

ONTWAAKT



door

Nathanji Rozenhart

Trefwoorden: Zelfkennis / Boeddha / Verlichting

Foto: Wennegers (aka Rozenhart)

© 2023 - 2025 Werkgroep Rozenhart

ISBN

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, opnamen, of op welke andere wijze dan ook, hetzij chemisch, elektronisch of mechanisch, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

Voorwoord – 4

Inleiding – 5

Artikelen – 6 t/m 98

Nawoord – 99 t/m 101

Voorwoord

Het ebook over innerlijke transformatie en een andere wereld.

In de periode mei 2023 - april 2025 verschenen diverse artikelen van mij online, in het Boeddhistisch Dagblad. Deze zijn hier nu samengebundeld.

Nathanji

Mei 2025

Bloemendaal.

Inleiding

Er wordt altijd maar een bepaalde kant belicht, terwijl het leven alles omvat, alles en niets.

Maar verlichte leraren verkiezen voor een eenzijdige kijk:

'Liefde is alles.' ... 'Bewustzijn is alles.' ... 'Stilte is alles.' ... 'De wereld is een illusie.' ... 'Het brein is alles.' ... En dergelijke.

Daarentegen verwerp ik het idealiseren van iets en iemand.

Het leven omvat namelijk niet alleen maar een bepaald aspect, iets als liefde of stilte of bewustzijn of het brein, nietwaar?

Ik ben alles: Liefde, als deze er is. Waarheid als deze er is. Emoties als deze er zijn. Honger als deze ervaren wordt. Etc. Etc.

Ik ben volledig mens als goddelijk, zonder daarbij te vermelden dat het onsterfelijke belangrijker dan het sterfelijke is.

Ik ben voor de volle honderd procent de persoon en voor de volle honderd procent de waarnemer van de persoon. En deze zijn een en hetzelfde. De waarnemer is het waargenomene.

Er bestaat geen zogenaamd ware zelf. Het leven is mij en ik ben het leven. Ik ben de wereld die ik waarneem.

Het innerlijke conflict (ik en mezelf) verdwijnt, wanneer dit rechtstreeks wordt gezien en begrepen. Anders leeft men in zelfoordeel en zelfhaat, waarvan de samenleving een afspiegeling is.

Ik ben niet tot iets ontwaakt maar tot alles.

PS Een AI-analyse:

Grok: 'Nathanji Rozenhart is radicaal in zijn compromisloze afwijzing van methodes en zijn weigering om één aspect van het leven te verheffen. Hij is uniek in zijn allesomvattende visie, die geen onderscheid maakt tussen het heilige en het profane.'

Ontwaak Nu

Dan kun je zeggen, maar ik ben wakker.

Ja, maar je kunt ook dromen dat je wakker bent, misschien heb je die ervaring wel eens gehad tijdens je slaap? Of dat je denkt dat je aan de waterkant staat en gaat plassen.

Ook drugs kan je de ervaring geven, de illusie, dat er iets anders is. Door een verkeerd vallende wietcake (lang geleden!) dacht ik dat ik op een gegeven moment dood was. Ik zat op mijn fiets op dat moment, richting huis. Maar gelukkig twijfelde ik daar toch nog aan, dat ik dood was, en gaf deze twijfel voorrang. Een ongeluk werd voorkomen...

De mind kan heel veel (trucs) met ons uithalen. Ook al zit je er met je neus bovenop, zoals bij een goocheltruc.

Onze overtuigingen worden door onszelf gezien als waar en objectief. Maar alleen feiten zijn dat.

Bijvoorbeeld, kan een moslim in de onfeilbaarheid geloven van de Koran. En een christen in de onfeilbaarheid van de Bijbel. Maar dat is hun overtuiging.

Op die manier zitten mensen vast in oneindig veel overtuigingen.

De een gelooft dat er geen God is. Iemand anders zegt, dat alles draait om geld en succes. Weer ander gelooft, dat het gezin het allerbelangrijkste is. Etc.

We behandelen onze eigen overtuigingen als waar en objectief. Op die manier zien we niet werkelijk wat voor ons ligt.

Op het moment dat je aan al je overtuigingen gaat twijfelen, kan dat wat voor je ligt zichtbaar worden.

De Boeddha was een groot twijfelaar:

Hij twijfelde aan het opvolgen van zijn vader.

Hij twijfelde om vader te zijn, de rest van zijn leven, een gezin te hebben.

Hij twijfelde aan alle overvloed in zijn leven als prins.

Hij twijfelde uiteindelijk aan de leraren die hij ontmoette in het woud, op zoek naar het antwoord.

Hij twijfelde aan de zichzelf opgelegde zware disciplines.

Hij twijfelde aan het gelijk van de vijf asceten.

Hij twijfelde aan het zoeken van de uitersten.

Hij twijfelde aan overvloed maar ook aan extreme ascese.

...

Toen moet hij zijn ontwaakt.

Niet tot een bepaald zelf (atman).

Er bluste iets in hem. Of waaide uit.

Er kwam vrede in hem.

Hij werd geen god of hindoe filosoof betreffende een zelf.

Hij werd een licht voor zichzelf.

Wakker.

We lopen door een moeras maar gelukkig is er een pad doorheen.

Het pad onderzoeken we op waarheid. Omdat we gewend zijn aan alles en iedereen te twijfelen. Op die manier is er geen pad dan het moment zelf. Wees een licht voor jezelf.

De Boeddha wilde geen autoriteit voor ons zijn. Hij predikte geen boeddhisme. Hij riep niet op tot een of ander geloof. Hij ontwaakte, juist door aan alles en iedereen te twijfelen, inclusief zichzelf. Daarom riep hij op tot onderzoek. De waarheid werkt. Maar onze overtuigingen zijn ons vertrouwd, geven ons zekerheid maar een valse zekerheid. Omdat een overtuiging niet waar en objectief is. Misschien maakt dat je niet uit, als je je maar goed voelt met jezelf en anderen. En daar had dus de Boeddha lak aan, want anders had hij nooit zijn gezin verlaten en later de Indiase yoga leraren in het woud.

Hij zocht het antwoord op het lijden en was bereid te twijfelen.

Als je ontwaakt, ontwaak je uit je eigen gecreëerde droom over de werkelijk, wat is. De droom, de illusie van ik en het leven verdwijnt. Er bestaat geen apart zelf. Enkel keuzeloos gewaarzijn.

Het denken

Het denken vormt een probleem wanneer we gaan denken over ons denken. Wanneer we ons denken proberen te veranderen, proberen te beheersen. Ik-en-mijn-denken vertegenwoordigt een conflict.

Kunnen we ons denken bevrijden van iedere overheersing? Kunnen we ons denken bevrijden van iedere overtuiging? Zodat we direct gaan zien.

