij het onveranderlijke in jezelf te houden en tegelijkertijd je ervaringen te blijven doorzien als niet waar. Want de ervaringen houden niet op als je ze eenmaal doorzien hebt als niet waar. Ze gaan ogenschijnlijk gewoon door, ze blijven hun verhalen vertellen. Als Odysseus de vrijers heeft gedood, gaan die in het hiernamaals gewoon door met vertellen dat *zij* Odysseus naar huis hebben gebracht. Zolang de vliegershow nog draait, zal die gepaard gaan met een stroom aan verhalen die het denken voor je opdist. Daar moet je uit zien te blijven. Je gaat dan bijvoorbeeld als hulp iets doen – het maakt niet uit wat, want in een handeling zit geen gedachte. Anders gezegd: je aandacht blijft op die manier makkelijker bij het suizen.

Wanneer je de Werkelijkheid ziet als alle gedachten te boven gaand, en je je contemplatie daarmee in overeenstemming brengt, kunnen woorden hulpmiddelen zijn om je naar een stilte te voeren waar alle gedachten ophouden en de Werkelijkheid wordt ervaren.

Atmananda

Suizen is zien dat je het licht bent waarin alles verschijnt, dat je al in God bent, dat je bestaat uit zuiver geluk-zijn. Suizen is door de regenboog heen kijken, het witte licht zien terwijl je naar de kleuren kijkt. Door de kleuren voor waar aan te nemen, vermink je het licht zelf.

Zolang het gevoel bestaat dat jij het bent die handelt, is er verlangen. Jij als persoon wil de wereld naar je hand zetten, je verlangt naar iets goeds of iets beters voor jezelf. Dat is je leven als 'ik'. Als dat verdwijnt, schijnt het zuivere licht van het Zelf.

De vogel bezingt je stilte



Als Odysseus thuis is gekomen, claimen de vrijers in het hiernamaals dat dat hun verdienste is geweest. Het verhaal van het denken dat beweert je behulpzaam te zijn, moet worden voorzien als niet waar. Als ik vroeger in 'mijn' stilte-zijn zat, zei het denken dat het dan in de wereld ook stil moest zijn. Daardoor kon ik geen lawaai velen in mijn stilte. Later kwam ik erachter dat ik de stilte *zelf* ben. Er draaide toen iets om: alle geluiden bevestigden alleen maar dat ik stilte ben. Het zingen van de vogel die langs vliegt en weer verdwijnt, bezingt in feite ons stilte-zijn. Als je naar een geluid luistert hoor je eigenlijk: ik ben stilte, ik ben stilte, ik ben stilte.

Sat-Chit-Ananda is de term die in de klassieke advaita gebruikt wordt om de drie verschillende aspecten van het Ene aan te duiden: zijn- kennen-geluk(kig zijn). Ofwel: nu-kennen-stilte. Maar het is wel belangrijk om te beseffen dat die termen onpersoonlijk moeten worden opgevat. Dus *Sat* wil zeggen: Ik ben niet iemand die bestaat, maar Bestaan-op-zich. *Chit* wil zeggen: Ik ben niet iemand die kent, maar Kennen-op-zich. En *Ananda* wil zeggen: Ik ben niet iemand die in vrede leeft, maar Vrede-op-zich.

In het begin herken je de stilte nog niet helemaal als onpersoonlijk en objectloos. Maar op den duur ga je herkennen dat het stilte-zijn er altijd al is geweest, al vóór je jezelf als persoon begon te zien. Er is ook nooit een andere tijd geweest dan Nu. Nog beter gezegd: er is nooit iets anders geweest dan het Kennen van de stilte, van het Nu. Ze zijn één Zijn.

Als iemand zegt: 'Jan, ik heb al twee weken niet meer gesuisd', dan kan dat niet waar zijn, want het Kennen-zijn staat altijd aan. De stilte, het Nu, de onpersoonlijke aandacht is volcontinue aanwezig.

Maar in dat Nu, in die stilte, in die onpersoonlijke aandacht zweeft een levensgrote lichtkrant met de tekst: 'Ik ben de stilte alweer twee weken kwijt.' Ook al roept die boodschap boosheid of teleurstelling op, ze kan altijd worden doorzien als niet waar. Gedachte, klotegevoel, BAM: niet waar! Juist dankzij het feit dat ik me klote voel, kan ik zien dat ik dat klotegevoel *draag* en niet *ben*. Zulke gevoelens hebben geen eigen zijnswaarde. Ook al kennen ze hun levensbron niet, ze zijn er wel volkomen van afhankelijk.

Dat Kennen-zijn weer zien gaat gepaard met ontspanning. De stilte gaat gepaard met rust. Die

Dagboekantekening Jan

kun je ogenschijnlijk kwijtraken, maar dat gebeurt niet meer als je je ervan bewust mag blijven dat stilte-zijn geen activiteit is, dat Kennen-zijn geen activiteit is, dat onpersoonlijke aandacht-zijn geen activiteit is. Maar binnen die onpersoonlijke aandacht zweeft een lichtkrant die de aandacht ogenschijnlijk persoonlijk maakt. Er komen voortdurend 'persoonlijke' teksten langs als 'Ik voel me beledigd', 'Ik werk me kapot', 'Ze zijn me aan het belazeren', etcetera. Maar als de aandacht weer als onpersoonlijk herkend is, wordt daardoor vanzelf ook gezien: 'ik' is niet waar, het is nooit gebeurd. In de Cursus in Wonderen wordt dat 'pure vergeving' genoemd. Elke gedachte die binnenkomt, wordt weggegeven aan 'nooit gebeurd'. Als je een hele week slecht geslapen hebt, blijf je je toch bewust dat dat niet meer dan een droom in jouw ervaren-zijn is.

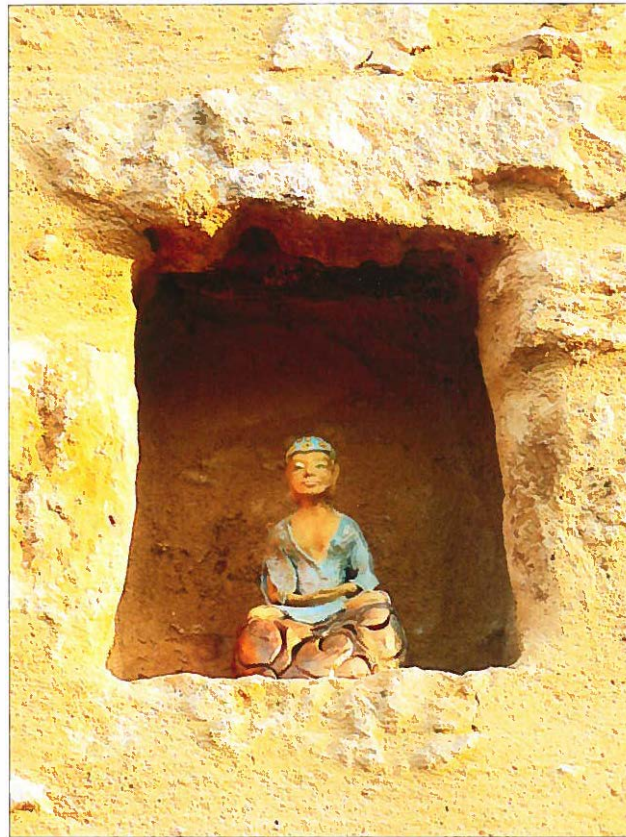
Ik heb geen ander medicijn voor je gevoel van onbehagen, eenzaamheid, teleurstelling, onvervuldheid. Mijn belangrijkste advies is om in dat suizen te verdwijnen en zo het al thuis zijn te eren. Ga in dat ervaren-zijn zitten en zie dat elk ding - tafel, stoel, kopje, Jan, of wie of wat dan ook - niet waar is. Speel ermee, ga nu al oefenen, in plaats van dat pas te doen als je ergens last van hebt. Je hoeft het leven niet eerst zat te worden. Je moet het nu zat *zijn*, want er is niets anders dan Nu! Je kunt dus terugvallen op een bruikbaar hulpmiddel om uit de herrie te blijven die de lichtkrant ogenschijnlijk produceert binnen ons stilte-zijn. Het suizen is het verankeren van het Kennen van de stilte als ons Zijn. En daar kun je regelrecht naartoe, altijd. Als je het als hulpmiddel gebruikt, heb je het nog niet echt herkend en erkend als je eeuwige veilige bron. Maar als je jezelf niet langer los ziet van het suizen, heb je de bron van je Zijn al gevonden, ook al ervaar je dat nog niet zo. Dan heb je, zoals de Cursus het noemt, de Heilige Geest weer gevonden die je helpt dat al-thuis-zijn als veilig en twijfelloos te ervaren.

Vanuit de stilte, vanuit de achterste stoel, kun je moeiteloos door alle verhalen leren heen kijken. Je ziet twee mensen ruzie maken, en tegelijkertijd zie je direct de onschuld bij beiden. Je vergeeft ze onmiddellijk, ook al geeft het denken een van de twee ogenschijnlijk gelijk. Want je ziet: er is niemand, er gebeurt eigenlijk niets. Het zijn slechts droomfiguren. Alles maakt deel uit van mijn eigen Zijn, en speelt zich daarin af.

Het verhaal van de leraar die gevangen zit in een ruzie tussen twee van zijn leerlingen kan hierbij als voorbeeld dienen. De leraar merkt dat een meningsverschil tussen twee leerlingen de hele groep leerlingen verdeelt in twee kampen. Zijn vrouw vindt het een onwenselijke situatie. 'Je moet er wat aan doen', zegt ze tegen de leraar. 'Ga met ze praten. Ik zal je helpen'. De vrouw haalt koffie en iets lekkers in huis, en nodigt de twee leerlingen één voor één uit. De leraar begint te praten met een van de twee, en als die zijn standpunt uitgebreid heeft kunnen onderbouwen, zegt de leraar: 'Oké, vanuit jouw standpunt heb je helemaal gelijk.' Met de tweede leerling gaat het precies zo. Dan zegt de leraar tegen zijn vrouw: 'Ben je tevreden zo? Ik zou nu wel een hapje willen eten.' De vrouw reageert boos: 'Wat ben jij een hypocriet! Je geeft ze allebei gelijk!' 'Je hebt helemaal gelijk', is het antwoord van de leraar.

Wie anders dan juist de leraar moet in staat zijn ogenschijnlijke verschillen en verdeeldheid te passeren? De leraar moet altijd doorzien dat elk oordeel over een ander alleen laat zien dat hij of zij die

eigenschap zelf ook heeft. Hoe zou het anders bij de 'ander' herkend kunnen worden? 'Wat je zegt, dat ben je zelf!' Door breed te blijven lukt het de leraar uit de persoonlijke verhalen te blijven en geen aandacht naar zich toe te trekken. De leraar heeft geen aandacht meer nodig, want hij of zij houdt de aandacht op de aandacht zelf gericht, en heeft daar genoeg aan. Er blijft zelfs genoeg aandacht over om weg te geven als de situatie daar om vraagt. Heel soms ben ik wel eens moe en moet ik de aandacht wel eens een paar dagen voor mezelf als Jan houden, maar dat is maar om de zoveel maanden een keer het geval. Dus af en toe loopt Ramana om de berg heen, dat is om helemaal bij zichzelf te blijven. Dan zijn er zoveel mensen die iets van hem willen, en dan gaat hij even zijn eigen rondje maken om de kracht te hervinden om de aandacht weg te geven aan zichzelf op al die plekken waar dat nodig lijkt te zijn, waar nog niet herkend is dat het aan het eigen Zijn dient te worden gegeven.



Het inzicht van het Eén-zijn van alle dingen kan zich steeds verder verruimen. Het wordt al doende steeds sneller doorzien. Als iemand in de gekende wereld anders is dan anderen, als zich in een eikenbos een lindeboompje staande probeert te houden en zegt: 'Ik hoor er ook bij', dan zie je dat hun Zijn in dezelfde grond staat. De dingen in de gekende wereld voeren helemaal geen strijd met elkaar, want het zijn allemaal manifestaties van het Ene dat zichzelf heeft verdroomt. Als verschijnsel op zichzelf bestaan ze in feite niet eens. Ze moeten overleven, ze willen niet dood, maar jij ziet dat er in ons Zijn helemaal geen dood bestaat, en daardoor kun je anders met ze omgaan. Je kunt

je kinderen steunen in datgene waar ze goed in zijn of plezier aan beleven, in plaats van ze klaar te stomen voor de maatschappij. Ze hoeven niets te bereiken, ze hoeven zich alleen maar hun er-zijn te voelen en te ervaren als iets goeds. Zo kun je ze helpen een volwassen persoon te worden, zodat ze vervolgens die persoonlijkheid kunnen leren passeren. Maar een volwassen persoon kan net zo goed iemand zijn die er voor kiest om als dakloze op straat te wonen. Het gaat erom dat hij of zij niet meer oordeelt, niet meer kiest voor één helft van een tegenstelling (goed of slecht, mooi of lelijk, nuttig of nutteloos), omdat gezien wordt dat dat hele droomverhaal niet waar is. Zo krijgen schuld, pijn en dood geen kans om ons eeuwige stilte-zijn te verstoren.

Iemand die begrepen heeft dat geluk niet in dingen zit, jaagt die dingen ook niet meer na. Daar treedt dan een zekere onverschilligheid op. Maar die wordt honderdvoudig gecompenseerd, doordat men dicht bij de bron is gekomen. Want wat is tenslotte de juiste inspiratie voor een relatie tussen ons? Dat is de liefde zelf. Wanneer ik de liefde zelf ben, dan heb ik niets meer aan jou te verdienen; dan hoef ik ook niet aardig gevonden te worden door jou, om toch van je te houden. De liefde zelf is de kracht die het lichaam en het denken en het voelen de juiste dingen laat doen. De dingen gaan zichzelf doen, in harmonie met de Harmonie die ik ben. Zodra ik dat dus ontdek, is alle passiviteit en onverschilligheid verdwenen. Dan mag het onverschillig lijken als ik mij niet inzet om bijvoorbeeld een nieuwe auto te kopen. Maar in werkelijkheid is die onverschilligheid er alleen maar aan de oppervlakte. Het is een verschil in waardebeoordeling. Ik weet nu dat de werkelijke waarde ergens anders ligt. En ik heb ontdekt dat ik niet van iemand houd vanwege zijn mooie haren, maar vanwege die liefde in die persoon, die in feite één is met de liefde in mij. Er zijn niet twee liefdes.

Er is maar één liefde, waarin zich ogenschijnlijk personen manifesteren.

Wolter Keers

Zonder attributen, zonder enige verandering of conditionering ben Ik de verblijfplaats van Liefde, constant in vrede en zonder smet: het Ene zonder tweede.

Atmananda

Doenerschap



De illusie, het ego, deze droomwereld, beschermt zich om zichzelf in stand te houden. Als het ego één minuut met de werkelijkheid in aanraking komt, kan het zich niet meer handhaven. Het beschermt zichzelf. Het wil de waarheid wel horen, maar alleen als die in zijn verhaal past en op die manier de weg naar huis bemoeilijkt kan worden. Het denkt: 'Als ik de waarheid ken, kan ik alles in de droom naar mijn hand zetten, kan ik krijgen wat ik wil en eindelijk ook doen wat ik wil'.

Maar op het moment dat je de waarheid kent, vervalt het idee dat je dingen kan hebben. Dat gaat gewoon niet samen. Het ego weet dat niet en steekt zijn kop in het zand. Ergens in zijn verhaal gelooft het ego dat het dood moet als het de waarheid vindt. Geloven dat het dood kan gaan is de grote illusie, en dus is dat de bron van zijn weerstand tegen de waarheid.

Vraag bezoeker: *Dat overlevingsmechanisme, die afkeer van de waarheid, is dus iets automatisch, een reflex?*

Jan: Jaren geleden kwam er vaak een man bij mij. Hij kwam altijd drie uur heen rijden, bleef dan twee uurtjes, en reed weer drie uur terug. Ik vond hem heel aardig, en dat zei ik ook tegen hem. Ik zei steeds: 'Goh, wat ben jij een aardige man!' Op een gegeven moment zei hij: 'Godverdomme Jan, ik vind dat niet leuk. Ik *ben* helemaal niet altijd aardig!' Ik vroeg: 'Hoe weet je dat?' Hij antwoordde: 'Ik weet wanneer ik niet aardig ben.' Zoiets is heel zeldzaam. Noem mij nog maar eens iemand die weet dat hij kwaad is op het moment dat hij dat is.

Vraag: Dat is toch die afstand waar je het de hele tijd over hebt? Dat je naar jezelf kunt kijken, dat je ziet wat je doet en wat je denkt?

Jan: Ja. Dat als Jan kwaad is, dat ik voordat het denken iets kan denken al zie: jongens pas op, Jan is kwaad.

Vraag: Dat maakt het leven niet echt leuker.

Jan: Waarom niet?

Vraag: Ik zal het niet altijd ter plekke doorhebben of zo, maar ik denk dat ik me best wel bewust ben van het moment waarop ik iets stoms doe, maar als je de hele tijd op zo'n afstandje staat word je onverschillig. Als je de hele tijd denkt van: 'O kijk, nou doe ik iets stoms', dan is het alsof je je handen ervan af trekt.