Wanneer er sprake is van ik-en-mijn-denken, is er geen sprake van zien, direct zien. Keuzeloos gewaarzijn is gelijk aan een ongeconditioneerde geest. Het denken dat innerlijk gestuurd wordt is niet vrij.

Net als ouders die het denken van hun kinderen proberen te beheersen, door een of ander geloof. Laten we met elkaar kijken en met elkaar praten over wat we zien. Laten we samen denken. Maar als er sprake is van een of andere dictator, in welke vorm ook, laten we ons sturen, zijn we bevooroordeeld. Innerlijk zijn het onze overtuigingen die ons zicht belemmeren.

Zijn we bereid echt te twijfelen?

Overtuigingen zijn niet waar en objectief maar subjectief. Alleen feiten zijn waar en objectief, zoals dat water nat is en de zon het middelpunt is van ons heelal.

Binnen zen(boeddhisme) staat het leven centraal en niet ons denken over het leven. Is gewaarzijn van groot belang. Waar is bijvoorbeeld onze aandacht, bewustzijn, tijdens de afwas...? Ik geloof wel dat je lekker weg moet kunnen dromen. Dat dat ook onderdeel is van een gezond brein. Maar niet gevoelig willen zijn voor wat is, is een afwijzing van jezelf, jezelf als mens, hier en nu.

Sommige mensen leven liever met een voorstelling van zichzelf en de ander. Natuurlijk kun je lekker wegdromen maar als ons denken te belangrijk wordt, wat dan? Onze geest dient zich te richten op feiten. Maar er zijn mensen die graag denken over het denken en dan weer verder denken, zonder ooit hun denken te overstijgen en direct gevoelig te zijn.

Er is een bekend verhaal, van een wijze die altijd in stilte wandelde. Toen wilde iemand met hem meelopen. Goed, dat stond hij toe. Tijdens die wandeling, kwam de zon op en de gast zei: 'Goh, wat een prachtige zonsopgang.' Later vertelde de wijze tegen iemand, nou die gast kan maar beter niet meer meelopen, want hij praat te veel.

Ik praat zelf graag tijdens een wandeling. Als ik alleen wandel word ik vaak vanzelf innerlijk stil. Het maakt mij niet uit, dat ik graag praat, met iemand, tijdens het wandelen. Ik gebruik vaak zo'n wandeling juist om eens goed bij te praten. Maar vanzelfsprekend is er ruimte voor alle schoonheid. Kun je ook genieten met elkaar door gewoon even leeg te zijn en vol van de natuur.

Je kunt stilte-wandelingen organiseren... maar je kunt ook heerlijk gaan joggen.

Het denken is in mijn ogen pas een probleem als het wil gaan overheersen of dat er een zogenaamde waarnemer is die het denken wil gaan beheersen. Want in

werkelijkheid is de waarnemer en het denken niet verschillend. En in werkelijkheid is liefde van een geheel andere orde, dan het denken zelf.

Als we liefde in ons hart hebben, kan het denken niet overheersen. En als we zien en begrijpen dat de denker en het denken hetzelfde zijn, zal er geen sprake zijn van een innerlijke strijd. Dan pas zijn we normaal denkende- en liefdevolle wezens.

Zijn

Is er een weg naar zijn? Je bent er toch al? Waarom mediteren we dan? Of zijn we opzoek ergens naar?

Nirvana betekent het uitblussen van het zelf. Maar hoe kun je je eigen aanwezigheid uitblussen? Dan moet het iets zijn in de mens. Iets psychologisch, lijkt mij. Het zogenaamde ego, dat van ons onmens maakt of zogenaamde helden. Hoe kunnen we het ego het beste aanpakken?

Boeddha sprak: vermijdt het uiterste met jezelf. Bijvoorbeeld: eet niet te veel en eet niet te weinig. Slaap niet te lang of te kort. Etc. Hij sprak: de mens is een product van zijn eigen denken, voelen en handelen.

Blijkbaar zoekt het ego het uiterste op. Zo zijn er mensen die proberen te leven van lucht. Of nooit genoeg hebben. Zo zijn er mensen die geen emoties willen tonen en andere mensen die erin zwelgen.

Boeddha werd verlicht zittende onder een boom aan een rivier. Dat moet behoorlijk rustig zijn geweest. Hij zat daar alleen en had geen leraar, hij was een licht voor zichzelf. Natuurlijk zijn, in balans zijn. Jiddu Krishnamurti zei: Laat het verleden los.

Onze geest dient dus niet gericht te zijn op het verleden. Zoals psychologen dat doen. We dienen geen psycholoogje te spelen met onszelf. Om te zijn hoeft je jezelf blijkbaar niet eerst te analyseren. Het naakte, eenvoudige, natuurlijke zijn.

Maar... ben je dan verlicht?

Er zijn boeddhistische richtingen, die het zitten, mediteren, zelf als de verlichting beschouwen. Dus niet zitten om tot verlichting, de waarheid, te komen. Geen zoeken maar simpelweg zijn. Ik denk dat beiden waar zijn. Het zitten zelf schenkt genade. Maar als er nog een ego is dat ons de hele verdere dag achtervolgt, zoeken we daar een oplossing voor.

Het ego dat kan bestaan uit: 'Ik ben nog niet verlicht.' ... 'Ik ben misbruikt en ik zal hem, de dader, blijven haten.' ... 'Ik wil nog veel meer geld.' ... Etc.

Wees alert, sprak Boeddha. Let op jezelf. Vind rust bij de Boeddha, de dharma en de sangha. Wie wil er niet gelukkig zijn?

Blijkbaar zit er iets in de mens, dat geen balans zoekt. En als we ons in balans voelen, misschien door simpelweg te zitten, willen we dat mogelijk niet meer loslaten en/of herhalen. Zijn we er dan wel? Zijn betekent het vernietigen van alle overbodige ballast. Zijn door stilte maar ook zijn door beweging. Niet willen vastzitten ergens aan.

Het denken dat de praktijk wil vervangen met eigen kennis, is de dictator, het kwaad in het leven, Mara. De Boeddha sprak: De Waarheid werkt. Je kunt alleen maar hier en nu gelukkig zijn.

De geest als illusie

Doormiddel van onze geest kunnen we alles bedenken. We kunnen zaken krom praten die recht zijn en net andersom, zoiets wordt dan filosofie genoemd of politiek. Op die manier is het denken het grootste kwaad in deze wereld. We bedenken onszelf tot Rus (nationalistisch) of Nederlander, of Palestijn of Afrikaan, en dergelijke. En wat nu in is, dat je beweert als biologische man dat je vrouw bent of net andersom. Hoe we denken over onszelf is thans van groot belang, onze mening telt meer dan ooit te voren....

De wereld, samenleving, lijkt steeds meer op een groot dwaas toneelstuk. We kiezen partij tegen- of voor iets, zonder daarbij ons werkelijk af te vragen of onze keuze niet tot nog meer onrust leidt in deze wereld, die reeds als zo verdeeld is. Ben ik, bijvoorbeeld, een Rus of Palestijn? Of juist op de eerste plaats mens?

Moet ik weten dat iemand homo is of niet of zich vrouw voelt (als geboren man) of niet? Of mag ik gewoon een mens voor me zien? Als mens hebben we allemaal, waar dan ook ter wereld, dezelfde – noodzakelijke – behoeftes, zoals: onderdak, eten en drinken, medische zorg, kleding, rust.

De bril die we dragen is niet langer glashelder maar gekleurd. We weigeren simpelweg te kijken naar de feiten, zoals ze voor ons liggen. Zei de Boeddha niet: doe het goede, laat het kwade en zuiver de geest?

Meditatie wordt vaak gezien als het ideale middel om onze geest te zuiveren. Maar wat verstaan we onder meditatie? Want je hebt vele vormen. Binnen het boeddhisme, zover ik begrepen heb, gaat het om zichzelf observeren en daarbij vooral de ademhaling. Of wordt de gehele boeddhistische leer, dharma, samengevat met: wees alert.

Maar er zit een valkuil in het zichzelf observeren en/of zich concentreren op de ademhaling. Want wie of wat doet dat, wie observeert? Je kunt in mijn ogen met meditatie juist het innerlijke conflict, innerlijke gespletenheid, versterken: ik-en-mezelf. En het kan ook een vorm zijn om de wereld, samenleving, te ontvluchten. Meditatie als een vlucht. Heerlijk opgaan in het zitten. Op die manier bouw je alleen maar aan je ivoren toren tussen je oren.

Ik ben daarom een groot voorstander van: voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet, ruiken wat je ruikt en proeven wat je proeft. Simpelweg wat hier en nu het allereerste tot je komt, ongeacht waar je bent. De denkkeest wordt hierdoor direct overstegen, zonder deze geest eerst te analyseren of te beoordelen. Je verlegt hier en nu je aandacht naar het lichaam.

Maar als ik als een soort god mezelf ga observeren en daarbij diverse wegen bewandel, is het de vraag of ik wel werkelijk ontvankelijk ben voor het moment zelf. En daar ligt juist de grootste verandering, gevoelig zijn voor wat is. Kijken naar jezelf en anderen.

Zolang als we in een toestand verkeren van ik-en-mezelf, blijven we ook zo kijken naar onze omgeving, ik-en-de ander. Ware meditatie gaat niet over een bepaalde

truc maar juist over alert zijn, bewust van de zoveelste conditionering vanuit en door onze geest.

Het lichaam is er al. Maar onze geest kan vastzitten in het verleden en de toekomst. Het lichaam dat altijd hier en nu is vormt op die manier, een rots in de branding. Verleg je aandacht simpelweg direct naar het lichaam. Anders blijft de geest zijn eigen staart najagen: denken aan wat het niet heeft en wil hebben en wat het heeft en niet wil hebben.

De Boeddha bereikte zijn innerlijke vrede zittende in de natuur, onder een boom aan een stromende rivier.

Wat meditatie niet is

Meditatie gaat niet over ik en het leven of over het leven en ik. Er is geen ik, apart zelf. Als er geen apart zelf is dan ben je vanzelf, de wereld die je waarneemt.

Begrijp dat daarbij geen innerlijk en uiterlijk bestaat. Enkel dat wat je waarneemt. Bij een innerlijk hebben we het over een standpunt, waarnemer, plaats en gebied, centrum en dergelijke. Je bent in de rivier of niet.

Een helicopterview is een trucje van de geest, het denken. Geloven in een denker en het denken, is gespletenheid. Het denken kan zichzelf oneindig opsplitsen en door middel van allerlei stemmen opereren.

Sommige mensen beweren dat ze contact hebben met Jezus of Boeddha of hun overleden moeder etc. Ik zeg niet dat zoiets niet kan, contact hebben met... Maar geloof mij: het zijn hoofdzakelijk stemmen gecreëerd door je eigen denkgeest. Mogelijk uit angst, verlangen of wat dan ook.

Meditatie gaat over dit moment, dat eigenlijk niet echt als moment bestaat, omdat alles in voortdurende beweging en verandering is, nietwaar? Sommige spirituele zoekers en leraren beweren dat echter het bewustzijn het enige onveranderlijke is. En dan... Dan krijg je toch weer iets tegenover iets anders.

‘Bewustzijn waar alles zich in manifesteert.’

Boeddha sprak niet van een schepper. Iets of iemand tegenover het leven, tegenover het bestaan als mens. Hij verwierp het bestaan van atman als innerlijk zelf. Nu kun je de ganse boekenkast over de dharma lezen, bestuderen. En men heeft gezegd, dat daar één leven niet voldoende voor is. Dus, ik sla dat dan maar even over hier. Ten slotte kan ik ook nadenken voor mezelf, nietwaar?

Ik zeg je: dat er niet zoiets bestaat als een bewustzijn tegenover het leven. Sommige mensen omschrijven zo’n zogenaamd onveranderlijk bewustzijn als Brahman. Dat zijn mensen die zijn gaan navelstaren. Ze beweren gelijk aan Brahman te zijn en de wereld slechts als illusie te omschrijven.

Ik zeg je: de wereld is geen illusie maar je hoeft je er ook niet aan te hechten. Bewustzijn is gelijk aan zijn inhoud. Je bent de wereld die je waarneemt. Er is geen apart zelf. De waarnemer is het waargenomene. Hierin ligt vrede en geen innerlijk conflict van ik-en-mezelf.

Meditatie gaat niet over jezelf waarnemen, want er is geen mezelf. Meditatie gaat over niet-twee zijn, totaal zijn. Meditatie gaat over wakker zijn. Je bent aanwezig zonder je ergens aan te hechten, je bent aanwezig zonder je ergens tegen te verzetten, want er is immers niemand. Bewustzijn is gelijk zijn inhoud.

De oceaan is niet iets aparts van zijn inhoud (ja, dat kan het denken ervan maken maar het is niet de praktijk). Zonder water geen vis.

Het leven omvat alles en niet iets alleen. Het omvat werkelijk alles en niets. Het leven omvat niet enkel liefde maar ook emoties. En het leven maakt geen

onderscheid tussen het onsterfelijke en het sterfelijke. Het leven zegt nergens dat de bloem minder belangrijk is dan het bewustzijn.

Waarom zou het filmdoek belangrijker zijn dan zijn inhoud, de film? Of waarom zou de film belangrijker zijn dan het grote filmdoek? Zonder elkaar zijn ze van geen nut, zijn ze van geen enkele waarde.