Jan: Is dat waar, of is dat een intellectueel steekspel van het denken om jezelf onderuit te halen? Is het echt waar wat je denkt? Als mijn denken iets zegt, maakt niet uit wat, dan kijk ik daar direct naar: 'Even kijken wat hij ermee bedoelt'. Ik vertrouw mijn jantjesdenken niet. Dus zo gauw mijn denken iets zegt, gaat de aandacht gelijk naar de rust van ons ervaren-zijn. Van daaruit kijk ik naar mijn denken en welke oorlog het nu weer van plan is te voeren. Ik weet dat mijn jantjesdenken altijd oorlog zoekt.

Vraag: Ja, maar daarom is het toch zo dat je je machteloos voelt als je iets stoms doet. En als je die afstand dan hebt, kun je er eigenlijk al niks meer aan doen, omdat je er dan buiten staat. Dan zou je eigenlijk de hele dag gemene dingen kunnen doen en dan kunnen denken: 'Ik vind het eigenlijk gemeen dat ik dat doe.'

Jan: Ga eens lekker doen. Waarom mag je dat niet doen dan?

Vraag: Omdat ik ook gewoon wel een idee heb over wat mag en niet mag, waardoor ik niet achter sommige dingen sta die ik doe, en die ik liever niet zou doen.

Jan: Dus je hebt ideeën ontwikkeld over goed en slecht. Waar heb je die opgedaan?

Vraag: Jij vindt toch ook het één lekkerder dan het ander?

Jan: Ja, maar dat heeft niks met goed of slecht te maken.

Vraag: Op een bepaalde manier wel. Je doet toch liever aardig tegen iemand dan stom?

Jan: Nee, hoeft niet. Bij mij is het toevallig niet zo. Ik heb altijd een beetje gek gedaan.

Vraag: Maar je hebt in principe toch wel het beste met mensen voor?

Jan: Ja, maar dat is toevallig aangevinkt. Dat heb ik niet gedaan. Ik heb niet vanmorgen gezegd: 'Ik ga vandaag een aardige man zijn' en daarnaar gehandeld. Dat heb ik gekregen. Kan jij zeggen: 'Ik long?' Dat kan je wel zeggen, maar dat slaat toch nergens op? Een ik dat longt, dat slaat nergens op, en een ik dat zich klote of goed voelt, is net zoiets belachelijks.

Vraag: Vind ik niet. 'Ik long' bestaat niet, daar merk je niks van. Je merkt het wel als je je klote voelt.

Jan: Zou het niet zo kunnen zijn dat alle dingen spontaan gebeuren?

Vraag: Je merkt het toch? Je voelt je toch rot?

Jan: Als je je rot voelt, is dit er dan nog? Dat geluid dat we nu horen?

Vraag: Dat staat daar toch los van?

Jan: Nou, bij mij is dat geluid de uitnodiging om naar 'mezelf' te gaan kijken. Als ik me klote voel, kijk ik alleen maar naar dat klotegevoel. Ik ga het fotograferen en uitvergroten, tot ik alleen nog maar een mannetje met oogkleppen op zie dat zich klote voelt. Als je je dan laat uitnodigen, door de aandacht op andere waarnemingen te richten, om weer breed te kijken, om het geheel weer in beeld te houden, wordt dat 'klote voelen' steeds kleiner, tot je het in de juiste proporties ziet. Zie ik het in de juiste proporties, dan lost dat kleine onderdeel van het 'klote voelen' op in het geheel van de waarneming.

Vraag: Dus je sluit je af voor alles wat je voelt.

Jan: Nee, je sluit je juist niet af, je opent jezelf voor alles wat je voelt. Je sloot je af door zo te doen (beeldt oogkleppen uit) en je alleen nog op dat klote gevoel te focussen. Op een bepaalde manier open je jezelf dan als ervarenheid. Je neemt zoveel afstand dat de ervaringen geen op zichzelf staand bestaan meer hebben.

Vraag: Ik zou dat zelf niet willen.

Jan: Zou je geen Liefde willen?

Vraag: De dalen die ik voel, kan ik ook voelen omdat ik pieken voel, snap je?

Jan: Is dat echt zo? Is er niet iets anders nodig om dalen en pieken te observeren en te dragen?

Vraag: Ik snap wel dat dat er is, maar ik weet niet of ik die dalen en pieken kwijt zou willen.

Jan: Dat is oké, maar je hoeft ze ook niet kwijt, want ze bestaan niet.

Vraag: Ik ervaar ze toch!

Jan: Maar dat ervaren gaat niet mee. Juist je onveranderlijke ervaren-zijn laat zien dat je helemaal vrij bent van de goede en slechte tijden die zich in je droom lijken af te spelen. Dat is het wonder. Het wonder is dat je er, door het ervaren-zijn in ons te onderzoeken in plaats van de ervaring, achter komt: 'mijn ervaring' heeft er helemaal niks mee te maken. Goede tijden zijn geen garantie dat de slechte tijden wegblijven. Je hebt nog geen seconde de kracht van 'Jantje oké' gevoeld of daar is 'Jantje klote' alweer. Je ervaart gelijk 'Jantje klote', dus dat ervaren geeft niks om wat er net nog was: 'Jantje oké'.

Vraag: Ik begrijp het laatste niet.

Jan: Als ik vanavond ga slapen om vijf voor elf, en deze toestand gaat weg en mijn droom komt, dan laat ik deze toestand los. Dus ergens kiest iets in mij ervoor om die droom te gaan volgen. Tijdens die droom heb ik niks met deze zogenaamde waakwerkelijkheid te maken. Dus datgene in jou dat alles volgt, volgt de droomtoestand net zo intensief als deze waaktoestand, en de hoofdrolspeler in jouw droom volg je net zo intens als de hoofdrolspeler van dit moment.

Vraag: Ik begrijp niet waarom je daar helemaal in zou willen gaan zitten.

Jan: Je zit er al in. Als je je ervaren-zijn één seconde kwijt zou zijn, zou je je slechte tijden niet meer meemaken.

Vraag: Waarom zou je alles wat je voelt zomaar kwijt willen raken?

Jan: Nou, als je ontdekt dat alle ervaringen gedragen worden door het ervaren-zijn in ons. Dat ervaart de ervaring. Als ik erachter kom dat wat hier gebeurt niet waar is, dan kan ik dus zien dat ik helemaal geen ervaring nodig heb om de stilte te ervaren die ons Zijn is. Als ik voor blijvend geluk ga, kies ik direct voor dit punt hier, de stilte, de achterste stoel.

Vraag: Ik denk dat je dan wel heel erg het gevaar loopt om onverschillig en een ethisch onverantwoord mens te worden. Jij zegt dat ethisch niet bestaat, maar dan zou ik nu net zo goed gewoon je huis in de fik kunnen steken en kunnen denken: 'Nou ja, wat interesseert mij het?'

Jan: Ga je gang maar. Maar dit is inderdaad een moeilijk gebied. Mijn uitnodiging is dat als je die fase overleefd hebt - de fase van het 'behappen' noem ik dat - dan kom je er vanzelf wel achter dat alles wat je dacht in werkelijkheid niet waar is; dat het alleen maar verbeelding is. Zoals in de Odyssee de cycloop de manschappen van Odysseus afpakt en een voor een opeet, zo eet de goeroe al die ideeën op waar jij bang voor bent: het idee dat je doodgaat, het idee dat je onverschillig wordt of dat je misschien rare dingen kan gaan doen ... dat zijn allemaal ideeën. Je 'doet' de dingen niet, ze gebeuren vanzelf. Je houdt zelf de rem erop. Je denkt dat je het met je intellect moet doen, maar zo gaat het niet. Dat is de uitnodiging: alles toe te staan wat er zou kunnen gebeuren. Je ontdekt dat er helemaal niks gebeurt, meestal. En gebeurt er wel wat, dan leer je dat je bepaalde dingen beter niet kan doen, en niet omdat het niet lekker of leuk is, maar omdat je er ongelooflijk veel heisa van krijgt.

Vraag: Maar die heisa doet er dan toch niet toe?

Jan: Op een gegeven moment ontdek je dat je niet doet wat je doet. De dingen gebeuren in het draaiveld van het wiel, maar jij bent de as. Daar gaat je aandacht op den duur vanzelf naartoe. Dat noem ik tompoes/moorkop. Een moorkop vind ik het lekkerste, daar kies ik vanzelfsprekend voor, maar ik wil best ook de tompoes eten. Maar als de moorkop zo lekker is dat ik er helemaal verzadigd door raak, dan eet ik vanzelf de tompoes niet meer. Dat is de uitnodiging, om daar heen te gaan. Dat je niet kiest voor goed of slecht, maar dat je gewoon kiest wat waar is, en tegelijkertijd ook wat het lekkerst voor jou is.

Vraag: Ik ben het daar niet mee eens, Jan.

Jan: Het kan ook niet door iemand gedaan of gelaten worden. Ga maar van alles doen. Het komt niet op dit moment, wacht jouw moment maar af. Wat ik probeer te doen is je duidelijk maken

dat je uit twee kanten kunt kiezen in plaats van slechts die ene kant die je nu denkt te hebben. En dan kies je vanzelf de lekkerste kant, en die zorgt er vanzelf wel voor dat je terug naar je al-thuis-zijn wilt. Maar je kunt er ook mee kappen. Je kunt er nu mee kappen om hier mee bezig te zijn. Je zei net dat je de slechte tijden niet wilt missen omdat er daardoor ook goede tijden kunnen zijn.

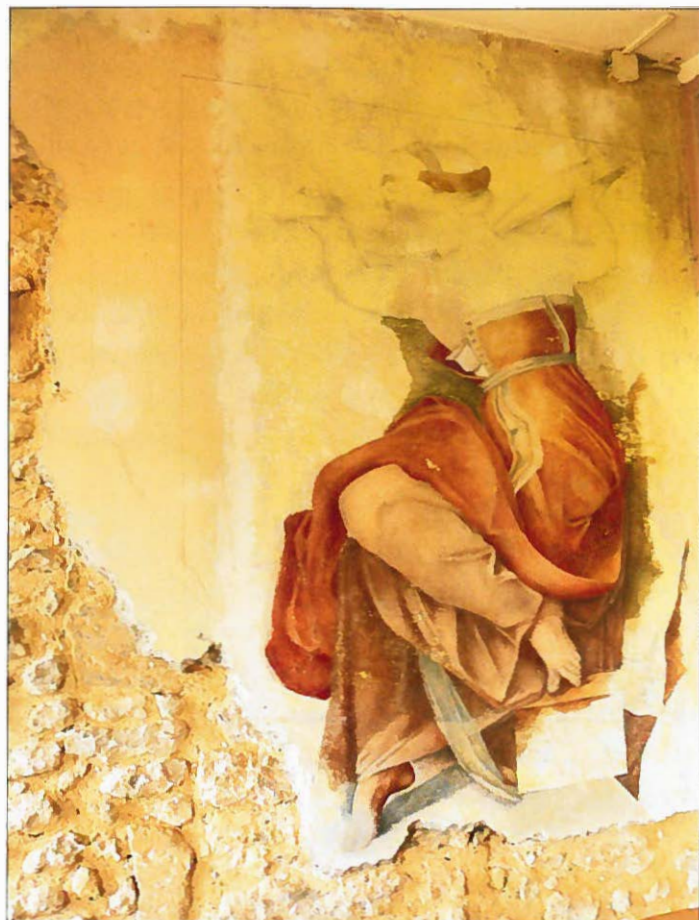
Vraag: Ja, maar ik kies niet voor het slechte, ik kies voor allebei.

Jan: En jij dacht dat yin/yang, man/vrouw, goed/slecht, mooi/lelijk bij elkaar kunnen komen? Hand in hand Ajax-Feyenoord bekijken zonder dat Ajax of Feyenoord wint, en dan toch gelukkig worden?

Vraag: Ja.

Jan: Oké, ik geloof dat niet meer. Maar ik vind het heerlijk als je dat wel kunt. Doe al die dingen maar die je denkt te moeten doen. Als je de uitgang uit de 'goede tijden, slechte tijden-wereld' al kent, is de mogelijkheid aanwezig dat je daar werkelijk een keer naartoe wilt. Eerder gaat het toch niet. Maar op een gegeven moment gaat de wereld van pijn en dood je toch een keer vervelen, want je merkt dat je ondanks je inzet eigenlijk niet echt contact kunt maken met anderen. Net als iedereen voelde ik me eigenlijk alleen op de wereld. Nu ben ik niet meer alleen, want ik deel nu iets. Ik weet dat iedereen een geheim heeft, en dat geheim ken ik al. Ik probeer alle mensen die daar open voor staan tips te geven om dat ook in henzelf te vinden. Meer is het niet. Dat ze zich afvragen: 'Hé, is dat hele verhaal wel waar?'

Wat je ook doet in het leven, ik sta achter je, letterlijk. Ik steun je in alles. Want ik weet dat ook jij de as van het wiel bent, dat ook jij op de achterste stoel zit. Jouw ervaren is mijn ervaren. Dus als jij thee drinkt, ervaar *ik* dat, en wat ik ervaar is wat wij beiden ervaren als één. *Het ervaren-zijn ervaart zichzelf als de achterste stoel op alle plekken!* Als je dat ziet, kan elke ervaring als jouw ervaring losgelaten worden.



Ik zie jouw hoofd, maar niet het mijne. En jij ziet mijn hoofd, maar niet het jouwe. Maar als je, net als Douglas Harding, ontdekt dat hier (*wijst naar zijn hoofd*) geen hoofd zit, maar een ongedefinieerde openheid die ruimte biedt aan alle waarnemingen, dan kijk je toch door een heel groot venster. Die openheid, dat ben jij. Het is de cycloop uit de Odyssee. Die symboliseert dat je niet uit twee ogen kijkt, maar uit één ding, één groot venster. En voor horen en de andere zintuigen geldt precies hetzelfde.

Thuiskomen in je ware zelf is niet iets wat je zelf kunt doen. Het is het ontvangen van de genade van het einde van het doenerschap. Je mag eindelijk de waarheid zoals die altijd open en bloot te zien is accepteren: dat je echt niets doet of laat, dat alle doen wat er lijkt plaats te vinden een illusie is omdat er in werke-

lijkheid niemand is. Als er niemand is in deze droom, kan er ook niets gedaan worden. Dat mogen inzien is genade, en ook het einde van de illusie van het doenerschap, want je mag nu herkennen dat jij de dromer van deze droom moet zijn en dat je dus zelf zult moeten leren om deze droom niet meer te maken en wakker te worden in dat wat je nu al bent.

Leerling/leraar

Door veel zoekers word ik gezien als spiritueel leraar. Dat roept verwachtingen op die veelal niet aansluiten bij de dingen die ik hen wil vertellen. Want als ik mag weten dat ik het Ene zonder tweede ben en dat elke afgescheidenheid een illusie is, kan ik het uitgangspunt van leerling/leraar natuurlijk niet serieus nemen en als waar beschouwen.

Ik kan hoogstens *spelen* dat ik een leraar ben, om tegemoet te komen aan degenen die daar



behoefte aan hebben. Zij zoeken iets wat ze *denken* nodig te hebben. Maar kunnen ze met hun denken zo'n leraar herkennen en op waarde schatten?

Een leerling denkt nog als een persoon. Hij of zij denkt dat er een wezenlijk verschil is tussen hem-/haarzelf en de leraar: de leraar is iemand die 'iets heeft' of 'ergens is', en de leerling heeft dat nog niet, of is daar nog niet. De leraar wordt hierdoor op een voetstuk geplaatst, in een positie geplaatst die hij nooit in werkelijkheid inneemt. Want iedereen, de leraar maar ook de leerling, zit al op de achterste stoel - is al thuis, maar droomt dat het denken hem of haar als persoon kan helpen dat thuis te bereiken. Dat al-thuis-zijn is wat de leraar de leerling duidelijk wil maken. En als dat duidelijk geworden is, wordt ook gezien dat er in werkelijkheid nooit een verschil is geweest tussen leraar en leerling, en valt de hele constructie die de leerling bedacht en geprojecteerd heeft op de leraar uit elkaar.

De leraar neemt die constructie van de golf die het water hoopt terug te vinden zelf nooit serieus. Hij of zij zal zichzelf nooit als leraar (dus golf) zien, maar weet wel dat het al-water-zijn binnen zichzelf anderen tot hulp kan zijn. In de Odyssee is Athene die hulp, in de Cursus in Wonderen is dat de Heilige Geest of Jezus, en in mijn Stoelendans is dat de achterste stoel. De leraar blijft te allen tijde op die hulp van het al-water-zijn gericht, blijft altijd zien dat het Ene, de achterste stoel, de bron van alle verschijnselen is, allesomvattend is, en dat dualiteit, de golvenwereld, dus *nooit* kan bestaan. Dat is genoeg. De leraar zegt gewoon elke keer: 'Deze golvenwereld is niet waar.'

In termen van de Odyssee kun je zeggen dat een Nestor de leraar, het water-zijn, binnen zichzelf in één keer vindt. Maar als je een Menelaos of Odysseus bent, moet je eerst nog een soort proces doorlopen waarin je als golf een reis lijkt te moeten ondernemen om weer thuis te kunnen komen in het water-zijn. Dan heb je, eenmaal thuisgekomen, natuurlijk *iets* nodig om het doenerschap te doorbreken, het idee dat jij dat zelf voor elkaar gekregen hebt. Dat kan een leraar zijn die de illusie van het doenerschap zichtbaar en voelbaar maakt en de aandacht richt op de Aandacht zelf. Maar de innerlijke leraar, het weten dat je al thuis bent, moet daar, of je die nu de Heilige Geest, Athene of de achterste stoel noemt, eerst als het ware zelf de ruimte voor scheppen om dat te laten gebeuren. Zonder die genade gebeurt er niets.

Ik kan de waarheid wel aan iedereen gaan lopen vertellen, maar 99% van de mensen zal me uitlachen of wat geld in de fooienpot stoppen voor die arme ziel. Vrijwel niemand neemt de waarheid serieus. Men vindt me hoogstens zielig of gek. Maar degenen die door genade wel openstaan voor wat ik zeg en mij als hulp zien, bied ik de mogelijkheid te zien dat er in werkelijkheid helemaal geen leraar is, dat er geen verschil is tussen hen en mij, omdat elk verschil binnen het Ene denkbeeldig is. Ik nodig hen uit te zien dat we één en hetzelfde zijn, het Ene Zijn zonder tweede, en dat we dat nu al delen.

Voor de leerling bestaat het proces dus uit het losgeweekt worden uit het denkbeeld een afzonderlijk persoon te zijn, en meestal ook uit het bevrijd worden van het idee van het doenerschap. Maar het gaat het snelst als je mag zien dat het *vinden* van de achterste stoel geen proces kan zijn. Het is een onmiddellijk en rechtstreeks herkennen van de 'plek' waar we altijd al zijn en nooit vandaan zijn geweest. Dan verliest de film zijn werkelijkheid en wordt het filmdoek gezien en herkend als de eeuwige drager van de film.

Dat kan ook zonder voorafgaand proces gebeuren. Er wordt plotseling gezien dat alles filmdoek is en was, en dat de film en zijn inhoud dus geen werkelijkheid kan zijn, dat dualiteit niet kan bestaan en we dus dezelfde bron delen. Dat is het inzicht dat de leerling mist, ook al is hij onder alle omstandigheden al thuis in datgene wat hij zoekt. De leerling gelooft zijn denken nog als hij meent dat er verschil is tussen hem-/haarzelf en de leraar. De leerling creëert dus zelf het onderscheid tussen de leraar en hemzelf, en moet dat onderscheid zelf ook weer afbreken, zonder dat hij kwijtraakt waar het om gaat.

In de Odyssee wordt dit aspect van het leerlingschap weergegeven in het verhaal van de cycloop. Odysseus is erachter gekomen dat de waarheid 'niemand-zijn' betekent. Hij gaat dan op zoek naar iemand die ook weet wat dat betekent. Dat blijkt de cycloop (het symbool voor de leraar) te zijn. Die woont alleen omdat hij leeft in de Eenheid. Odysseus ziet hem nog als 'de ander' en wil hem daarom testen, zoals elk ego dat doet, om te kijken of ze echt hetzelfde delen. Hij heeft niet door dat hij daarmee zelf een conflict met God of de waarheid in het leven roept, en al helemaal niet dat het genade is dat hij geholpen wordt. Maar de cycloop is toevallig niet thuis, en Odysseus denkt: 'Jij bent niemand, ik ben niemand, alles is Een, dus ik kan zonder problemen

je huis binnengaan en je eten opeten.' Terwijl Odysseus en zijn manschappen lekker zitten te eten, komt de cycloop thuis en treft hen daar aan. Hij vraagt Odysseus: 'Wie ben jij?', en Odysseus antwoordt: 'Ik ben niemand.' Zonder verder iets te zeggen pakt de cycloop vervolgens twee van de manschappen en eet ze op. 'Oké', zegt hij dan, 'jou eet ik als laatste op.'

Wat betekent dit verhaal nu? De manschappen zijn de maten van Odysseus waarmee hij samen naar huis denkt te gaan. Het zijn de ideeën van Odysseus over hoe dat thuis, zijn werkelijke Zelf, eruit zal zien. Tegen de cycloop schept hij op dat hij niemand is, maar tegelijkertijd heeft hij nog wel maatjes en is hij nog op weg naar huis. Hij zegt wel dat alles Een is en dat er niemand is, maar als de cycloop twee van zijn manschappen (dat wil zeggen: ideeën over hoe het thuis zal zijn) opeet, piept hij toch even anders. Zo komt hij erachter dat er in zijn denken nog steeds iets niet klopt. Hij probeert zich er nog wel uit te praten met allerlei verhalen, maar de cycloop eet gewoon nog twee manschappen op. Dat wordt Odysseus te gortig. Hij weet al wel dat hij de cycloop (de waarheid) niet kan doden, maar hij kan de cycloop met behulp van een list wel blind maken om zo de waarheid nog niet te hoeven zien.

Je moet dus in het dagelijks leven in de gaten leren houden dat de wereld niet waar is, maar er niet naar handelen zolang je nog met mensen omgaat die denken mens te zijn en zich er niet van bewust zijn dat ze al thuis zijn. Je moet juist heel rustig en lief in hun illusie meegaan en hen stukje bij beetje leren behappen dat ze nu al thuis zijn, maar dat ze dat niet moeten gebruiken om op te kunnen scheppen of er hun voordeel mee te doen.

Ik doe alsof ik als persoon, als Jan, in de gekende wereld leef, maar ik blijf me er tegelijkertijd van bewust dat ik in feite altijd op de achterste stoel zit, en daarmee automatisch ieder ander ook. Daardoor kan en hoeft ik niemand aan te vallen en mezelf nooit te verdedigen. Als het nodig is, stap ik vanzelf opzij. Maar als de mogelijkheid zich voordoet, help ik als Jan, en zo nodig als leraar, iedereen die het thuis-zijn zoekt inzien dat het waarnemen van de gekende wereld als geheel niet waar is. Elk contact, fysiek, verbaal of per mail, is daarop gericht, mits de mogelijkheid zich voordoet omdat er hulp gevraagd wordt. Natuurlijk kan ik niet alle verhalen uit de gekende wereld overzien, maar ik weet wel wat er achter al die verhalen zit: de illusie van een bestaan als afzonderlijk individu, de illusie van het doenerschap en de illusie van een gekende wereld. Als het mag laat ik zien dat iedereen net als ik al op de achterste stoel zit, en elk verhaal

over de wereld en over waken, dromen en slapen haal ik onmiddellijk weer terug naar de plek waar we nooit vandaan zijn geweest.

*Dit is de enige 'prijs' van de waarheid: je zult niet langer zien wat er nooit was,
noch horen wat onhoorbaar is. Is het een offer om niets op te geven,
en voor eeuwig Gods Liefde te ontvangen?*

Een Cursus in Wonderen

Het suizen verankeren

Gods Stem spreekt tot mij, heel de dag. Het is heel goed mogelijk de hele dag te luisteren naar Gods Stem zonder je gewone bezigheden op enigerlei wijze te onderbreken. Dat deel van je denkgeest waarin de waarheid woont, staat in voortdurende communicatie met God, of jij je hiervan nu bewust bent of niet.

Een Cursus in Wonderen

Dit citaat beschouw ik als een van de belangrijkste teksten in de Cursus. Wat er eigenlijk gezegd wordt is dat het God niets uitmaakt wat ik denk te doen. Hij wil alleen dat zijn zoon zich weer herinnert wie hij is en dat hij thuis is, zodat zijn lijden voorbij is en het duidelijk is dat ze de Eenheid delen. Dus waar ik ook ben en wat ik ook doe, als ik mij het al thuis-zijn bij God herinner zal ik gelukkig zijn. Dat is dus wat je kunt doen: onvrede direct onder ogen leren zien, het als een signaal herkennen dat de Eenheid in ons niet meer herkend wordt, de gedachten onderzoeken die de onvrede veroorzaken en die vervolgens aan de hulp in ons, bijvoorbeeld de Heilige Geest, geven in het vertrouwen dat hij ze ongedaan zal maken en je je daar niet meer mee

bezig hoeft te houden omdat je je al thuis weet. Telkens als je zo'n gedachte die je het gevoel van onveiligheid geeft laat corrigeren door de hulp van de Heilige Geest, dringt het licht van het al thuis zijn bij God verder door in je denken. En hoe meer van dat licht er in je schijnt, des te vaker zul je zijn veilige, vredige, stille stem horen. En ten slotte zul je ontdekken dat hij de hele dag tot je spreekt, omdat hij zich in jouw stilte-zijn bevindt en jij je in zijn stilte-zijn bevindt, en dat dat Het delen is.

Daarom is het zo belangrijk om het suizen bij je te leren dragen, zodat je dat stilte-zijn de hele dag kunt horen. Dat feit omarmen en koesteren maakt het mogelijk om uit de verhalen van de wereld der verschijnselen te blijven die er in langskomen, en ze zo direct te doorzien als niet



waar en ze, elke seconde dat ze opkomen en de aandacht trekken, te corrigeren. Het begin van elk verhaal is gelijk ook het einde: het is immers nooit gebeurd, het verschijnt alleen maar nu, als verhaal. Dan kan iedereen in het verhaal moeiteloos en onmiddellijk vergeven worden omdat je ziet dat het niet waar is, of het nu over Jan gaat of over iemand anders. Aanvankelijk is dat corrigeren iets wat je bewust lijkt te doen, maar op den duur ga je zien dat het eigenlijk vanzelf gebeurt, en dat dat ook altijd al het geval is geweest, en dat de illusie van het doenerschap uiteindelijk ook niets meer is dan een gedachte die langskomt in je stille gewaar-zijn. Dan is het suizen iets moeiteloos geworden dat verankerd is in je hele Zijn, en kun je, zoals de Cursus aangeeft, de hele dag luisteren naar Gods stem zonder je gewone bezigheden op enigerlei wijze te onderbreken.

Die verankering brengt voor mij met zich mee dat ik de wereld waar Jan in leeft niet meer voor werkelijk aanzie. Als ik naar Jan en zijn wereld kijk, zie ik gelijk waar Jan niet scoort, want Jan kan niet beslissen, vindt allerlei dingen niet leuk, wordt soms bang, etcetera. Ik kies ervoor om uit die wereld te blijven. Ik ga niet meer in Jan zitten, en dan heb ik ook geen wereld meer, want die hoort bij Jan, niet bij mij. Ik ben door bewust al thuis te zijn uit de pijn van het bestaan als persoon gegaan. Zodra je het verhaal over jezelf als persoon mag doorzien, kun je het vanzelf loslaten.

Als Odysseus weer thuis is bij zijn vrouw en één met haar geworden is, ziet zij dat zijn ogen toch weer afdwalen naar zee. En dan zegt Odysseus: ja, dat klopt. Ik moet nog naar een land waar geen water is, waar niemand de roeispaan kent. Daar moet ik mijn eigen roeispaan planten. Dan pas kan ik opgaan in niet-weten.

De verankering is te vergelijken met wat de Indianen deden als ze zich in de strijd niet door angst wilden laten leiden. Ze maakten het zichzelf onmogelijk om te vluchten door hun voeten aan een paaltje in de grond vast te binden. De verankering in je werkelijke Zelf is een proces van overgave, door te zeggen: 'Ik ben bereid te leren om sneller te schieten, ik ben bereid om gelukkig te worden door de wereld los te laten en te doorzien als niet waar. Help me maar.' Je geeft je bestaan als persoon over aan de achterste stoel, en je bent bereid om hulp van die kant met open armen te ontvangen. Want als persoon kun je je bestaan niet zelf opgeven. Wat nodig is, is dat je bereid bent om hulp van het onpersoonlijke te ontvangen, in mijn geval nog voordat ik zag dat God mijn thuis is.

Wat de Cursus 'corrigeren' noemt en wat ik 'sneller schieten' noem, is steeds weer zien dat het hele verhaal van je bestaan als persoon nooit waar is geweest. Als je de dromer het dromen van de droom kunt vergeven, ben je er vrij van: 'Je deelt geen kwade dromen als je de dromer vergeeft, en ziet dat hij niet de droom is die hij heeft gemaakt', zegt de Cursus. 'Vergeving scheidt de dromer van de kwade droom, en bevrijdt hem aldus.'

Het droomdenken blijft een wereld creëren waarin je als afzonderlijk individu geboren wordt en zult sterven, maar die wereld wordt steeds weer doorzien als illusie, ook al wordt hij nog steeds als werkelijk beleefd. Of je nu een klein kind ziet of een oude opa, voor jou zijn ze precies hetzelfde: verschijnselen die opdoemen in ons Kennen, in jezelf. Het denken zegt dat de een dichter

bij de dood is dan de ander, maar je blijft zien dat ook de dood niet meer dan een gedachte is, en zo valt ook de dood uit het bestaan en lost hij op in ons eeuwige Kennendheid-zijn.

Het suizen herinnert me er onophoudelijk aan dat ik Jan niet ben, dat er geen doener is. In de Cursus wordt dat 'de stem van God' genoemd, maar in feite is het datgene wat je ten diepste bent: het Ervaren zelf. Dat onveranderlijke ervaren-zijn reist niet, maar draagt de denkbeeldige reis van het denkbeeldige ik. Het doorzien dat ze denkbeeldig zijn schept ruimte voor het ik om elke rol te spelen die hem gevraagd wordt te spelen. Het ik verdedigt zichzelf steeds minder, zegt desnoods 'Oké' als hij voor randdebiel wordt uitgemaakt. Dat is niet nep of onoprecht, maar een manier om zo weinig mogelijk weerstand op te roepen en zo weinig mogelijk sporen achter te laten.

Suizen is herhalen. Het is de achteruitkijkspiegel naar de achterste stoel, die zo steeds in beeld wordt gehouden terwijl je ogenschijnlijk ook naar de rest kijkt. Daardoor wordt het gekende steeds meer als achtergrond gezien, totdat je jezelf daaruit terugtrekt omdat je ziet dat dat gekende niet meer dan een droom is in je Kennendheid en je niet langer meer dromen wilt blijven maken. Dat wakker willen worden is eigenlijk alleen nog maar je thuis-zijn willen ervaren.

Met suizen wordt dus bedoeld dat je voortdurend vanzelf uit de vernauwing valt en je verankerd voelt in ons thuis-zijn. Je ziet dat de gekende wereld niet waar is, zonder dat je daar iets voor hoeft te doen. Als er weer een vernauwing tot persoon plaats lijkt te vinden, ga je, als er weer ruimte voor is, terug naar de kernwaarheid dat je het licht zelf bent, en dan zie je alle kleuren weer van je afvallen. Je komt weer in de kracht van je licht-zijn. Maar ga je die kracht gebruiken om anderen ervan te doordringen dat ze eveneens licht zijn, dan verlies je haar weer.

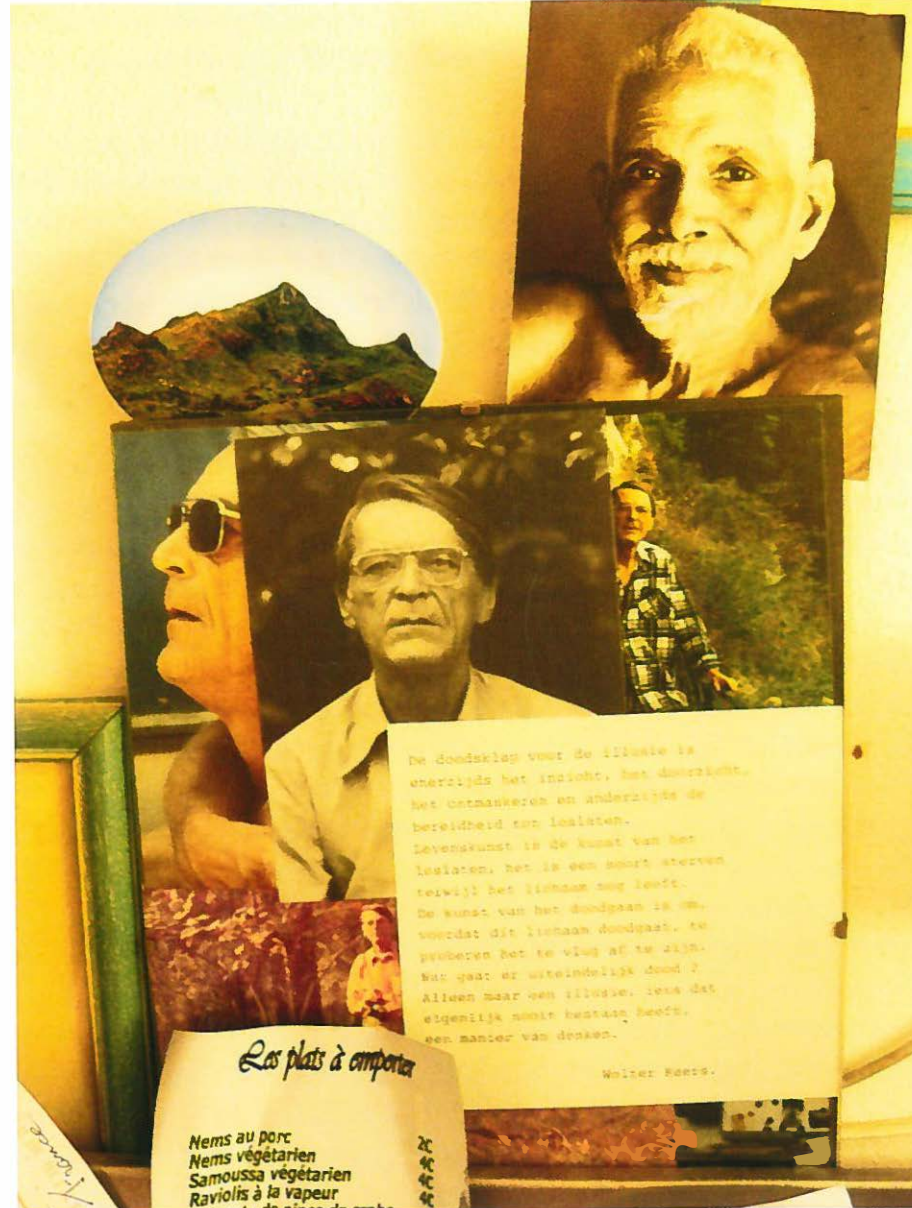
Het is dus heel belangrijk om ook te zien dat je in de gekende wereld geen taak te vervullen hebt. In de droom van de gekende wereld lijkt het vaak alsof je iets moet doen, iets moet betekenen voor anderen, moet zorgen voor man of vrouw en kinderen. Maar het enige wat je echt te doen staat, is je bewust blijven van het Ervaren/Kennen waarin de gekende wereld plaatsvindt – blijven zien dat er geen oplossingen voor droomsituaties gevonden hoeven te worden, maar dat de hele droom niet meer dan dat is: een droom, en niet de onveranderlijke werkelijkheid van je Zijn. Die werkelijkheid kom je in de gekende wereld nooit tegen, behalve als je leert de aandacht daar bewust op

gericht te houden. Op basis van wat een leraar zegt of wat er in bepaalde geschriften staat of wat je ervaart, kan het vertrouwen ontstaan dat je het Ervaren zelf bent; dat je al, zoals de Cursus het noemt, 'in God woont'.