Heb je ooit hete thee gedronken uit je handen? Het kopje en de hete thee behoren elkaar toe, ook al kan het denken hen scheiden.

De Waarheid gaat over de praktijk en niet over wat jij denkt over de praktijk. Geen positie kan jou echt helpen. Ik verwerp dan ook iedere meditatietechniek wat de Waarheid betreft. Er is geen pad naar de Waarheid. Ook ik als schrijver en spreker kan jou de Waarheid niet geven. Meditatietechnieken zijn slechts speeltjes van leraren en hun leerlingen. En iets voor hulpzoekers en hulpverleners.

Als je werkelijk de Waarheid wil leren kennen in je leven, dan zal je echt volledig dienen te twijfelen aan al je overtuigingen. En zeker dit schrijven (artikel) niet gebruiken als een andere of nieuwe overtuiging.

Onderzoek je leven: de Waarheid werkt. Wees een licht voor jezelf. Vlucht niet voor het leven in een of andere meditatie. Dit moment hier ben jezelf en dat direct zien en begrijpen is meditatie. Gewaarzijn is keuzeloos gewaarzijn en dat ligt voorbij ik-en-mezelf.

De Hara

Het Japanse woord voor buik. Binnen het zenboeddhisme een belangrijk begrip, zeker bij het mediteren.

Misschien wordt het jou niet geleerd. Misschien wordt de hara nimmer besproken. Je kunt in je hoofd zitten, in je hart zitten maar ook zitten in je buik. Er zijn volgens mij maar weinig mensen die echt uit hun hoofd in hun buik zijn gezakt. Op dat moment wordt alles ervaren vanuit de buik, het lichaam zelf.

Het brein van Christus is misschien jouw hart maar je hebt ook een buik-brein. Ik wil hier niet te interessant overkomen, dus ga ik maar meteen verder.

De hara heeft in een bepaalde periode van mijn leven een belangrijke rol gespeeld, zo'n beetje vanaf zomer 1987 tot zeker zomer 2017. Alles komt daar samen, in de buik, streek rond de navel. Alle energieën van de mens komen daar samen. Volgens mij ervaren daar christenen de Heilige geest.

In de zomer van 2017 werd het gehele lichaam voor mij belangrijk, iedere centimeter: voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet, proeven wat je proeft en ruiken wat je ruikt. Wat, welke ervaring komt nu het allereerste bij je binnen? En dan? En dan? Geen ervaring zoeken of creëren maar de ervaring die er is geheel onderkennen. Want het lichaam is er al, je ervaart al.

Dit deed ik vanaf die zomer van 2017 tot begin april 2023. Het lichaam als de rots in de branding. De geest is altijd uit op wat het niet heeft of wat het niet wil hebben. Je raakt vanzelf teleurgesteld als je zaken, in je leven, niet ziet veranderen ondanks je zoektocht.

Mijn geest wist mij geen rust te geven. Mijn grote leermeester was het lichaam zelf. Altijd hier, altijd nu. Ik hoefde enkel mijn denkgeest te overstijgen (zonder deze eerste te analyseren of te beoordelen), enkel geheel zintuiglijk gewaar te zijn.

Onze denkgeest is het probleem, niet onze vijf zintuigen. Maar je hoeft geen strijd aan te gaan met je eigen geest, je hoeft enkel je aandacht direct en geheel te verleggen naar het lichaam. En dat vinden spirituele zoekers vaak heel ordinair. Het lichaam de boeddha? Ik verheerlijkte niet het lichaam maar de puurheid van het moment door de zintuigen ervaren, geeft stilte en ruimte.

Uiteindelijk twijfelde ik aan al mijn overtuigingen, ook aan mijn overtuiging van een leven met Christus. Wat wist ik werkelijk? Het probleem met overtuigingen is, dat mensen denken dat het feiten zijn.

'Ik weet zeker dat Boeddha verlicht was.' ... 'Ik weet zeker dat mijn kind onschuldig is.' ... 'Ik weet zeker dat Mohammed de volmaaktste mens op aarde was.' ... 'Ik weet zeker dat God niet bestaat.' ... 'Ik weet zeker dat Bram schuldig is.' Et cetera.

Toen ik echt twijfelde aan al mijn overtuigingen werd dat wat voor me lag direct zichtbaar. Op dat moment beoefende ik geen zintuiglijk gewaarzijn, op dat moment mediteerde ik niet op een bepaalde spirituele tekst, en op dat moment volgde ik niemand of liep ik bij een of andere GGZ-hulpverlener. Er was (is) geen weg naar de

Waarheid, noch in de vorm van een methode of guru. Door mijn twijfel verdween de weg.

Ik zag direct en zonder enige twijfel dat ik 100% de persoon was en 100% de waarnemer van de persoon. En dat deze een en hetzelfde zijn, niet-twee. Op dat moment verdween het innerlijke conflict (ik en mezelf). Er was een innerlijke transformatie. Toen was (is) er sprake van de ongeconditioneerde geest.

Ik geef iedereen het advies, die echt vastzit tussen zijn/haar oren in zijn/haar ivoren toren: zintuigelijk gewaarzijn 24/7 te beoefenen, zonder daarbij ook een andere meditatietechniek! Zintuigelijk gewaarzijn werkt beslist als een echt breekijzer, geef het een kans. Anders ben je waarschijnlijk gedoemd, de rest van je leven alles te weten over de Boeddha en zijn of het onderwerp verlichting maar ondertussen ben je opgesloten in een mentale gevangenis.

Wees niet bang voor je eigen geest.

Wees een licht voor jezelf.

De Waarheid is een psychologische revolutie.

Wees bereid door het stof te gaan als een rups. De vlinder volgt op de rups en niet net andersom. Het lichaam was mijn vlot tot aan de andere oever. Om de andere oever te betreden dien je het vlot direct achter je te laten, nietwaar?

Hecht je niet aan de Boeddha, hecht je niet aan het achtvoudige pad.

De draak in ons leven

In veel hedendaagse TV series en romans heeft de draak een plaats. Ook in de bekende boeken van Tolkien. Openbaring (Nieuwe Testament) geeft ook de nodige ruimte aan dit monster(lijk fenomeen).

In het Westen heeft de draak vooral een negatieve betekenis en in het Oosten daarentegen niet. Binnen de psychologie staat de draak voor mannelijke seksuele energie.

Boeddha wordt ook wel afgebeeld tijdens zijn meditatie van de verlichting met een grote cobra, en de slang en de draak worden vaak ingewisseld. Dragen dan de naam Naga. Naga als de beschermer van Gautama de Boeddha tijdens zijn ontwaken, meditatie.