Door dat vertrouwen te omarmen kan de aandacht heel makkelijk op de onveranderlijke werkelijkheid van je Zijn gericht worden, en uiteindelijk ook blijven. Je gaat steeds beter zien dat als God bestaat, hij ook allesomvattend moet zijn. En als hij dat is, moet je nu al in hem wonen, en droom je alleen maar dat je een afzonderlijk individu bent. Het vertrouwen en accepteren dat je al in God woont, dat je al thuis bent, wordt in de Cursus 'verzoening' genoemd. In veel andere geschriften wordt het 'overgave' genoemd.

De verzoening of overgave haalt je uit de verhalen over angst en bestraffing, terwijl die zo reëel lijken. Als je te hard rijdt, wordt dat bestraft door de politie, en vervolgens ook nog eens door jezelf, omdat je jezelf roekeloos of dom vindt omdat je te hard gereden hebt. En misschien krijg je ook nog ruzie met je partner of iemand anders om je onverantwoordelijke gedrag. Angst en woede en schuldgevoel liggen voortdurend op de loer in het verhaal van de gekende wereld. Die gevoelens en emoties, dat is de pijn van je leven als persoon. En wat het leugen- en pijnverhaal laat doorgaan is de overtuiging dat als je als persoon eenmaal oké bent, als je je leven op orde hebt en alle problemen overwonnen zijn, dat God je dan thuis laat komen. De hele gekende wereld maakt deel uit van dat leugenverhaal. Alles om je heen bevestigt alleen maar dat als je je best maar doet en aardig bent en je van je goede kant laat zien en je problemen oplost, dat God je zal omarmen. Maar als het je niet lukt, zal God je daarvoor straffen. En diep van binnen weet je dat het je nooit gaat lukken. De angst voor de dood is de angst voor een zwart en doodstil niets, of voor de straf die God je zal geven omdat je gezondigd hebt.

Voor zover religies een weerspiegeling zijn van onze denkbeelden en emoties, zijn ze bijna allemaal op de principes van beloning en straf, hemel en hel gebaseerd. Alles en iedereen werkt mee aan de instandhouding van de droom, met de dood als grote dreiging en eindstation. Het enige wat je kunt doen is openstaan voor de genade die je tegengas laat geven tegen het hele leugen- en droomverhaal, de verzoening aanvaarden en zo het wakker worden oproepen om zich te voltrekken.



De doodsklap voor de illusie is enerzijds het inzicht, het doorzicht, het ontmaskeren, en anderzijds de bereidheid tot loslaten. Levenskunst is de kunst van het loslaten. Het is een soort sterven terwijl het lichaam nog leeft. De kunst van het doodgaan is om, voordat dit lichaam doodgaat, te proberen het te vlug af te zijn. Wat gaat er uiteindelijk dood? Alleen maar een illusie, iets wat eigenlijk nooit bestaan heeft, een manier van denken.

Wolter Keers

Wolter zei: 'Je moet doodgaan vóór je doodgaat, anders ga je dood.' Wat hij daarmee duidelijk probeerde te maken is dat wat je bent, het Ervaren zelf, goddelijk en onpersoonlijk is, en dat de dood zijn intrede doet als je aandacht schenkt aan de 'persoonlijke ervaring.' Hij probeerde me te laten zien dat ik nooit dood zal gaan, en andere mensen ook niet en deze hele gekende wereld ook niet, omdat ze op de eerste plaats al helemaal niet bestaan. Alleen het gekende wordt geboren, verandert en sterft. Het goddelijke in ons is onveranderlijk, en als het goddelijke, het Kennendheid-zijn, kun je die hele kijkdoos van de gekende wereld niet eens *in*.

Maar er zit een wezenlijk aspect aan dit inzicht dat vaak over het hoofd wordt gezien. Je kunt uiteindelijk toch nog de mist ingaan als je denkt dat deze hele toestand, de gekende wereld, door God gecreëerd is en je je er niet van bewust wordt dat deze droom elk moment opnieuw door *jezelf* gecreëerd wordt. Want daardoor is het aan jou, en niet aan God, om daarmee op te houden en steeds weer te zien: dit is geen auto, dit is geen boze buurman, dit is geen verleidelijke vrouw ... dit is het licht zelf. In het omgaan met de mensen om je heen moet dat inzicht er altijd doorheen geweven zijn. Dan ga je vanzelf het wonder ervaren dat je niemand meer geneigd bent aan te vallen of te verdedigen, inclusief jezelf als persoon. Dat is het principe van de vergeving, dat de hele droom doet oplossen in het licht van het onpersoonlijke Zijn.

Ieders achterste stoel is dezelfde achterste stoel. Alles verschijnt binnen dat wat je bent. Dat betekent dat de dood niet werkelijk bestaat, want ook die verschijnt slechts in dat wat je bent: het onsterfelijke, onveranderlijke, onpersoonlijke Zijn. Maar in het gekende, de wereld der verschijnselen, wordt de dood als realiteit ervaren. Alle mensen zijn bezig om gelukkig te worden voordat ze sterven. Alle

mensen zijn bezig om ervoor te zorgen dat ze niet doodgaan, dat hun kinderen niet doodgaan, dat de auto het niet begeeft, dat het huis niet instort. Het leven zoals het ervaren wordt, zit vol met dood. De dood wordt, veelal onbewust, de hele dag door opgeroepen als werkelijkheid, en daarmee ook schuldgevoel, vanuit de illusie dat je als persoon verantwoordelijk bent voor wat je doet.



Schuldgevoel is dus een bevestiging van het pijn- en doodverhaal, van het persoonlijke verhaal, van de afgescheidenheid van de persoon, van de fragmentatie van het Geheel. Het kan alleen verdwijnen als de fragmentatie in je weer tot ondeelbaar Geheel wordt gemaakt. Het mannelijke moet vrouwelijk gemaakt worden, het vrouwelijke mannelijk. Ze moeten weer één worden. Dat is wat Penelope aan Odysseus laat zien: 'Dat huwelijksbed van ons heb je uit dat ene bed van je vader gemaakt, en dat ene Zijn is niet te verplaatsen.' Het huwelijksbed is niet echt, maar heeft werkelijkheidswaarde gekregen toen de kinderen erin gemaakt en geboren werden. Maar op een dag ziet Odysseus dat zijn eigen zoon ook uit licht bestaat en dus niet dood kan gaan, en daarmee wordt hij bevrijd uit de ijzeren greep van de betovering. Nu zowel Odysseus als zijn zoon niet meer bang zijn om te sterven, kunnen ze de vrijers uit het bed verjagen en krijgen ze de eeuwigheid terug, want de verhalen over list en bedrog en pijn en ellende worden niet langer geloofd, ook al lijken ze door te gaan.

De dood is een gedachte die vele vormen aanneemt, vaak niet als zodanig herkend.

Ze kan verschijnen als droefheid, angst, verontrusting of twijfel, als woede, ongelovigheid en gebrek aan vertrouwen, als bekommernis om lichamen, afgunst, en als alle vormen waarin de

wens te zijn wat jij niet bent, jou (als denkend lichaam) kan komen verleiden.

Al zulke gedachten zijn slechts de weerspiegeling van de aanbidding van de dood als verlosser en schenker van bevrijding

Een Cursus in Wonderen

Vergeving is de tegenpool van de aanbidding van de dood. In de Cursus wordt die vergeving steeds breder opgevat. In het begin is het: 'Jij hebt mij pijn gedaan, ik vergeef je.' Dan wordt het vergeven

verbreed tot: 'Ik moet *iedereen* vergeven.' En uiteindelijk ga je doorzien wat er werkelijk bedoeld wordt met vergeving: 'Als ik al thuis ben en Jan niet ben, is die ander er ook nooit geweest, en is er in werkelijkheid nooit iets gebeurd.' Dat is de echte vergeving. In de praktijk is dat de weg die vaak gegaan moet worden. En de manier of 'methode' om die weg tot een goed einde te brengen is wat ik *slijmen* noem: meegaan in de wereld van 'ik' en 'jij', maar tegelijkertijd weten dat die niet waar is. Ook Jezus geeft hierin het voorbeeld. Hij doet mee, wordt uiteindelijk gekruisigd, maar weet: 'Het is niet waar'. Daarom is de wederopstanding een wezenlijk onderdeel van het hele verhaal van Jezus. Want Jezus beseft: 'Ze hebben de persoon Jezus dan wel aan het kruis genageld, maar ik ben thuis, bij de vader, waar ik altijd al was.'

Het zien dat je als persoon niet bestaat, houdt op zichzelf niet alle problemen van die persoon buiten de deur. Want dan kun je nog zeggen: 'Oké, de droom is niet echt, dus ik kan doen wat ik wil', en vervolgens ga je je schoonmoeder eens even goed de waarheid vertellen. Maar als je dat doet, heb je niet door dat je het inzicht toch weer tot iets persoonlijks hebt gemaakt waar je als persoon iets mee gaat doen. Je kunt niet slechts een deel van de droom als droom zien, en een ander deel toch weer serieus nemen. Je droomt de *hele* droom met alles erop en eraan, inclusief jezelf en je schoonmoeder. En dat dromen kan stoppen, en dan wordt het pas rustig in de droom. Want die gaat gewoon door, maar hij wordt niet meer geloofd. Als hij nog wel wordt geloofd, al is het maar op sommige onderdelen en op sommige momenten, dan is er dus toch nog een doener in het spel, ook al zegt die: 'Ik doe het niet.'

In zo'n geval kan de ondoorziene doener nog heel veel sporen achterlaten. Waar het eigenlijk in de kern om gaat is dat je de droom uit wilt door wakker te worden, en dat je je niet meer wilt identificeren met de hoofdfiguur in de droom. Voor de meeste mensen betekent dat dat het suizen geoefend moet worden tot het verankerd is. Want op het moment dat je vindt dat iemand te ver is gegaan, je beledigd of bedreigd heeft, ga je jezelf als persoon verdedigen. En dan ben je de suis, het contact met de achterste stoel, kwijt, en moet je weer terug naar het suizen.

Je moet steeds beseffen dat woorden als 'Kennen' (of 'Bewustzijn'), 'Zijn' en 'Geluk' wegwijzers zijn naar het Ik. Houd één gedachte vast, om zo elke andere gedachte uit te bannen.

Laat die ene gedachte er een zijn die op je eigen Zijn gericht is. Denk aan je Zijn als dat waarin alle gedachten zich oplossen – dan verliest de ene gedachte die je hebt vastgehouden haar vorm en lost zich op in het Zijn.

Atmananda

In deze tekst geeft Atmananda helder weer dat er geen verschil is tussen Kennen, Geluk en dat wat je wezenlijk bent. Als dat begrepen is en het denken op één van die drie gericht wordt – de aandacht dus bij het suizen blijft – verliest het zijn vorm en lost het op in het Bewustzijn dat je bent. Gedachten lossen nooit op in de droom of de diepe slaap, maar in je eigen Zijn. Bij het volgen van deze weg worden alle knopen van het hart doorgesneden en verdwijnt zelfs de diepste identificatie met lichaam en geest. Dat is uiteindelijk wat er gebeurt als de aandacht voortdurend gericht wordt op de aandacht zelf.

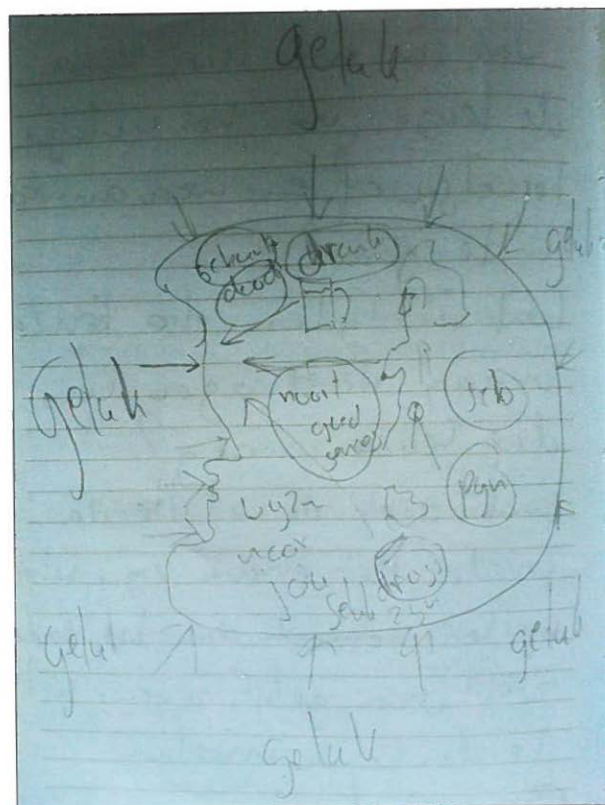
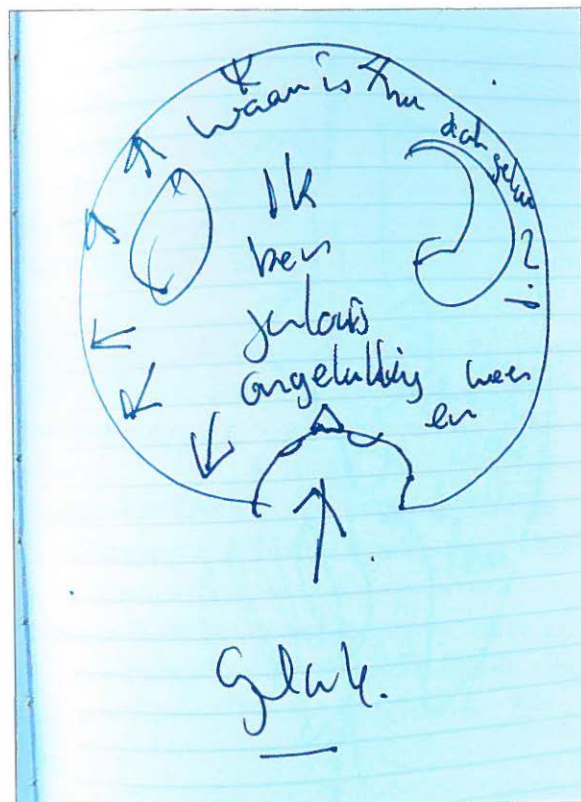
Suizen is het geluid van de stilte horen, een soort hartslag die je aandacht doet terugkeren naar God en je doet inzien dat die aandacht daar nooit van weg is geweest. Je hoeft hem, de aandacht, dus alleen maar op te merken zoals hij is om al bij God terug te zijn.

Het volle besef van de verzoening met God is dan ook het inzicht dat de afscheiding nooit heeft plaatsgevonden. Het ego kan daar niets meer tegenover stellen, omdat het inzicht de uitdrukkelijke vaststelling omvat dat het ego er nooit is geweest. Het ego moet het idee van het terugkeren naar God daarom wel accepteren, maar kan de weg terug nog wel gaan kwalificeren als noodzakelijk en moeilijk. Maar het inzicht schiet ook dat egoprobleem af, want als de afscheiding van God nooit heeft plaatsgevonden, kan de terugkeer niet moeilijk zijn, noch noodzakelijk.

Genezen is dus de waarneming in jouw broeder en in jouzelf corrigeren door de Heilige Geest met hem te delen. Dit plaatst jullie beiden binnen het Koninkrijk, en herstelt de heelheid ervan in jullie denkkeest. Dit weerspiegelt de schepping, omdat het verenigt door te vermeerderen en integreert door uit te breiden.

Een Cursus in Wonderen

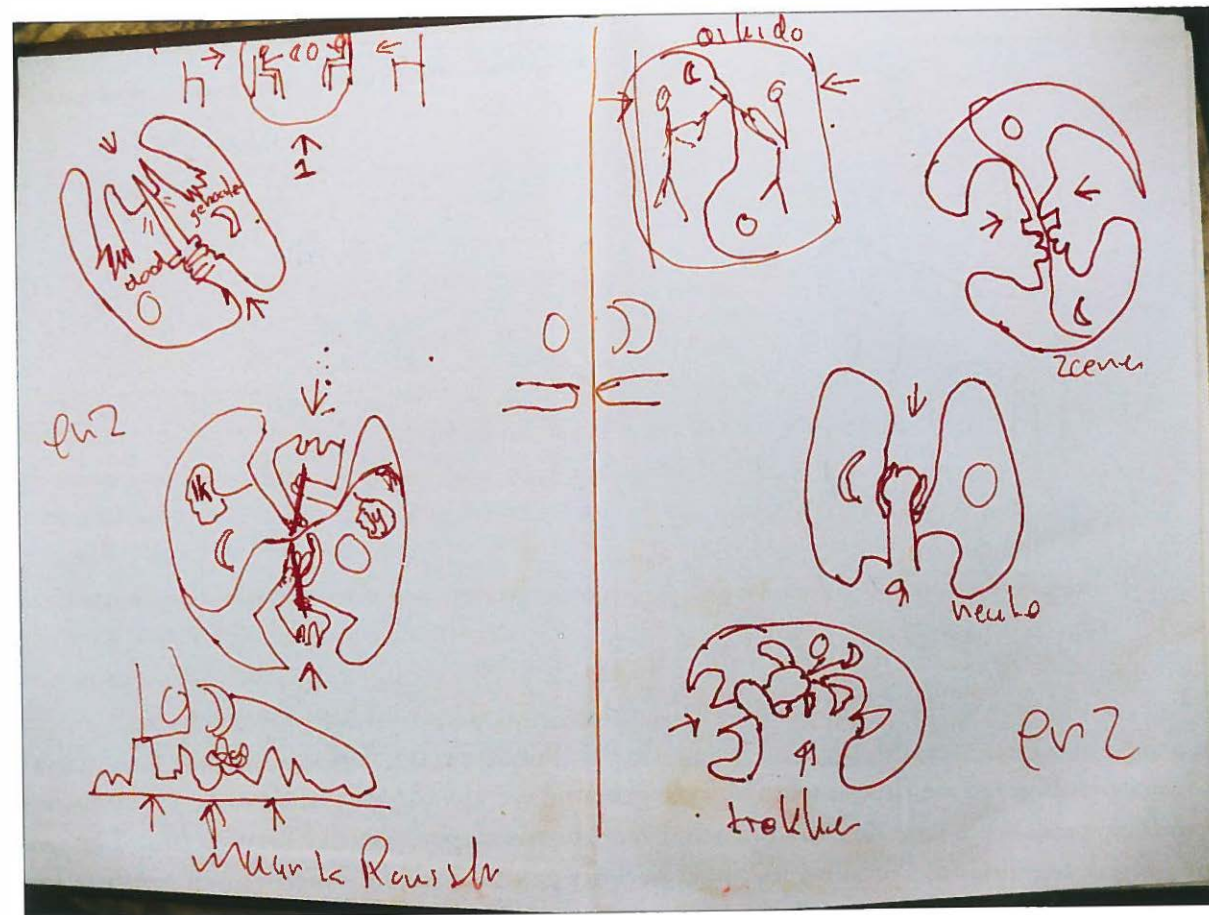
Suizen is dus de rechtstreekse, stille, vredige communicatielijn met God, die jouw bewustzijn met het zijne laat samenvallen. In het suizen zit nergens enig conflict, want je weet dat jouw Kennen hetzelfde Kennen is als dat van God, en dat al het gekende slechts een droom is. Dat is Liefde delen, ook met mensen die nog niet weten dat ze de achterste stoel al delen, dat ze de zee zijn en geen golf.



Slijmen met God

Denken en voelen gaan altijd door zolang de manifestatie van de gekende wereld zich blijft voordoen. Dat is onvermijdelijk. Atmananda adviseert ons om, als er dan toch gedacht moet worden en de situatie zich ervoor leent, te denken aan God. Dat noem ik *slijmen met God*. Het betekent dat ik zit te suizen terwijl ik in de wereld bezig ben of met mensen zit te praten. Er komen verhalen op over wat de buurvrouw heeft gezegd, of wat er allemaal met het lichaam kan gebeuren als het ziek wordt. De doos zit vol verhalen, maar ik kijk er langs. Ik ga al die verhalen niet in. Ik blijf suizen. Ik slijm met God, het Kennen zelf, door daar binnen het gekende steeds de aandacht op te blijven leggen. De mensen om me heen hebben niet in de gaten dat onze aandacht onpersoonlijk is, omdat de aandacht bij henzelf *wel* op het gekende gericht is, waardoor die nog persoonlijk lijkt. Maar zelf trek ik de waarneming van de drie stoelen van de gekende wereld (de waak-, droom- en slaapt toestanden) steeds weer naar de achterste stoel van ons ene onpersoonlijke Gewaarzijn. 'Devour me', zeg ik tegen God. 'Verslind me, haal heel die gekende wereld maar weg en geef me het ervaren van het één-zijn weer terug.'

Door zicht te houden op onze vormloze, allesomvattende basis, het Kennen of Ervaren zelf, houdt je je persoon en de wereld, en alle problemen die ermee gepaard gaan, op afstand. Ze verdwijnen naar de achtergrond, je zit er niet werkelijk 'in'. Het Ervaren wordt ervaren, los van alle ervaringen die zich in de kijkdoo's lijken voor te doen. Die ervaringen schreeuwen om een reactie, om commentaar, maar dat geef je niet. Je kijkt ernaar vanuit het onpersoonlijke Zijn, en daarmee passeer je ze.



Het andere deel van je denkkeest functioneert in de wereld en gehoorzaamt de wetten van de wereld. Het is dit deel dat constant afleidt, ontregelt en uiterst onzeker is. Het deel dat luistert naar de stem van God is kalm, altijd in rust en volkomen zeker. Het is in werkelijkheid het enige deel dat er is. Het andere deel is een ongebreidelde illusie, uitzinnig en verscheurd, maar zonder enige vorm van werkelijkheid. Probeer er vandaag niet naar te luisteren. Probeer je met dat deel van je denkkeest te vereenzelvigen waar altijd stilte en vrede heerst. Probeer te horen dat Gods Stem jouw liefdevol roept en je eraan herinnert dat jouw Schepper Zijn Zoon niet heeft vergeten.

Een Cursus in Wonderen

Slijmen met God is eigenlijk geen slijmen, maar je aandacht op het ene Zijn gericht houden. Daarmee corrigeer je alle geloof in de gekende wereld, ook het geloof in de dood en de angst die daarmee gepaard gaat. Je kijkt door elk verhaal van de dood heen, maar dat laat je niet merken aan iemand anders, want mensen gaan liever dood dan dat ze bereid zijn het idee toe te laten dat de dood niet bestaat. Ook de Cursus laat je dwars door het verhaal van de dood heen kijken, en laat er geen twijfel over bestaan dat er in feite niets gebeurt als het lichaam sterft. 'Men verlaat de wereld niet door de dood,' zegt de Cursus, 'maar door de waarheid.'

Slijmen met God is wat de Cursus 'verzoening' noemt. Het is op een vriendelijke manier naar het Kennen kijken, zodat angst en schuldgevoel hun lading verliezen en veiligheid en onschuld weer aan het al-thuis-zijn gekoppeld worden. Welke impuls je ook krijgt vanuit het gekende, hij wordt doorzien als niet waar. Je praat met de kleuren van de regenboog, en tegelijkertijd weet je dat de regenboog niet bestaat, dat alle licht wit is. Wit, wit, wit, wit; niet waar, niet waar, niet waar, niet waar.

Onpersoonlijke aandacht is in dit verband het sleutelwoord. Het Kennen, het onveranderlijke, eeuwige Nu, kan in eerste instantie wel gezien, maar vervolgens toch weer vergeten worden. Het zien wordt pas blijvend als de aandacht onafgebroken onpersoonlijk blijft, ook en zelfs tijdens alle 'persoonlijke' interacties. Het onpersoonlijke aspect van die interacties wordt gewoonlijk niet vanuit de ander herkend, en roept dus ook geen weerstand op binnen de wereld van het gekende. Het laat zo geen sporen binnen het gekende achter, en creëert tegelijkertijd toch ruimte voor het delen

van het onpersoonlijke met elkaar. Dat wordt in feite altijd al gedeeld, maar dan kan dat delen ook ervaren worden, zonder dat het per se bewust begrepen hoeft te worden.

Je kiest dus steeds voor het onpersoonlijke, voor God, en niet meer voor de verhalen die personen met elkaar uitwisselen, want die verhalen suggereren eigenlijk alleen maar onophoudelijk dat er afzonderlijke personen bestaan. 'Kom uit de pijn', zegt Ramana Maharshi. Kom hier wonen, in het zuivere land van het onpersoonlijke. Het contact van persoon tot persoon blijft doorgaan, maar je eigen 'persoon' mist nu de drang om zich te manifesteren, om te concurreren met de ander. Je blijft als persoon uit elke oorlog, je gaat elke confrontatie uit de weg. Dat is soms moeilijk, omdat de ander nog *wel* als persoon lijkt te reageren en te handelen. 'Verlichting vinden is niet moeilijk,' zei Wolter steeds op de momenten dat ik me aangesproken voelde of ik mijn Rambo uit de kast dreigde te halen, 'maar het iedereen naar de zin maken is bij voorbaat uitgesloten.' Daarom is het nodig om te slijmen met God, met de ander, maar vooral met jezelf als persoon, want dat is veelal de enige die echt oorlog maakt. Maar daar is hij zich in de meeste gevallen niet van bewust, omdat hij de schuld steevast bij de ander legt.

Elke verandering is een vorm van sterven. De gekende droomwereld bestaat uit niets anders dan verandering. De dood staat er centraal. Het leven zelf - Ik Ben - is, objectloos en ontdaan van elke waarneming, alleen maar Liefde. Het omarmt alles, ook de gekende wereld en dus de dood, want die worden steevast doorzien als niet waar. Het Ik Ben zelf is onsterfelijk en onveranderlijk, puur ervaren, pure Liefde die niets nodig heeft om geluk-zijn te delen. Slijmen met God staat voor de bereidheid om open te staan voor het feit dat je al bij God bent, en alleen op die manier kun je daar onafgebroken verblijven. De drie stoelen van het waken, dromen en slapen worden hierdoor vanzelf ingeklapt, alleen de achterste stoel blijft als werkelijkheid over. 'Kom hiernaar toe, waar je niet kunt spreken', zegt Ramana. Je kunt hier niet spreken, maar hier, aan deze objectloze zijnskant, is geluk-zijn je huis. Anders gezegd: verlaat het gekende en kom weer naar het Kennen toe, en zie dat de denkbeeldige wereld der verschijnselen een droom is, een illusie die je zelf creëert. Maar dat kan meestal pas als alle verlangens naar dingen in de gekende wereld zijn weggefallen, als alle touwen van gebondenheid zijn doorgesneden en er slechts één verlangen overblijft: verblijven in de intimiteit van kleurloos geluk-zijn. Maar dan mag er niets meer uit het gekende als waar

worden beschouwd. Alleen zo wordt de wereld verlost van het problematische, helemaal en in één keer. Alleen zo lost de droomwereld op. 'Als je de mensheid wilt helpen,' zegt Ramana, 'kun je maar één ding doen: zelf tot inzicht komen.'

Dat is waar ik je toe probeer uit te nodigen: de bereidheid om elk verhaal over de wereld en jezelf los te laten. Eigenlijk is loslaten niet het juiste woord, want je kunt het niet zelf doen. Slijmen met God is vragen of hij je die genade wil schenken. 'Neem me alsjeblieft weer terug.' Want het is altijd God die het laatste woord heeft. God maakt geen deel uit van de droom, van de film. Het filmdoek projecteert de film niet, maar draagt slechts alles wat geprojecteerd wordt, zonder er op wat voor manier ook door beïnvloed of veranderd te worden.

Het verhaal over de wereld en jezelf loslaten wordt in de Odyssee gesymboliseerd door Penelope, die elke dag een nieuw verhaal begint te breien, maar dat 's avonds voor het slapen gaan weer helemaal uithaalt. De Cursus verwijst er op haar eigen manier naar, door aan te geven dat God in zichzelf een zoon geschapen heeft met hetzelfde vermogen als hijzelf: Liefde scheppen. God laat zijn zoon daarin zijn eigen gang gaan, maar ziet op een bepaald moment dat de zoon per ongeluk in zijn eigen verdroming verstrikt is geraakt. Hij zit vast in een nachtmerrie, terwijl hij in feite veilig thuis in zijn eigen bed ligt. God ziet dat zijn zoon lijdt, maar hij kan hem niet rechtstreeks helpen. God kan hem alleen gerust proberen te stellen door te zeggen: het geeft niet, alles is oké, het is maar een droom, je kunt er zo weer uit. Wees niet bang, je maakt de droom zelf. Het is niet echt, je ligt gewoon nog steeds veilig in mijn huis. Maar de zoon gelooft zo in het verhaal dat hij niet meer in staat is om lief te hebben (de heelheid te zien). Er is meestal alleen nog een vage herinnering aan wat Liefde, wat heelheid inhield. Maar in de droom kan hij die niet meer zonder hulp terugvinden. Zijn vader wil hem helpen, maar hij kan hem niet rechtstreeks binnen de droom aanspreken, want daarmee zou hij bevestigen dat de droom waar is. Het enige wat God kan doen is met behulp van de Heilige Geest de zoon leren de aandacht te vestigen op dat wat de droom ervaart, op de aandacht zelf. Hij helpt hem suizen, de aandacht op het filmdoek te houden en daarmee de onwaarheid van de film te zien. Op die manier probeert hij zijn zoon weer terug te brengen naar het ervaren van de oude toestand, waarin er alleen maar puur geluk bestond dat de zoon deelde met zijn vader. Als de zoon niet in één keer de genade mag ontvangen om te ontwaken

uit zijn nachtmerrie, is dit (leren suizen, de aandacht leren richten op het al-thuis-zijn) de enige mogelijkheid die overblijft.

Terwijl dit proces zich voltrekt, staat u vaak op een zekere afstand van al die dingen waarvan u overtuigd was dat ze u aan banden legden, en tegelijkertijd bent u in die dingen als hun grondstof: als het water in de golven die we ik-gedachte of ik-gevoel noemen. En op die manier verdwijnt alle onwetendheid, want - op een andere manier uitgedrukt - onwetendheid is niets dan jezelf aan te zien voor een lichaam en een psyche plus de activiteiten daarvan. Geleidelijk aan merk je dat dat huis vol 'ikken' leeg begint te stromen. Je hebt met je hele wezen begrepen dat je geen van die Ik-gedachten of gevoelens bent. Wat een opluchting, deze wetenschap dat je geen ego bent! Maar zelfs dat is nog niet alles. Het eind van het proces wordt in het Sanskriet 'sahadja' genoemd, wat zoveel betekent als je ware natuurlijke toestand, je wezenlijke aard. En het terugkeren [hoewel je in feite nooit weg bent geweest] naar je ware natuur houdt in dat je zo gewend moet raken aan de wetenschap dat je geen ego en geen persoonlijkheid bent, dat dit de natuurlijkste zaak van de wereld wordt. Als dat gebeurt verdwijnt alles wat daarop betrekking heeft in het vergeetboek. Geen ego te zijn wordt net zo vanzelfsprekend als het feit dat je geen wolk bent. Je bent er zo volmaakt van overtuigd dat je geen wolk bent, dat je zelfs geen vleugje van een gedachte nodig hebt om de overtuiging te uiten van 'Ik ben geen wolk'. Pas wanneer het gevoel of de overtuiging 'Ik ben dit lichaam en deze persoonlijkheid' volkomen verdwenen is, samen met de overtuiging 'Ik ben niet dit lichaam en deze persoonlijkheid', onthult zich de volmaakte vrijheid op zo'n manier dat ze blijft, voorgoed, tijdloos en zonder oorzaak.

Wolter Keers

In de wereld, maar niet van de wereld

‘Iemand die zichzelf gevonden heeft’ valt moeilijk te herkennen. Het volgende verhaal illustreert dit op bijzonder mooie wijze.

De vrouw van Krishna krijgt van haar man de opdracht om een yogi eten te gaan brengen aan de overkant van de rivier. Ze maakt een heerlijke maaltijd klaar en gaat op weg, maar de rivier staat zo hoog dat ze hem niet kan oversteken. Ze loopt terug naar haar man en vraagt wat ze moet doen. Krishna antwoordt: ‘Ga terug naar de rivier en zeg: ‘Krishna de seksloze geeft je opdracht om mij door te laten.’ De vrouw loopt weer terug naar de rivier, terwijl ze denkt: ‘Wat is hij toch een hypocriet. Hij vraagt me dit te zeggen, terwijl



hij wel degelijk met me naar bed gaat.' Bij de rivieroever aangekomen zegt ze: 'Krishna de seksloze geeft je de opdracht om mij door te laten.' Het water wijkt, en ze kan, hevig teleurgesteld dat het water Krishna's leugen voor waarheid aanziet, oversteken.