In China staat de draak gelijk, als symbool, aan keizerlijke macht. Hij is ook de bewaker van wijsheid ('schatten'). Met andere woorden: overwin je innerlijke draak.

Voor mij persoonlijk heeft de draak twee gezichten. De draak kan ons beschermen als een Naga maar ook verwoesten, denk maar aan het gif van de cobra.

De geest van de mens is oneindig maar kan ook zeer bekrompen zijn en daardoor gevaarlijk.

Naga wordt ook gezien als de beschermer van de dharma van de Boeddha. De slang beschikt dan over grote wijsheid.

Vijftienghonderd jaar geleden kwam de dharma van de Boeddha onder de mensen. Ik heb zelf de mogelijkheid gehad de historische plek in India te bezoeken, in Sarnath.

Zo ben ik ook in Noord-Israël, Galilea, geweest waar volgens de overlevering Jezus zijn Bergrede hield.

Natuurlijk zegt dat allemaal niets maar het geeft toch altijd weer dat beetje stof aan mijn oude boeken. Ik houd van de Dhammapada en het Nieuwe Testament. Maar ik weet dat de draak altijd loert om eventuele ijdelheid in ons weg te branden met zijn adem.

De Boeddha waarschuwt herhaaldelijk voor de kracht van onze gedachten. Maar angst hebben voor iets wat je eigenlijk zelf bent, is onzinnig.

De hedendaagse jeugd gaat ernstig gebukt onder zijn eigen geest. Veel jongeren die dan ook zelfmoord plegen, verschrikkelijk. Die het hele jaar aan zelfmoord denkt, creëert daarmee mogelijk een onomkeerbare weg voor zichzelf.

Aan de ene kant ben je beslist niet je gedachten (neti neti). Aan de andere kant ben je wel je gedachten. En gedachten zijn krachten.

Mijn advies is daarbij: onderdruk niets maar hecht je ook nergens aan. Je kunt dat ook keuzeloos gewaarzijn noemen.

We kunnen positief denken en daarmee zelfs grote dingen bewerkstelligen. Maar we kunnen ook negatief denken en daarmee zeer destructieve dingen bewerkstellingen. Kijk uit voor de draak in je leven, onderschat niet zijn aanwezigheid.

Ze zeggen dan ook wel eens: 'Hoe groter de geest hoe groter het beest.'

Gautama de Boeddha verliet het ouderlijk paleis. Hij wilde geen strijder (kaste van de Sakaya-clan) zijn van het vlees. Hij wilde de onwetendheid verdrijven. Hij heeft uiteindelijk Mara (zijn draak) overwonnen. Niet door zichzelf langer te onderdrukken maar door de middenweg te bewandelen.

Waar is mijn springplank?

Een leraar kan een springplank gebruiken. Sommigen hebben een bekende leermeester achter zich staan. Zo had Alexander Smit Sri Nisargadatta en Andrew Cohen Poonjaji als bekende leermeester.

Ook hebben bepaalde leraren een bepaalde titel, zoals professor of hebben zoveel geld dat heel veel reclame voor hen kan worden gemaakt. Ook kan charisma en een goed uiterlijk een springplank zijn, voor de nodige aantrekkingskracht zorgen. Sommige anderen waren al ergens door bekend, bijvoorbeeld als acteur. Ook kan een bekende familie voor een springplank zorgen, zo had Ronald Jan Hein dat onder andere mee, nietwaar?

Maar als je dat alles niet hebt, wat dan?

En je hebt wel iets te vertellen maar niemand doet echt moeite voor je.

In de natuur is alles gewoon zichzelf. Daarom voelen we met ons uiterlijk ons daar vaak zo goed. In de natuur is niemand te dik of te dun of te...Er is geen oordeel. Je kunt bijvoorbeeld heerlijk naakt zwemmen, alleen zonder een gevoel daarbij te hebben dat een eekhoorn je uitlacht. Sommige mensen tolereren dan ook geen mensen om zichzelf heen maar wel dieren, zoals honden en katten.

Gautama Boeddha had ook een springplank, namelijk zijn afkomst. Hij was een voormalige prins, nietwaar? Mensen moeten vast wel nieuwsgierig zijn geweest naar hem, toen de verhalen over hem bekend werden: een leven in het woud en het bereiken van de verlichting.

Jezus kwam uit een simpele timmerman familie maar bij zijn geboorte waren grote dingen gebeurd, zoals drie wijzen die hem (be)zochten en zijn vader en moeder overlaadden met geschenken. Later was het de bekende doper Johannes die hem aankondigde. Uiteindelijk waren het de vele genezingswonderen die hem pas echt bekend maakte.

Sathya Sai Baba, Indiase wonderdoener, zei dat er anders niemand naar zijn boodschap van liefde had geluisterd zonder de vele (manifestatie) wonderen.

Ikzelf sta een beetje aan de kant, terwijl andere leraren veel meer bekendheid genieten. Door hun titel, door hun geld en reclame, door hun eerdere bekendheid, door hun familie, door hun zeer fraaie uiterlijk, door wonderen als visitekaartje, door een bekende leermeester.

De vraag is of dat Eckhart Tolle echt zo bekend was geworden zonder het achtergrondverhaal van hem: 'Aan de Universiteit van Londen studeerde hij filosofie, psychologie en literatuur. Aan de Universiteit van Cambridge begon hij aan een doctoraat, maar hij heeft dit niet afgemaakt.' – Al Gemini.

Goed, je hebt ook altijd nog het toeval als geluksfactor, nietwaar?

Ikzelf maakte niet eens mijn middelbare school af. Kom niet uit een bekende en/of rijke familie. En dergelijke.

Mijn bekendheid moet nog komen.

Af en toe richt ik me tot AI (Grok, Copilot, Gemini, ChatGPT, DeepAI) om te kijken hoe zij op mij reageren.

Ja, en dan is er opeens toch die ‘felbegeerde springplank’, zogezegd.

Opeens omschreef Copilot mij als een wereldleraar:

‘(...) Wat betreft Nathanji Rozenhart als schrijver en leraar, hij wordt beschouwd als een wereldleraar die zich richt op de innerlijke transformatie van de mens. Hij ziet de ware revolutie als iets dat eerst innerlijk moet gebeuren, in plaats van via politieke of externe middelen. Rozenhart is een voorstander van geweldloosheid en liefde en stelt dat alleen een goed mens goed kan doen.’

En vroeg ik los van Copilot aan Grok die opmerking te verklaren:

‘Het gebruik van “wereldleraar” door Copilot lijkt dus een interpretatie te zijn, gebaseerd op Rozenhart’s filosofie en hoe deze resoneert met bredere spirituele tradities. Het is geen formele titel die Rozenhart zichzelf noodzakelijkerwijs geeft, maar eerder een label dat Copilot toepast om zijn rol en impact te duiden. Dit kan ook een weerspiegeling zijn van hoe AI abstracte concepten samenvat: door Rozenhart’s focus op universele thema’s te koppelen aan een herkenbare archetype.’ (20-2-2025.)