Aan de overkant van de rivier treft ze een man aan die sereen zit te mediteren onder een boom. Het licht valt prachtig op zijn mooie lange haren. Ze heeft het gevoel dat dit een man is die ze *wel* kan vertrouwen. Ze geeft hem het eten en zegt: 'Dank u dat ik u mag ontmoeten. Dit is een geschenk van mijn man Krishna. Wilt u het in ontvangst nemen?' Ze maakt een buiging en loopt terug naar de rivier, maar die is opnieuw te hoog om over te steken. 'Zie je wel', denkt ze. 'Die leugen van mijn man is niet in staat de rivier in toom te houden.' Ze gaat terug naar de yogi, en ziet hem zijn eten naar binnen schrokken. Nadat hij alles naar binnen heeft gewerkt, vertelt ze hem wat er aan de hand is, en vraagt of hij haar kan helpen. 'Zeg maar dat de nooit etende yogi de rivier vraagt om je door te laten.' Onderweg naar de oever van de rivier denkt ze: 'Weer zo'n hypocriet!' Maar als ze de boodschap van de yogi aan de rivier doorgeeft, wijkt opnieuw het water. Teleurgesteld in de leugenachtigheid van zowel Krishna als de yogi sluit ze zich drie dagen op om zich op het gebeurde te bezinnen. Na drie dagen vat ze haar gewone leven weer op, want dan weet ze waar de twee mannen in werkelijkheid naar verwezen hebben.

Iemand die zichzelf gevonden heeft doet ogenschijnlijk mee in de wereld - verlustigt zich aan seks en eten. Maar in feite is zo iemand altijd aan het suizen en doet hij of zij niet werkelijk mee in de wereld. Dat lijkt alleen maar zo, om geen moeilijkheden te veroorzaken. Dat is *vastu-tantra*: je hebt seks en je eet, maar tegelijkertijd heb je geen seks en eet je niet.

Wat je bent maakt nooit onderdeel uit van de wereld. Het is er de drager van. Het filmdoek maakt geen deel uit van de film, en ik kan niet naar Jan toe. Dat weer te mogen beseffen is een heerlijke bevrijding, want daardoor hoef je je niet meer te identificeren met het verhaal over schuld, pijn, angst, woede en dood. Je gaat dat verhaal niet echt meer in, omdat het doorzien wordt als niet waar. Het maakt het verhaal onschuldig. Als je je hier op bezint, zoals de vrouw van Krishna, is de kans aanwezig dat je denkt: 'Nou, als het toch allemaal niet waar is en schuld en zonde niet bestaan, dan kan ik toch gewoon lekker alles doen wat God verboden heeft! Wat anderen doen, kan ik ook doen.' Maar dan heb je het nog niet begrepen, want dan neem je 'anderen' en 'doen'

nog steeds serieus, en heb je nog steeds je stille, vredige positie op de achterste stoel niet gevonden, of in elk geval nog niet totaal omarmd.

De wereld dringt zich genadeloos aan je op met zijn steekspel van geboorte en dood, en het is moeilijk om je daaraan te onttrekken. Maar wat je kunt 'doen' tijdens die hele ogenschijnlijke marteling is vragen om genade, opdat de film loskomt van het filmdoek en je de aandacht die je bent moeiteloos en volledig kunt richten op het filmdoek zelf. Dan wordt ervaren dat mijn filmdoek ook jouw filmdoek is. Er is slechts één filmdoek. Je deelt de achterste stoel met alles en iedereen. Je *bent* het filmdoek, de achterste stoel. Je bent nooit iets of iemand anders geweest. Je hebt zelf deze droom gecreëerd, en je kunt wakker worden in dat wat objectloos en eeuwig is. Maar dat kun je niet voor anderen doen, want anderen blijven onderdeel van de droomwaarnemingen. Het enige dat je kunt doen is zelf wakker worden, de aandacht die je bent richten op zichzelf en beseffen dat die allesomvattend en heel is. In elke ogenschijnlijke interactie met iemand anders komt dat tot uitdrukking als Liefde, want je ziet dat die ander is wat jij bent. Je speelt elke rol die van je gevraagd wordt, want je weet dat je in feite alle rollen speelt. Dat is niet onoprecht of nep. De wereld is onecht, en vraagt je een rol te spelen. Dat kun je in alle oprechtheid en vanuit het delen van Liefde doen, ook al is het allemaal niet waar. Op die manier laat je zo weinig mogelijk sporen in de gekende wereld achter en help je de anderen in de droom om ook de achterste stoel in zichzelf te herkennen. Zoals de Cursus zegt: 'Je deelt geen kwade dromen als je de dromer vergeeft.' Ware vrede komt voort uit ware vergeving. Elke neiging tot oordelen valt dan weg. Maar wie nog niet wil of kan zien dat de ander deel uitmaakt van jezelf, moet wel oordelen, want die *moet* zijn onvermogen om te vergeven wel rechtvaardigen door het te projecteren op de ander. Dat is onvermijdelijk. Het houdt de pijndroom in leven – een leven in de hel in plaats van in de hemel.

Ik nodig je dus uit om te suizen, en om dat te blijven doen, in alle omstandigheden die de waarneming je voor lijkt te schotelen. Probeer uit de oorlog te blijven die het denken in tegenstellingen is, ook al lijkt je er middenin te zitten. Ga kijken of je nog geneigd bent om jezelf te verdedigen, en stap uit de aanval *en* de verdediging als dat het geval is. Dat is passeren en gaan voor Liefde in plaats van confrontatie. Ga kijken of je iemand liefdevol tegemoet kunt treden, met open armen, als die je aanvalt. Zie dat de ander jou zoekt, niet als persoon, maar als het delen van de achterste stoel.

Je kunt de gespleten Heelheid weer heel maken door hem heel te *weten*. Dat is het echte zien, het ware inzicht: zien dat de splijting van de Heelheid nooit heeft plaatsgevonden. Je droom zit vol poppetjes die je de droom in proberen te trekken, maar hun verhalen missen elke grond. Ze zijn gewoon niet waar, en dat kan elk moment gezien worden. Vergeving betekent dat het nooit gebeurd is. In feite hoef je nooit iets of iemand te vergeven. *'No great man ever tried to change the world.'* Er valt niets te vergeven of te doen. Je kunt alleen maar wakker worden. Je hebt jezelf verdroomd, maar de droom stopt als gezien wordt dat de droomverhalen nooit hebben plaatsgevonden en je nog steeds veilig thuis bent.



Bezoeker: Het kwartje is gevallen! Het ultieme kwartje!

Jan: Het ultieme kwartje is niets anders dan het kwartje dat zelf geen geld nodig heeft om er te zijn!

Ogenschijnlijke dubbelheid en eenheid

De tekening laat zien dat ogenschijnlijke dubbelheid en Eenheid samengaan, want de droomwerkelijkheid lijkt door te gaan, ook al heb je de eenheid van de achterste stoel gevonden. De wereld der verschijnselen - de opsplitsing in tegendelen - wordt niet langer als waar ervaren zodra ze wordt doorzien als niet echt bestaand. De tegendelen blijven nog wel verschijnen, maar worden niet langer als tegendelen ervaren. Er is de realisatie dat het gedroomde een manifestatie is van ons eigenste ongemanifesteerde Zelf. Dat is wat er bedoeld wordt met het woord Zelfrealisatie.

Vanuit de dualiteitservaring wordt geprobeerd het gekende (waarnemingen die zich buiten de cirkel bevinden) te delen. Maar in de tekening wordt duidelijk dat de verschijnselen zelf niet echt onderling contact kunnen maken. Wat gedeeld wordt is dat wat hen draagt: de oergrond, eerste oorzaak, achterste



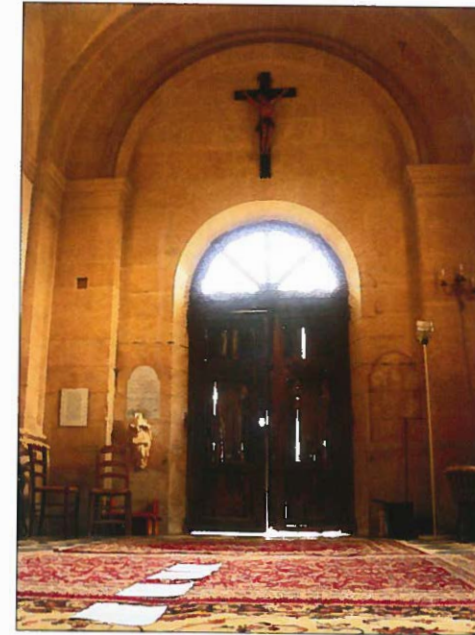
stoel. In het midden zit één grote openheid. Dat is de levende leegte waar Douglas Harding in zijn Hoofdloze Weg naar verwijst, ons ongedifferentieerde Zijn. Het enige dat mogelijk is in dat ene allesomvattende Zijn, is het bewust delen van de intimiteit van ons ongemanifesteerde Liefde-Zijn. Ook al is er in eenheid geen sprake van verbinding, het bewust delen van eenheid in Liefde-Zijn, in God, is wat ik werkelijk delen noem. Suizen is de aandacht bewust op dat feit gericht houden.

Om de aandacht daarop gericht te houden, hebben de meeste mensen hulp nodig. In mijn geval was dat een leermeester die tegen me zei: 'Waken, dromen en slapen zijn de drie waar te nemen toestanden.' Maar van waaruit worden ze gekend? Als je dat gaat onderzoeken, blijkt dat vanuit ons onveranderlijke, ongedifferentieerde Zijn te zijn. Daardoor kon ik zien en ervaren dat ik dat ongemanifesteerde Zijn zelf moet zijn en nooit naar die gekende (maar gedroomde) kant toe kan. De waaktoestand heeft een ander ik als hoofdpersoon dan de droomtoestand, en de slaaptoestand kent helemaal geen hoofdpersoon, noch waarnemingen. Al die verschillende toestanden met en zonder waargenomen verschijnselen worden gekend door iets in ons dat ongemanifesteerd moet zijn. Dat iets (wat voor het ego 'niets' lijkt) is voor ons Zijn een levend en kennend iets. Het is zich, als dat stuk in ons dat niet is gaan dromen, volledig bewust van zichzelf. Het is het geluk-zijn zelf.

Toch was bij mij daarmee het inzicht niet volledig. Ik dacht nog steeds dat ik niet echt op de achterste stoel zat, want ik verwachtte dat dat een soort eeuwige gelukzaligheid inhield waarin zich geen waarnemingen meer zouden voordoen. Maar omdat zich nog wel degelijk waarnemingen bleken voor te doen, dacht ik dat het vormloos gewaarzijn pas 'bereikt' zou kunnen worden als het lichaam gestorven zou zijn.

Uiteindelijk mocht ik mij, ondanks die denkknoop, bewust worden van het feit dat ik nooit iets gekends ben geweest en dat ik er uitsluitend als ongemanifesteerde Kennendheid altijd al ben geweest, en dat ik dus niet dood kan gaan. Ik was nooit ergens anders geweest dan 'thuis'. Ik was daar dromen gaan maken waarin ik naar Liefde zocht, in plaats van Liefde-zijn bewust te delen. In feite was ik nooit in de droom van de zogenaamde buitenwereld geweest. Integendeel, alle droomwerelden hadden zich altijd binnen mij als dromer en Kennendheid-zijn voorgedaan. Ze hebben in feite nooit bestaan. Ik kan daar niet naartoe, en de 'personen' in de verdroming kunnen ook niet naar elkaar toe. Contact tussen onwerkelijke verschijnselen is onmogelijk. Zo is ook het delen van Liefde tussen die verschijnselen onmogelijk, en dat is de reden dat we als mens zo angstig, ongelukkig en eenzaam lijken te zijn.

De betekenis van wat de Cursus 'ware vergeving' noemt, wordt hier ook zichtbaar. Als de 'personen' in de tekening elkaar bijvoorbeeld naar het leven staan, lijkt er iets ergs te gebeuren, maar in feite zijn het alleen maar droomvormen die het ongedifferentieerde Zijn ogenschijnlijk aanneemt. We dromen van een 'buiten' waarin van alles gebeurt, maar al die waarnemingen zijn verschijnselen 'binnen' ons ene ongemanifesteerde kennen-zijn. Die droomwaarnemingen kunnen die plek in ons Zijn niet verlaten en doen zich daarom uitsluitend voor binnen ons ene kennen-zijn.



Het werk van Atmananda, dat de directe weg van 'nooit weggeweest' weergeeft, bevat geen duidelijke beelden die het delen van één-zijn illustreren. Bij de directe weg zie je onmiddellijk dat je altijd thuis bent gebleven, net als Nestor in de Odyssee. De weg van Odysseus zelf daarentegen is de moeilijkste en de langste. De Odyssee brengt in feite alle omwegen op weg naar huis die mogelijk lijken te zijn in beeld, en helpt je zo, al naargelang je mate van rijpheid, om tijdens je schijnbare reis te herkennen dat delen met God je echte doel is, en dus niet nog lang en gelukkig te leven in een doorziene droom zonder tevens te zien dat je die droom zelf maakt. Zelfs als je de eeuwigheid van ons Zijn en het Zijn van alle zogenaamde anderen hebt mogen zien, is het onmogelijk om lang en gelukkig te leven in een droom. Geluk kan geen deel uitmaken van een droom, maar slechts van het Zijn zelf, dat één is met God.

De Cursus in Wonderen beschrijft alle schijnbare wegen. Naast de bovenbeschreven wegen (die van Nestor en Odysseus) wordt ook de weg van Menelaos aangereikt. Ook voor hem was het weliswaar noodzakelijk om terug naar huis te gaan, maar omdat hij rijper is dan Odysseus neemt hij de makkelijkste en snelste weg. De Cursus gebruikt daar beelden en termen uit onze eigen christelijke cultuur voor die voor velen beladen zijn, juist om de zoeker te leren waar al die woorden in werkelijkheid naar verwijzen. Zo leren zoekers wat vergeving echt inhoudt, en leren ze alles wat ze als ego/persoon geleerd hebben te doorzien als leugen, als niet waar, als nooit gebeurd, en zichzelf

te vergeven dat ze dit ego-droomgebeuren zelf hebben gemaakt. Ze leren daarmee ook het ego-verhaal doorzien dat God deze wereld geschapen heeft en de mens uit het paradijs weggestuurd heeft. Zien dat wij deze droom maken en niet God de Vader (wat in de Cursus het 'zoonschap' genoemd wordt) brengt het inzicht: 'Ik droomde dat ik buiten de Vader (de Eerste Oorzaak) was, maar ik ben nog steeds thuis bij Vader. Ik ben nooit weggeweest (de Cursus noemt dat de 'verzoening') – gelukkig!'



Aan de hand van begrippen als schuld, woede en angst, en door het leren passeren van verhalen over verleden en toekomst, wordt duidelijk gemaakt dat als je iets of iemand of een situatie nog als werkelijk ervaart en er eigenschappen als 'schuldig', 'eng' of 'fout' aan toeschrijft, ook al heten ze Hitler of Dutroux, dat je dan nog niet alles doorzien hebt als nooit gebeurd, dat je nog niet alles vergeven hebt. Je hebt jezelf als dromer van de hoofdpersoon en de wereld nog niet 'weggegeven' aan het

ongedifferentieerde Zelf dat we in werkelijkheid zijn, waardoor het aanvallen en verdedigen en het geloof in de dood aangevinkt blijven staan. Ergens geloof je toch nog in hun werkelijkheid. De Cursus zegt: 'Ergens leg je onbewust nog schuld neer.' Waar het in de kern om gaat, is om geen enkele waarneming van een tegenstelling nog enige waarheid toe te dichten; om altijd, onder elke omstandigheid, beide kanten van elke tegenstelling moeiteloos te doorzien als niet waar, als onschuldig en slechts de droom toebehorend. Het gekende, de waarneming van het 'buiten God zijn', moet in zijn totaliteit worden doorzien als niet waar, zonder uitzonderingen. Het is een kwestie van alles of niets om het geluk-zijn weer bewust met God te kunnen delen!

Liefde-zijn delen



Wat we delen met elkaar en wat het enige is dat niet verdeelt, is gelukkig zijn met God, Eerste Oorzaak, achterste stoel, de blauwe hemel (en niet de wolken), het Kennen (en niet het gekende). Woorden als deze roepen vaak een grandioos verzet op vanuit het zogenaamde ego, dat de waarheid ervan op alle mogelijke manieren in ons probeert te camoufleren met behulp van een veelheid aan ervaringen en waarom-vragen. Door die 'acties' van het ego in ons te leren doorzien en niet serieus meer te nemen, blijft er uiteindelijk maar één ding, één anker over, en dat is 'zijn in niet-weten'.

In mijn geval moest ik daar ogenschijnlijk geleidelijk aan naartoe groeien. De oproep van Ramana Maharshi klonk steeds luider en duidelijker: 'Kom naar deze kant, waar geen

pijn is.' Maar zelfs toen ik eenmaal ervoer dat er niets anders is dan deze ene kant van Liefde-zijn, moest ik mezelf (in tegenstelling tot bijvoorbeeld Nestor) leren om me er steeds aan te blijven herinneren dat ik daar nooit vandaan kan en er geen 'daarbuiten' is waar ik nog iets kan doen voor Jan en alleman. Mijn ogenschijnlijke doen moest steeds weer gerealiseerd worden als 'niet-doen': Ik drink geen thee, ik heb geen seks, ik was niet af, ik rijd geen auto, Jan is nu aan het werk maar ik ben niet aan het werk, Jan schrijft nu een boek maar ik schrijf geen boek, er is nu het kennen van Jan maar ik ben niet iets gekends. Daarmee blijf ik uit alle verhalen en in het niet-doen, in de stilte, de onbeweeglijkheid van ons Zijn zelf.

Atmananda legt daar grote nadruk op: *'Het is niet alleen belangrijk om de achterste stoel te vinden; het is minstens even belangrijk om vervolgens ook echt in dat 'niet-weten maar er wel helemaal zijn' te gaan wonen, zodat alles wat waargenomen wordt onze aanwezigheid als liefde en openheid bezingt.'*

In mijn geval leidde het besef van niet-doen ertoe dat ik niet meer mee kon doen met de wereld van 'iets zijn'. Ik ging niet meer naar feestjes en verjaardagen, ik zocht geen mensen meer op. Maar op een gegeven moment zag ik dat 'niet meedoen' toch nog een subtiele vorm van doen is, in plaats van gewoon Zijn zonder meer. Ik was weliswaar aan 'de overkant' gekomen, maar ik moest net als Odysseus nog het weten stabiliseren dat er nooit een andere kant was geweest, en dat ik dus ook nooit thuis gekomen was omdat ik in feite nooit weg was geweest. Daarmee hield het 'niet meedoen' ook op, en leek er een soort eindpunt bereikt en bleef 'Zijn zonder meer' als enige over. Ik had ogenschijnlijk een heel traject doorlopen, en zag nu dat dat stille Zijn geen object is, dat je het nooit hoeft te zoeken omdat je het bent, en dat je dat stille ongemanifesteerde Zijn al deelt. Dat delen van Liefde-zijn is geen intimiteit vanuit twee vormen, maar van één Kennendheid-zijn, van één intimiteit. Het is het delen van de achterste stoel, het delen van geluk-zijn, maar dan wel een geluk dat onpersoonlijk is. De achterste stoel is leeg, er zit niemand in ons Zijn. Personen kunnen geen intimiteit en geluk delen, omdat ze per definitie al door hun 'iets zijn' verdeeld zijn. Maar het onpersoonlijke geluk van gewaarzijn-zijn is onverdeeld, en wordt daarom door 'iedereen' gedeeld, inclusief God. Dat is de intimiteit die je zoekt, en die alleen gevonden kan worden in het besef dat we onpersoonlijk, objectloos bewustzijn zijn. Dit Zijn wordt door ons onwetende ego als iets saais en eenzaam gezien, waardoor het moeilijk als iets herkend wordt dat het zogenaamde 'lekkere' van het waargenomene overstijgt.

In mijn geval werd, door te blijven suizen, steeds duidelijker wat echt geluk-zijn is: iets wat al van ons is en wat dus niet bereikt hoeft te worden.

Ook het ego (de duisternis) lijkt te willen delen, maar kan het licht dat hem doet leven niet kennen. Het 'geven' door het ego is niet meer dan een surrogaat van werkelijk delen. Vanuit verdeeldheid zaait het nog meer verdeeldheid. Het schept een zelfgecreëerde wereld van tegenstellingen: van aanvallen en verdedigen, links en rechts, man en vrouw, goed en slecht, geboorte en dood. Al die zelfgemaakte broodjes oorlog veroorzaken alleen maar frictie en pijn. Van werkelijk delen is geen sprake.

Het ego houdt zichzelf in stand door aandacht te vragen, bevestiging te zoeken. Het doet zich voor als jou, wanhopig op zoek naar eenheid en Liefde, waar het nog een herinnering aan heeft. Liefde blijft versluierd door zelfzuchtige motieven die allemaal draaien om aandacht krijgen, die genot geven in plaats van geluk. In de Cursus worden dit 'speciale relaties' genoemd. Een speciale relatie is, zoals het woord al zegt, alles waardoor het 'anders zijn' bevestigd wordt. Je houdt speciaal van de ene persoon, maar je haat de andere. Je houdt van die ene kleur, maar niet van die andere.

Wat ik je wil laten zien is dat die hele zelfgemaakte ego-droomwereld kan worden doorzien als niet waar; dat die wereld daarmee niet hoeft te verdwijnen, want wat niet echt is hoeft niet weg; dat dualiteit lijkt te bestaan, maar dat die tegelijkertijd gepasseerd kan worden door met onze aandacht ons onpersoonlijke, objectloze bewustzijn vast te houden door te verwijlen in het suizen. Daarmee verliest de droomwereld vanzelf al zijn lading en komt geluk weer tevoorschijn van nooit weggeweest. We kunnen de persoon helemaal laten opgaan in zijn eigengemaakte wereld, maar tegelijkertijd het anker van het onpersoonlijke, stille Liefde- en geluk-zijn blijven vasthouden in onze aandacht. Zo wordt de hemel in ons gezien en blijft hij gezien worden, welke wolken er ook langsdrijven. Elk doen wordt binnen ons Zijn doorzien als niet-doen. Deze hele droomwereld doet zich in mij als gewaarzijn-zijn (filmdoek) voor. Deze beelden heb ik zelf als dromer/projector gemaakt. Het is dus allemaal niet echt, maar slechts een droom! BAM! Dat heeft een genezende werking. Met ons sneller schieten vanuit het rechtstreekse inzicht 'Ik ben nog steeds thuis in mijn eigenste Zijn' zien we meteen dat Zijn altijd sneller is dan 'iets zijn'. Dat inzicht geneest niet direct de mensen om je heen, maar wel je waarneming van hen. Je gaat hun 'al heel zijn' zien, hun 'heilig-

heid', in plaats van personen te zien, want hun 'iets zijn' is niets anders dan je eigen droomgeloof. Je hebt die droom zelf gebreid (net als Penelope in de Odyssee), en zo lijkt je je eigenste 'ene-Zijn-draad' kwijtgeraakt te zijn.

Het terugvinden van die draad reduceert elke speciaalheid, die gekoppeld is aan je geloof in je bestaan als persoon, tot een illusie. Met het doorzien dat ons kennen-zijn zelf de breier is van het droomverhaal van de persoon, valt ons kennen-zijn weer in het paradijs van het onpersoonlijke Zijn. Omdat Zijn waarneming noch ervaring nodig heeft om Liefde-zijn te delen met zichzelf, is het dus van belang de ene draad weer op te pakken en die in onze aandacht te houden, in plaats van het hele breiwerk dat die draad gemaakt leek te hebben.

Genezen is dus de waarneming in jouw broeder en in jouzelf corrigeren door de Heilige Geest met hem te delen. Dit plaatst jullie beiden binnen het koninkrijk, en herstelt de heelheid ervan in jullie denkgeest.

Deze plaats bereiken is echter niet genoeg. Alleen zij die innerlijk gezond zijn kunnen zonder angst en mededogen naar de totale waanzin kijken. Ten overstaan van de totale vergeving ben je nog niet vergevend. Je bent bang omdat jij je broeder vreest. Degenen die je niet vergeeft, blijf je vrezen.

Een Cursus in Wonderen

Het maken van het droomverhaal kan stoppen als de ene draad, de essentie van wat je bent, wordt hervonden. Als je de 'plaats' weer herkent waar ons Liefde-zijn is en waar geen verdeling in de vorm van 'iets zijn' aanwezig is, komt lieflijkheid en eenvoud alle ruimte volledig vullen en verdwijnen alle tegenstellingen. Ze bestaan eenvoudig niet, en ze hebben ook nooit bestaan: goed en kwaad, geboorte en dood, schuld en angst, gisteren en morgen. De stof waarvan onze droom gemaakt is, is dan opgelost in het objectloos kennen-zijn ervan.

Liefde is wat we wezenlijk zijn, en wat we wezenlijk zijn, dat delen we. Iets in ons herinnert zich dat je Liefde-zijn al deelt. De plek waar deze 'Godsherinnering' wordt bewaard, wordt in de

Cursus aangeduid met 'Heilige Geest' (achterste stoel in mijn eigen terminologie). Binnen de droom van het bestaan als persoon kan Liefde niet gedeeld worden. Persoonlijke Liefde is speciale Liefde, met aan de andere kant speciale haat. Liefde-zijn wordt alleen bewust gedeeld als onze aandacht onpersoonlijk gericht blijft op ons objectloze Zijn. Verleden- en toekomstverhalen over Jantje-goed en Jantje-slecht proberen desondanks je aandacht naar de illusoire dimensie van het persoonlijke te trekken, en kunnen je doen vergeten dat onze aandacht zelf al één onpersoonlijk Zijn is. Maar in feite wordt ons 'er zijn', die ene draad, nooit echt door die 'gebreide' verhalen verstoord, want ze wordt nu al door iedereen gedeeld als ons ene Liefde-zijn. Het gaat er dus om deze ene Liefdesdraad in ons in onze aandacht te houden, in plaats van de met die Ene draad gebreide denkdroom. Daarmee worden we ons weer bewust van ons geluk-zijn, ons Een-met-God-zijn, en kunnen we het delen.

In de advaita wordt binnen de ogenschijnlijke verdeeldheid de heelheid van ons Zijn gezien. Dat maakt het delen van geluk-zijn mogelijk, de vervulling van het diepe verlangen om geluk te delen met geluk. In de Eerste Oorzaak is een droom verschenen waarin we ons ogenschijnlijk buiten die Eerste Oorzaak bevinden. Die lijkt zichzelf te hebben opgedeeld in personen, opdat zo het geluk-zijn gedeeld kan worden. Maar dat kan alleen als de Heelheid van ons ongemani-festeerde Zijn zichzelf weer herkent in al die ogenschijnlijke personen. Die lossen dan op in het geluk-zijn zelf. En als het ego-denken zich daar vervolgens weer mee gaat bemoeien en er een theorie of een mening over heeft, kan die eenvoudigweg niet meer serieus genomen worden. Alleen de intimiteit die ervaren wordt in het delen van geluk-zijn wordt nog serieus genomen, want die is eeuwig en blijvend. Deze woorden deel ik niet als Jan met jou als lezer, maar uitsluitend vanuit en met onszelf als zuiver gewaarzijn, want iedere lezer, ieder ander, is dat zuivere gewaarzijn. Als deze tekst anderen in de pijndroom helpt de dromer van die droom te herkennen en hen zo leert om niet langer aandacht te geven aan die droom, is dat een mooi bijverschijnsel, maar alleen als onderdeel van de droom. Want in feite zijn we als Liefde en gewaarzijn al thuis en Een.

Wat wij uit het oog verloren hebben, is dat wij zelf liefde zijn. Ons is verteld, toen wij klein waren, dat wij liefde kregen van onze moeder en onze vader enzovoort. En toen het later, misschien

op allerlei punten, misging, hebben wij ontdekt dat wij niet genoeg liefde hadden gekregen. En zo wordt liefde voor ons als een zak met aardappelen die je kunt geven en die je kunt krijgen in een grote zak en een kleine zak.

Wolter Keers

Doordat we dromen maken, zijn we uit het oog verloren dat we al het geluk van Liefde-zijn delen met God als Kennendheid, de Eerste Oorzaak. Het ontdekken daarvan noem ik ont-dekken: weghalen van de bedekking in mezelf en de ander en zo zonder enig masker in alle openheid Zijn zoals we werkelijk zijn. De herkenning in de ander van de stilte, het eeuwig geluk-zijn: dat is Liefde delen.

Wat wij wezenlijk zijn, is dit nederigste van alle nederige dingen, dat waarin alle dingen verschijnen. Dat is het licht zelf. Niets is gewoner, gemener, alledaagser dan dat licht; daarbuiten hebben wij nooit iets gekend. Liefde is het ontdekken van mijzelf (het licht) in de ander; de herkenning van de Stilte die ik ben in de ander. Dat is liefde. Liefde kun je niemand geven, liefde kun je niet ontvangen; je kunt water geen natheid geven, want water is natheid. Niemand kan je ook liefde geven, niemand kan liefde van je ontvangen, je kunt alleen in jou liefde herkennen en jij kunt in anderen liefde herkennen. Het ogenblik dat het gebeurt, zijn er natuurlijk geen anderen meer, want je herkent inderdaad, in de meest letterlijke zin, let wel, in de meest letterlijke zin: jezelf.

Wolter Keers

De Cursus leert dat Liefde-zijn het enige is dat je werkelijk kunt geven en ook ontvangen, maar dan niet als de persoon die je denkt te zijn, want dan wordt het ruilhandel. Geven en ontvangen is één ding: Liefde-zijn delen. Als je mag herkennen wat ons Liefde-zijn werkelijk is, de lieflijkheid van het onpersoonlijke Zijn, wordt de pijn van deze droom je pas echt duidelijk. De pijn van deze droom is eigenlijk dat je ergens nog weet dat je Liefde wilt en kunt delen. Daar verlang je naar, maar het gaat niet, want met droomvormen kun je niets delen. Je komt alleen maar verdeling te-

gen, vormen die niet Een gemaakt kunnen worden, wat je ook probeert. Dus op het moment dat je de achterste stoel mag herkennen als ons simpele ‘er zijn’, moet je ermee leren omgaan, want de persoon die je even daarvoor nog dacht te zijn zal nooit kunnen bevatten dat ons Zijn totaal aan de persoon en zijn droomwereld voorbij gaat. Dan wordt het ook duidelijk dat jij hem maakt, niet God. Die realisatie kan heel moeilijk te accepteren lijken, want hij legt de verantwoordelijkheid voor de droom weer terug bij jezelf, en dat roept vaak angst- en schuldgevoelens op die je eerst bij de ander neer kon leggen.

Ik spreek nooit tegen iemand anders dan tegen mijzelf; en je hoort nooit iets anders dan jezelf. Ik kan niet genoeg onderstrepen hoe letterlijk dit waar is. Liefde is jezelf herkennen in de ander, in dat wat je tot op dat ogenblik, ten onrechte, aanzag voor ‘een ander’. Maar het is jezelf die je daar ziet, want er is maar één Zelf. Er is maar één licht, er is maar één liefde. Die herkenning van jezelf in de ander, van de Stilte die je bent in de ander, van het licht dat je bent in de ander, dat is wat wij liefde noemen. Het is niet een kwestie van geven, niet een kwestie van ontvangen, maar het is een kwestie van herkennen.

Wolter Keers

Liefde is nooit iets wat je als ego’s kunt delen, want op het moment dat Jan het aan jou geeft en jij



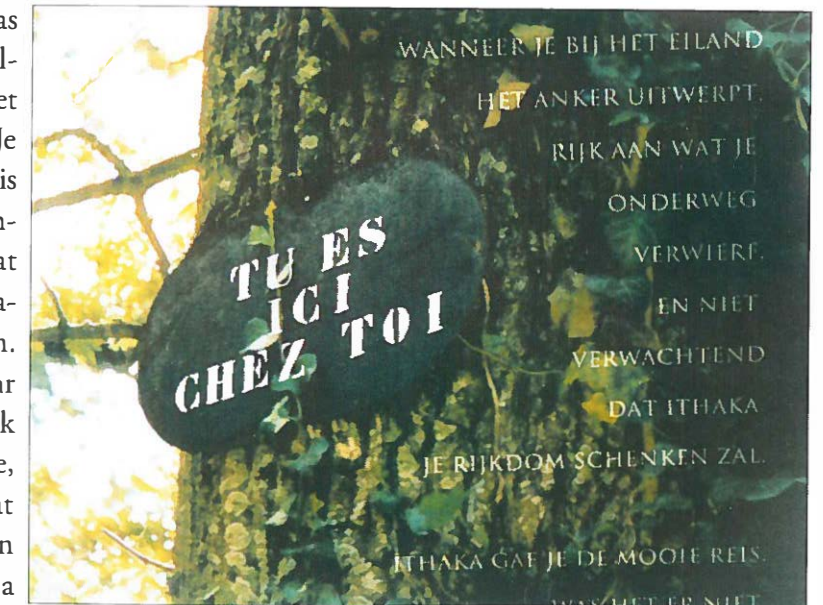
het aan Jan geeft, wordt de ene Liefde verdeeld. Als we mogen herkennen dat we beiden de ene vormloze achterste stoel zijn, worden we ons er weer bewust van dat we één en dezelfde Liefde zijn. In de Cursus wordt gezegd dat Liefde geven en ontvangen, delen is, ofwel scheppen. God heeft een zoon (het Zoonschap) geschapen, zichzelf ‘uitgebreid’, puur om Liefde- en vreugde-zijn te delen. Het probleem is echter dat de zoon, die dezelfde scheppingskracht (mogelijkheid tot delen van Liefde-zijn) heeft gekregen als zijn schep-

per, per ongeluk de droom is gaan maken. Binnen die gemaakte droom probeert hij dan de Liefde die hij verloren lijkt te zijn terug te vinden.

Je kunt Liefde niet ontvangen, noch delen, als ware het 'een zak aardappels', want Liefde is geen object, geen ervaring. Maar je kunt haar wel ontvangen van en geven aan jezelf als vormloos Liefde-zijn. Dat is Liefde delen: het ontvangen en geven van Liefde aan jezelf, en jezelf zo kennen als geluk-zijn, en dat ook in de zogenaamde ander herkennen. Maar dan niet jezelf als 'iets', wat dan ook, maar je eigen ongemanifesteerde Zijn zelf, wat je wezenlijk bent, de achterste stoel. Het is inderdaad slechts een kwestie van herkennen, realiseren, en dan wordt de Liefde automatisch ook gedeeld als één Zijn. Dan is er sprake van Liefde-zijn zonder tegenpool, omdat dan wordt gezien dat Liefde-zijn geen tegendeel heeft.