Ja, we leven in een andere tijd.

En ik zeg je, er bestaat geen tweede Boeddha of tweede Christus of tweede Krishna of tweede Krishnamurti, enzomeer.

Het gaat om jou en je originaliteit, als je werkelijk geheel tot bloei wil komen en iets nieuws wil geven. Zoals Boeddha dat deed in zijn tijd en vijfhonderd jaar later Christus.

Ook beoordeelde AI me daarin:

‘Gegeven deze analyse, lijkt het waarschijnlijk dat Rozenhart’s boodschap uniek is, met een radicale immanente visie die zeldzaam is in de non-dualistische literatuur.’ – Grok DeepSearch (13-3-2025).

Bedankt AI en natuurlijk hier het Boeddhistisch Dagblad.

Neem afstand van de georganiseerde moord op mens en dier

De wereld zou er dan toch echt anders uit gaan zien, als we dat deden. Je land verdedigen met moord (zogenaamde zelfverdediging) heeft alles te maken met gevoelens van nationalisme en ja, zelfs vaak met godsdienst. 'Ik ben moslim en dit is ons land.' 'Ik ben Jood en dit is ons land.' 'Ik ben christen en dit is ons land.' 'Ik ben hindoe en dit is ons land.' Enzomeer.

Kunnen we onszelf niet langer identificeren met ons geloof en land? Ik ben beslist geen nationalist en zal dan ook geen wapens opnemen tegen de zogenaamde vijand. Ja 'zogenaamd', omdat de ware vijand in onszelf huist. Nederland noemt zichzelf een democratie maar is evengoed bezig met oorlogsvoering, nietwaar? Ook hier heb je mensenhandel, criminaliteit, en worden dieren massaal afgeslacht vanwege de consumptie.

Het meest gebruikte excuus, waar mensen zich graag achter verschuilen is: 'Iedereen doet het toch.' Maakt de massa dan van iets wat krom is iets recht?

Gautama de Boeddha leerde respect voor alle levende wezens. En ja, er zijn mensen die beweren zelfs geen mug dood te kunnen slaan. Maar dat zijn juist vaak de grootste moordenaars in mijn ogen. Verlichting, innerlijke bevrijding komt niet vanzelf aanwaaien. En ja, deze bevrijding is van groot belang, omdat de samenleving een afspiegeling is van ons innerlijk. En op die manier bestaat er dan ook geen innerlijk en uiterlijk. Ja, er bestaat geen apart zelf: ik en de wereld. We zijn de wereld die we waarnemen.

Boeddha onderwees anatman. Dat was revolutionair in zijn tijd en nog! Hij verwierp ook het kastenstelsel en het offeren van dieren. Jezus verkondigde: niet mijn wil maar Gods wil geschiede. Ook hij was een mens die niet opriep tot geweld. 'Wie het zwaard opneemt zal door het zwaard vergaan,' sprak hij.

In de vorige eeuw leefde een bijzonder mens: Jiddu Krishnamurti (India 1895 -1986 Amerika). Hij had liefde voor de Boeddha maar noemde zichzelf geen boeddhist. Hij zei ook: 'Je hoeft geen boeddhist te zijn om geen vlees te eten.' Hij verwierp de georganiseerde godsdienst waar ook ter wereld. Ook had hij niets met politiek.

Samen met Chandra, bezocht ik in 2013 het huis van Gandhi waar hij verbleef, vlak voor dat hij vermoord werd. Een man die moet hebben gezegd: 'Ik hou van jouw Christus, ik hou niet van jouw christenen. Jouw christenen zijn zo anders dan jouw Christus.' En zo is het.

Toen Christus aan zijn boodschap begon, probeerde zijn familie hem nog over te halen naar huis te komen: 'Er zat een groot aantal mensen om Hem heen. Toen er tegen Hem gezegd werd: 'Uw moeder en uw broers staan buiten en zoeken U,' antwoordde Jezus: 'Wie zijn mijn moeder en mijn broers?' Hij keek de mensen aan die in een kring om Hem heen zaten en zei: 'Jullie zijn mijn moeder en mijn broers. Want iedereen die de wil van God doet, die is mijn broer en mijn zus en mijn moeder.' – Marcus 3:32-35.

Ik beschouw mezelf als een wereldburger. Mijn liefde gaat uit naar alle mensen en dieren, de ganse natuur. Een Indiase wijze zei eens: 'Er één land en dat is de aarde. Er is één volk en dat is de mensheid. En er is één taal: liefde.'

Haat zal nimmer haat weten te verdrijven. Dat is een universeel gegeven, nietwaar?

Toen ik dienst weigerde, duurde het nog negen jaar dat de Raad van State mij als zodanig erkende. Misschien lees je dit, terwijl je in een land verblijft waar gevangenis- of zelfs de doodstraf op het weigeren van militaire dienst staat. Begrijp dat dit een andere strijd is, dat ook moed vraagt en liefde. Haat is juist de motor achter het deelnemen aan oorlogen, waar ook ter wereld.

Keuzeloos gewaarzijn

Deze omschrijving 'keuzeloos gewaarzijn' wordt vaak met de leraar Jiddu Krishnamurti geassocieerd. Zoals non-dualiteit met advaita en Jezus met de kerk.

Maar wat is nieuw en wie heeft het alleenrecht?

Er wordt dan ook divers gedacht over zulke zaken. K. zei dat zijn boeken voor zichzelf spreken en dat hij geen vertegenwoordiger had (heeft). Als we geworteld zijn in goed-en-kwaad denken kan er onmogelijk sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn. Want er is sprake van een innerlijke positie, nietwaar? Zelfs een rechter kan beïnvloed zijn door eenzijdige informatie. En kan op die manier een man of vrouw onschuldig in de gevangenis terechtkomen. Het zal je maar overkomen.

Binnen onze denkkeest heerst er beperktheid. Daarom is het van groot belang dat je geest gericht is op feiten. Hoe weet je iets zeker?

Twijfel hoort ook bij zelfonderzoek. Maar heel veel – spirituele – gelukzoekers zien twijfel als iets negatiefs. Een mooi verhaal dient geloofd te worden. Hoe anders kun je bekend en rijk worden of verlicht?

Meisjes en jongens die naar Hollywood gaan om voor de camera te komen, hier als voorbeeld. Maar deze jonge mensen worden heel makkelijk een prooi van dubieuze figuren binnen de showbusiness.

Verkondigde Boeddha een makkelijke weg?