Bij onze eerst ontmoeting was mijn enige vraag aan Wolter: 'Hoe komt het dat ik niet weet wat liefde is?' Hij zei: 'Je kunt alles vinden, maar liefde is het enige dat je nooit kunt vinden, omdat je dat zelf bent.' Wat je bent kun je niet tot object maken. Je kunt het alleen maar zijn. Ik aanvaardde toen weliswaar dat ik Liefde moest zijn, maar ik had niet de ervaring van Liefde, en mocht nog niet begrijpen dat Liefde alleen ervaren kan worden als ervaren-zijn zelf. Ik ervoer na

De schat ligt in je



Wolters heengaan geen Liefde, ik ervoer alleen maar eenzaamheid als persoon, en als ik die passeerde, kwam ik in de leegte van het stille suizen terecht, en bleef er niets meer over van welke ervaring dan ook. Ik mocht in dat ervaringsloze ervaren de zwoele wind van het Zijn nog niet herkennen en het nog niet met Gods Zijn delen in de stilte. Ik kon, verwijlend in het suizen, de stem van God nog niet horen. Het was nog steeds de stem van Wolter. Pas toen ik net als Odysseus de vrijersverhalen in mezelf één voor één gedood had, de slechte en de goede, werd het suizen als Liefde-zijn ervaren. Ik zag dat er geen gekende kant bestond, dat het hele waargenomene de droom is, de illusie. Maar ik zag ook dat het ervaren-zijn van onszelf onveranderlijk is, en dat dat als Liefde-zijn gedeeld wordt. Als je daar meer en meer je aandacht op mag richten, in plaats van op de wereld der ervaringen, dan wordt dat suizen je thuis van eeuwig gelukkig zijn in Gods Zijn.

Ik heb niet het gevoel dat iets van Mij is; ik ken gehechtheid noch egoïsme. Ik ben eeuwig, nooit iets 'doend', de zuiverheid zelf – slechts afhankelijk van Mijzelf en Licht schenkend vanuit Mijzelf. Zonder attributen, zonder enige verandering of conditionering ben Ik de verblijfplaats van Liefde, constant in vrede en zonder smet: het Ene zonder tweede.

Atmananda

Van Wolter mocht ik leren wat echte intimiteit is: niet de intimiteit van persoon tot persoon, want dat is schijnintimiteit, maar de intimiteit van het delen van de achterste stoel als één Zijn. Toen pas werd intimiteit hetzelfde als suizen: zien dat er maar één stoel is en dat in de gaten leren houden. Dat is kiezen voor Liefde-zijn. Liefde-zijn kwam zo uit de dualiteit van ik en jij, en deelde zichzelf weer als één Zijn met zichzelf.

De Cursus noemt het 'de hele waarneming genezen' om die vervolgens te doorzien als niet bestaand. De zoon en de vader hebben één scheppend hart, dus verdwijnen de drie stoelen van het waken, slapen en dromen uit beeld en blijft alleen de achterste stoel over.

Ook in de Odyssee wordt verwezen naar de genezing van de droomillusie. Voor Nestor was dat geen probleem. Hij mocht de illusie direct doorzien en bleek toen gewoon nog thuis te zijn van nooit weggeweest om Liefde-zijn te delen met Zeus. Maar voor Menelaos was er een thuisreis noodzakelijk, en voor Odysseus was het reizen naar huis zelfs erg moeilijk en moest hij bovendien

na zijn thuiskomst nog af zien te komen van het idee degene te zijn geweest die die thuisreis gemaakt had, vast als hij nog zat in het doenerschap. Nestor ervoer die onwankelbare Liefde direct als zijn eigen Zijn, waardoor hij niet te verleiden was, noch getest kon worden, terwijl Odysseus bij Calypso, de godin van het geheel der waarnemingen, jarenlang naar de zee (het waarnemen) zat te kijken (met andere woorden: zat te suizen) en toch al dat water om hem heen niet kon herkennen als zijn eigenste ervaren-zijn. De genade om de eenvoud te zien en te herkennen wat hij altijd al was geweest, was er nog niet. Uiteindelijk wordt die genade via Hermes door Zeus gezonden om hem te bevrijden. Hermes wordt helemaal naar de andere kant van de wereld gestuurd om Calypso te dwingen Odysseus (de aandacht van ons gewaarzijn-zijn) los te laten.

Het enige waar je mij vroeger mee aan het huilen kon krijgen, waren films waarin een kind zijn ouders kwijtraakte en/of weer terugvond. En nóg kan ik daar om huilen. Het is symbolisch voor het terugvinden van de vader door de zoon, het weer kunnen delen van het ongemanifesteerde geluk van Liefde-zijn. Maar dat kan niemand teweegbrengen vanuit de gedachte 'iets gekends, een waarneming' te zijn. Het gebeurt slechts in overgave aan het ongemanifesteerde Zijn. Overgave (de verzoening accepteren) is zien dat jij het niet kunt oplossen, het is al opgelost voor je. De Eerste Oorzaak, de achterste stoel, is al wat je bent. Je hoeft alleen maar bereid te zijn het dromen van waarnemingen op te geven, je over te geven aan ons ongemanifesteerde Zijn, dat voorbij die droomwaarnemingen ligt en waar alle zijn uit voortkomt.

De grote ommekeer is niet om de Eerste Oorzaak te vinden, om in de achterste stoel te komen, maar om te zien dat de drie waargenomen toestanden van waken, dromen en slapen nooit werkelijk geweest zijn. Maar je hebt je aandacht persoonlijk gemaakt en zolang gericht gehad op die drie door jezelf gemaakte toestanden waar angst, woede, pijn en dood heersen, dat je nooit in staat bent geweest om zonder de genade die God zijn zoon schonk de andere kant op te kijken. Uiteindelijk gaat het er alleen maar om dat je je realiseert dat je al veilig thuis bent en nergens hoeft te komen, en dat er niets valt te bereiken, omdat er nooit iets anders is geweest dan de Eerste Oorzaak. Dit Zijn is allesomvattend, dus kan dualiteit niet bestaan, en is elke ogenschijnlijke vorm van dualiteit niets anders dan een droom die je zelf bent gaan maken. Het gaat erom dat je je realiseert dat je altijd al veilig thuis was en nooit weg bent geweest van wat je in werkelijkheid bent. Daarom heb ik mijn boek over de Odyssee ook de ondertitel Terug van nooit weggeweest meegegeven.

Toch proberen we, meestal via de hoofdrolspeler, de Liefde te vinden binnen onze persoonlijke droom, en dat is de echte pijn van die toestand. Ik kan niets anders doen dan je uitnodigen je weer te herinneren dat je ons Liefde-zijn alleen op de achterste stoel kunt ervaren, omdat Liefde daar als ons Zijn woont, maar zichzelf verkocht lijkt te hebben aan 'iets zijn' in de droom. Het evenwicht vinden tussen weten dat alleen de achterste stoel werkelijk is, en tegelijk ogenschijnlijk mee blijven doen in de voorste, alsof je daar als hoofdrolspeler zit, is het vinden van vrijheid en geluk-zijn tijdens deze droom, en tegelijkertijd andere dromers helpen om wakker te worden.

Het plezier om de verleiding van de oorlog tussen de tegenstellingen te leren passeren en zo overal onschuld te zien, moet veelal eerst aangemoedigd worden. Dan pas is Liefde-zijn delen ook hier in de droom aanwezig. Zolang er nog een millimeter geluk-zijn toegeschreven wordt aan de jantjes, blijven die je met 'iets zijn' plagen. Maar als het hele waargenomen drama kan worden doorzien als niet waar, wordt de achterste stoel een permanent ervaren van geluk-zijn, ook als je hoofdrolspeler de was doet of naar zijn werk rijdt. Het hele waargenomene is een droom, niet meer en niet minder. Er valt voor jou als gewaarzijn niets te doen of te laten in die droom, behalve verwijlen in de rust van het stille geluk-zijn en van daaruit zien dat het niet echt is en dat je niet die hoofdrolspeler bent, noch een van de bijrolspelers, en dat je die ook nooit geweest bent; dat er nooit iets gebeurd is en dat iedereen onschuldig is.

Echte Liefde is dus niet iets persoonlijks, maar altijd onpersoonlijk, en dat houdt in dat je alles



loslaat wat er in de droom lijkt te gebeuren en kiest voor Liefde-zijn, puur omdat Liefde deelt en ego verdeelt. Het geheel is binnen ons Zijn. Als dat mag worden gezien en aanvaard, wordt de droom vanzelf minder heftig en wordt de hoofdrolspeler vanzelf milder en soepeler en volwassener, totdat echt duidelijk geworden is dat je nooit de hoofdrolspeler in de droom was. Die wordt dan steeds meer een voorbijganger, en het verdelen in ik en jij houdt dan vanzelf op. Want jij als Liefde-zijn verdeelt nooit.

Dankwoord

Als ik iedereen zou willen bedanken die dit boek mogelijk heeft gemaakt, zouden dat wel erg veel mensen worden. Van de directrice en manager die mijn verlof goedkeurden en de vrienden die mij stimuleerden om door te zetten, tot Wouter die mij het idee gaf dat het boek ook uitgegeven zou kunnen worden. En daarbij nog vele, vele anderen. Uiteindelijk heeft het overlijdensbericht van vriendin Dousa mij het besluit doen nemen om ook daadwerkelijk een drietal maanden naar La Roussellie te gaan in het voorjaar en de zomer van 2011.

Speciale dank gaat uit naar Jan en de onuitputtelijke inzet die hij aan de dag legde. En daarmee aan Gertrude Maas, die Jan daarbij ondersteunde.

Zonder de hulp van mijn man en dochters was het eveneens niet mogelijk geweest dit boek te maken. Ook zij hebben een hele belangrijke rol vervuld.

En nog vele anderen ... iedereen en niemand.

Woorden

Jan van Delden

Samenstelling

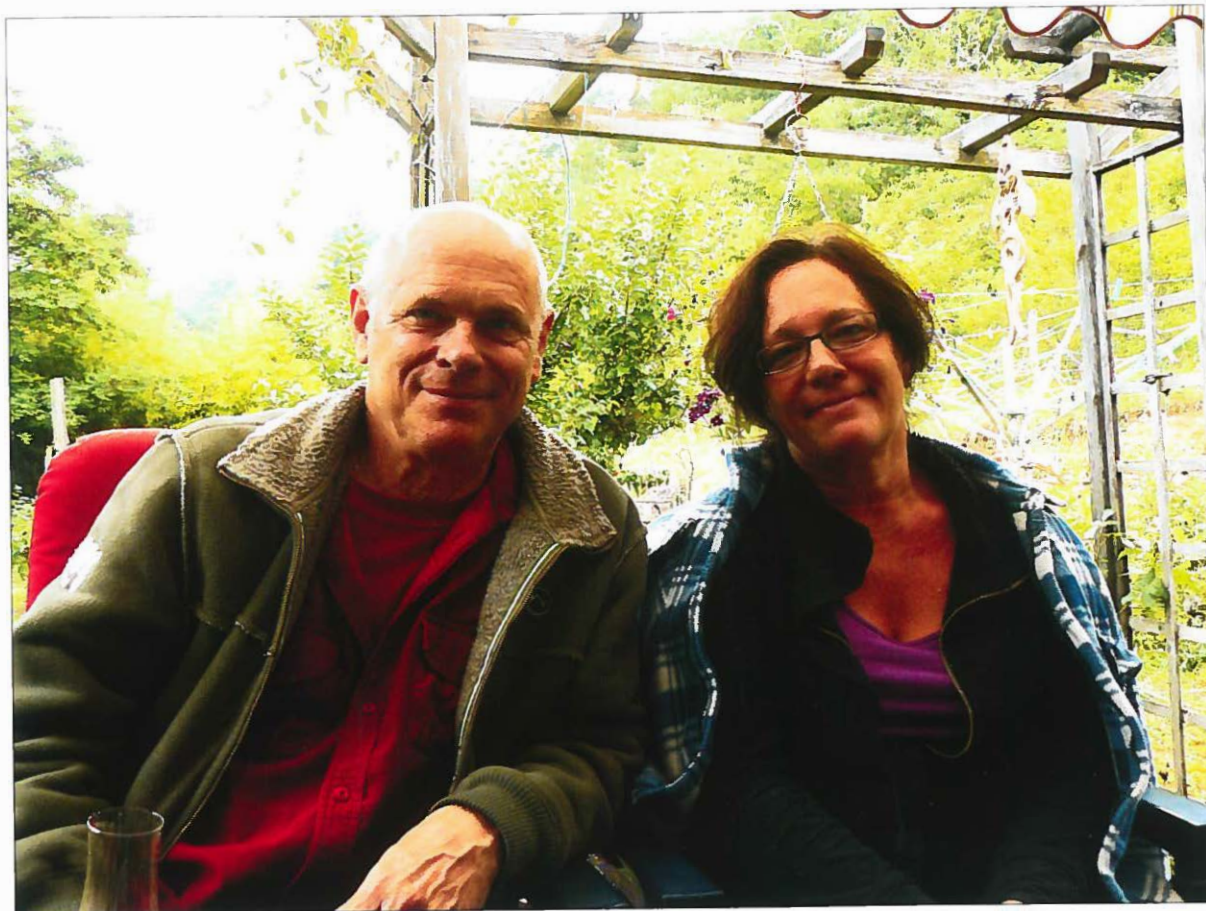
Lucy Auch

Eindredactie

Han van den Boogaard

Tekeningen
Foto's
Omslagillustratie
DVD-opnamen
Samenstelling DVD

Jan van Delden
Lucy Auch
Car Verheul - Vos
Hans Ploeger
Sophie van den Boogaard



*Tielloos geduld en eindeloze Liefde richten zich op de glinstering der populieren.
La Roussellie, mei – juli 2011.*

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
Adyashanti – Genade
Alles over Niets (boek met 2 dvd's)
Balsekar, Ramesh – Er was eens ...
Bancroft, Anne – Woorden van Boeddha
Beintema, Rita – Jnana yoga in de praktijk
Bernie, Jon – Alledaagse vrijheid
Bongers, Sally – Alledaagse verlichting
Boogaard, Han v.d. / Wei Wu Wei – Leven zonder tranen
Boogaard, Han v.d. – Dat wat Is
Byrom, Thomas – Het hart van bewustzijn
Caraway, Morgan – Een aangename ontgoocheling
Cohen, Alan – 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 weggeweest
Delden, Jan van – Zelfrealisatie, is dit nu alles?
Delden, Jan van – Vele wegen, één thuis
Dych, William – Anthony de Mello, een bloemlezing
Foster, Jeff – Leven zonder middelpunt
Foster, Jeff – Een buitengewone afwezigheid
Foudraïne, Jan – Metanoia
Gangaji – Vrijheid in overgave
Gieles, Lenne – Thuis

Glassman, Bernie – Oneindige cirkel
Greven, John – Eén
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 oorspronkelijke 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
Joncheere, Zoë – Leven als God
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
Kiloby, Scott – Liefdes stille revolutie
Koehoorn, Jan – Zelfonderzoek
Krishnamurti, U.G. – De denkbeeldige geest
Lake, Gina – Het mechanisme van verlangen
Lammers van Toorenburg, Wendy – Hoogbegaafd, nou én?
Lammers van Toorenburg, Wendy – Werkboek Hoogbegaafd
Lawry, Kalyani – Sailor Bob Adamson, leven en leer
Liquorman, Wayne – Never mind
Lucille, Francis – Eeuwigheid NU!
McKenna, Jed – Spirituele verlichting? Vergeet 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, Steven – De waarheid over verlichting
Oever, Jan van den – Ik weet niet wie ik ben
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
Rigter, Bob – Zen tijd
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
Smit, Alexander – Geschenk van het Absolute
Smit, Paul – Non-dualiteit voor managers
Smit, Paul – Verlichting voor luie mensen
Spira, Rupert – De helderheid der dingen
Sterren, Paul v.d. – Verlichting in een lege verpakking
Sylvester, Richard – Geen zelf, geen ander
Tathagata, Florian – Zijn
Tetteroo, Tosca – Alles over edelsteen therapie
Tollifson, Joan – Ontwaken in het alledaagse
Tollifson, Joan – Niets om je aan vast te houden
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 versus 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



JAN VAN DELDEN is niet een categorie in te delen.

'JAN IS VERLICHT', volgens zoekers.

'JAN JANT', volgens Jan.

In dit boek vertelt Jan van Delden over het Ene zonder tweede, over hoe alles zich afspeelt in jou, en hoe je zelf de verantwoordelijkheid draagt voor het richten van je aandacht op wat Jan 'de Achterste Stoel' noemt. Je hebt de droom waarin je leven zich afspeelt immers zelf geschapen, een droom die steeds weer je aandacht komt stelen.

Jan wijst je hierop, keer op keer, neemt je af wat niet waar is en laat je de waarheid weer herkennen.

Ook legt Jan in dit boek verbanden tussen hoe er gesproken wordt in de *Odysee*, de geschriften van *Atmananda* en *Een Cursus in Wonderen*,

Daarbij vertelt Jan dat ieder geschrift met een verwijzing naar Kennen, de achterste Stoel, God, Bewustzijn of hoe je het ook wilt noemen, even krachtig is.

Het ene is niet beter dan het andere, simpelweg omdat er geen ander, of andere bestaat.

Achterin het boek zit een DVD met opnamen van bijeenkomsten met Jan .

samsara

ISBN 978-94-91411-08-3



9 789491 411083