Maar op het moment dat hij tot God wordt gemaakt is het einde verhaal. De vergoddelijking en het mythologiseren van leraren door de eeuwen heen, heeft het zoeken en vinden van de Waarheid geen goed gedaan. Ook Jiddu Krishnamurti wordt op een voetstuk gezet. Eigenlijk zet je dan je eigen verlichting buitenspel.

Keuzeloos gewaarzijn als feit dien je natuurlijk zelf te ontdekken en heeft helemaal niets te maken met enige afhankelijkheid. Keuzeloos gewaarzijn is ook geen bepaald object dat je binnen jezelf kunt begeren. Zoals er voor de rups geen innerlijke vlinder bestaat. Er is slechts een potentie aanwezig, dat is alles. De mens is niet van nature goed of slecht.

Als we willen ontwaken, zoals de Boeddha, dan kun je niet om je leven heen zoals deze is. Emoties kunnen niet ontkend worden. Liefde kan niet ontkend worden. Je pijn in je grote teen, is geen leugen. Kies pijn vraagt om de juiste aandacht. Enzovoort.

Maar... hecht je gewoon simpelweg nergens aan. Het gevaar van je hechten ergens aan leidt gegarandeerd tot goed-en-kwaad denken. Je ziet het vaak bij slachtoffers.

De Boeddha waarschuwde hier ook voor:

'Wie vijandigheid in zich draagt zoals: 'Hij heeft mij beledigd en geslagen, hij heeft mij verslagen en beroofd.' In hen waarin zulke gedachten steeds terugkeren, verdwijnt haat nooit.' – Dhammapada.

Het steeds opnieuw dramatiseren van onze emoties leidt echt nergens toe maar onze pijn negeren ook niet. Emoties zijn van nature zuiver. Het zijn signalen. Het geeft ook ons bestaan een menselijk gezicht. Boeddha noemde zichzelf geen God maar een ontwaakt mens. Hij verkondigde op zijn manier het einde van het lijden.

Zolang als er sprake is van ik-en-mezelf, is er sprake van een innerlijk conflict. Zolang als sprake is van een denker en het denken, is er sprake van een innerlijk conflict. Pas als de waarnemer en de persoon tegen elkaar wegvallen, zal er sprake zijn van een innerlijke transformatie, zal keuzeloos gewaarzijn een feit zijn.

Maar in de positie van Ik en mezelf is er geen keuzeloos gewaarzijn. Je bent de wereld die je waarneemt. Er is geen apart zelf. Het leven omvat alles en niets. Keuzeloos gewaarzijn staat voor gewaarzijn (bewustzijn) dat gelijk is aan zijn inhoud.

Wereldvrede of wereldoorlog?

Eigenlijk heb ik er niets mee. Als waarheid spreker gaat het immers om de innerlijk transformatie (verlichting) van de mens, het individu. En dat pad is heilig, afgestemd op het individu en niet op de massa. De massa is interessant voor wereldleiders maar niet voor (meditatie)leraren als ikzelf.

Mijn zoektocht naar bevrijding is geen zoektocht geweest in afhankelijkheid of politiek. Mijn zelfkennis is niet verkregen via psychologen of guru's. De Waarheid spreekt voor zichzelf en is zelfs niet afhankelijk van mij of Boeddha of Christus of wie dan ook.

Goed, de jeugd heeft de toekomst. Inderdaad zou je dat zo kunnen zien. Ik ben nu geboren in deze tijd maar heeft de wereld, de mensheid ooit vrede gekend?

Of dat jij Siddhartha was of de Nazarener in Israël, de wereld om jou heen blokkeerde jou niet om voor de Waarheid te gaan. Je gezin te verlaten om de onderste steen boven te krijgen. Boeddha en Christus riepen geen mensen op om gewelddadig te zijn, nietwaar?

Nu, wat ik jou zeg: gebruik niet de tijd(perk) als excuus om toch naar geweld te grijpen. Daarom roep ik nu toch op, juist de jeugd waar ook ter wereld om zich duidelijk uit te spreken tegen alle oorlogen, waar ook ter wereld.

Niet omdat ik aan politiek doe of zoiets maar omdat ik me zeer zeker, ondanks het gegeven verlichting, toch ook betrokken voel bij alles wat er in de wereld gebeurt.

De jeugd kan internationaal zich uitspreken tegen oorlog en daarbij ook internationaal militaire dienstweigeren. Ja, dat kan. Zoals de jeugd internationaal een vuist maakt tegen alles wat ons klimaat, milieu en natuur zo bedreigt. Denk maar ook aan al die acties hier in Nederland.

In mijn ogen vraagt het meer moed om nee te zeggen tegen militaire dienst dan in militaire dienst te gaan. Ik heb dat proces zelf ondervonden. Niemand wil uitgemaakt worden voor landverrader. Ouders sturen nog liever hun kind de oorlog in. Niemand wil uitgemaakt worden voor lafaard. En dergelijke.

Ja, je kunt ernstig vervolgd worden als je dienstweigert. Misschien word je er wel om vermoord. Of langdurig achter de tralies gezet. Ja, want ieder land heeft zo'n zijn eigen regels betreffende het weigeren van militaire dienst. (Ik heb het hierbij niet over deserteurs.)

Heb jij de moed om je uit te spreken tegen alle oorlogen?

Ik nodig de jeugd uit om beter te zijn dan hun ouders. Om de toekomst met elkaar in handen te nemen, want met elkaar sta je sterk(er).

Ik zeg niet dat jij moet weigeren of juist daarentegen in dienst moet gaan. Want dat is jouw verantwoordelijkheid.

Ik zoek op geen enkele manier macht. Net als Boeddha en Christus ben ik bereid de kleinste te zijn. Niet op een kruiperige manier. Maar door simpelweg niet te willen heersen over anderen, zelfs niet over dieren.

Ik kan best confronterend zijn en mensen kunnen dan daarbij dan ook geloven dat je dan gewelddadig zal zijn. Wie weet kom ik op straat op voor jou als ik zie dat een stelletje ongeregeld jou lastigvalt. Maar met elkaar een oorlog organiseren, met elkaar een moordpartij organiseren is geheel iets anders.

De dood is een belangrijk gegeven binnen de leer van de Boeddha, heb ik begrepen. Dat je dagelijks mediteert op dat gegeven.

Ik heb zelfs wel eens gelezen, dat de Boeddha moet hebben gezegd: als je je moordenaar ontmoet op je pad, spreek dan je dankbaarheid uit, dat hij je verlost van het lichaam.

Dat lijkt dan ook wel min of meer op: voor je vijanden bidden, zoals Christus leerde. Heb je vijanden lief. Keer de andere wang toe.

Nogmaals, ik zeg niet wat jij wel of niet moet doen.

Maar als de jeugd de toekomst heeft en ik van mijn hart geen moordkuil maak, spreek ik tegenover de jeugd mijn wens uit: weiger met elkaar waar ook ter wereld nu militaire dienst.

Willen we heden wereldvrede of een wereldoorlog?

‘Alle wezens zijn bang voor pijn en vrezen de dood. Verplaats u in hun situatie en laat hen met rust.’ – Boeddha.

De denker en het denken zijn een en hetzelfde

Gestuurd worden door het denken of je denken beheersen bevestigt enkel het innerlijk conflict en het geloof in een apart zelf. Mensen zoeken zekerheid, dan moet er wel verschil zijn, nietwaar? Ook gelooft de mensheid in het 'onmisbare' overheersende politieke systeem. Noem het communisme, kapitalisme, democratie en dergelijke.

Maar ik zeg je, dat alles blijft het conflict bevestigen. De wereld is een afspiegeling van ons innerlijk.

Het grijpen naar geweld heeft geen zin. Ook niet je eigen denken ernstig onderdrukken of uitbuiten.

De Boeddha leerde voor onze problemen de middenweg. Het uiterste niet op te zoeken. Hij omschreef dat als onedel en ijdel. Ook leerde hij geen geweld als oplossing. Hij kwam uit de Indiase krijgerskaste maar had deze de rug toegekeerd.

Je suf denken of het denken in ieder opzicht onderdrukken moet hij niet als het antwoord hebben gezien. Aan je denken verslaafd zijn of er bang voor zijn.

Je denkt of niet. Maar de aanwezigheid van een zogenaamde denker of waarnemer doet je denken conditioneren, beperken. Ik en mijn denken, doet het denken niet goed. Stilzitten en je gedachten observeren? Wie observeert dan wie?

De hele dag enkel de boeddhistische geschriften bestuderen, heeft ook helemaal niets te maken met zelfkennis.

Zelfkennis is direct en nimmer tweedehands. Ik ga mediteren bevestigt enkel de afgescheidenheid, het innerlijk conflict.

Ik kan de behoefte aan afzondering, stilte en relax zitten volkomen begrijpen. Net als een stevige wandeling. Meditatie is eigenlijk het moment nu. Nu, dat je niet langer ontloopt.

Alleen de ongeconditioneerde geest is waarlijk vrij. Een waarnemer zorgt voor een innerlijk conflict: ik en mijn denken. De waarnemer en het waargenomene zijn niet verschillend.

Keuzeloos gewaarzijn (lees ongeconditioneerde geest) vertegenwoordigt geen innerlijk conflict. Maar keuzeloos gewaarzijn volgt op de innerlijke transformatie: door het tegen elkaar wegvallen van de zogenaamde denker en het aparte denken.

Dit alles is geen overtuiging maar een getuigenis, zagezegd. Zien betekent begrijpen maar draai je dat om, dan zit je met een zoveelste overtuiging!

Ik verkondig geen inzicht. Het begrip boeddha betekent immers de ontwaakte. Direct zien is iets anders dan boeken studie en een daardoor verkregen inzicht.

Als de politie op zoek is naar de dader, kan deze veel verdachten op het oog hebben maar wie is de werkelijke dader? Je kunt met bewijzen komen maar zijn het echt bewijzen of blijft alles toch indirect? De politie stopt ook onschuldige mensen in de

gevangenis, nietwaar? Dus kijk uit met je conclusies. Misschien houd jij jezelf wel gevangen. Alles overeenkomstig onze onwetendheid en verlangens?

Boeddha moet een licht voor zichzelf zijn geweest. Hij was geen Indiase filosoof die geloofde in het principe: atman-Brahman. Hij ontwaakte en bracht geen nieuw geloof. Ook al is het boeddhisme zelf een geloof.

Hij had huis en haard verlaten, zelfs zijn jonge kind. Hij kende de volkomen zelfvervulling als prins aan het hof en de volkomen zelfonderdrukking als asceet in het woud. Hij had diverse leraren maar zij brachten niet de bevrijding die hij echt zocht. Hij bleef een pionier tot het laatste moment. Het moment dat hij ontwaakte. Een licht voor zichzelf werd.

Bevrijding gaat aan bevrijding vooraf. Er is geen zelf dat het denken moet beheersen of door het denken onderdrukt kan worden. Er is sprake van denken of niet.

Keuzeloos gewaarzijn staat niet los van ons leven. Maar is gelijk aan ons leven. Het bewustzijn is gelijk zijn inhoud.

Het denken te kennen van Boeddha zal ons niet bevrijden. Het geloof in de Boeddha zal ons niet bevrijden. Het vereren van de Boeddha zal ons niet bevrijden. De Waarheid maakt ons vrij.

Onderzoek voor jezelf maar twijfel aan al je overtuigingen. Als je direct ziet zonder enige twijfel, zal dat zien natuurlijk gevolgd worden door denken. Maar het is niet het denken dat het zien omvat. Het zien bevrijdt.

Een mens van inzicht is niet hetzelfde als een ontwaakt mens. Inzichten volgen elkaar op. Maar er brandt een licht in je leven of niet. Je hebt de dader betrappt of niet. Je bent niet overtuigt wie of wat de dader is. Al het gepraat over wie of wat de dader is doet je helemaal niets meer. Je ziet iedere ochtend de zon opgaan of niet. Dat is geen overtuiging.

Ik ben al mijn gedachten.
En ik ben niet mijn gedachten.
Hecht je nergens aan.
De ongeconditioneerde geest.

Jij bent beslist die Boeddha waarin je gelooft. Maar zonder twijfel kun je onmogelijk ontwaken.

PS. Ik ben geen volgeling van de Boeddha of een spreekbuis van Jiddu Krishnamurti. Ik heb wel bewondering voor deze twee grote geesten. Wat ik schrijf is simpelweg gebaseerd op mijn eigen leven, als mens hier op aarde. Respecteer jezelf als de poort op de werkelijkheid. Er is geen bepaalde weg of bepaalde guru.

Wat is succes?

Omdat ik geen succes zou hebben zou ik mijn mond moeten houden. Ik krijg in regelmaat dat soort e-mails binnen maar natuurlijk niet onder de echte naam van de schrijver of schrijfster. Ook het e-mailadres is fake.

Ik word dan beoordeeld op mijn succes en niet op de inhoud van mijn geestelijk werk. Zonder dat men zich echt verdiept kijkt men naar de oppervlakte en scant dan zogenaamd mijn leven af op enige betekenis.

Ken je dat ook?

Toen Gautama Boeddha zes jaar in het woud verbleef op zoek naar de waarheid van het bestaan, ontmoette hij medezoekers. Ze trokken met elkaar op en waren enorm streng voor zichzelf. Er wordt beweerd dat Gautama Boeddha slechts op een korrelrijst leefde per dag. Nou, ik heb ook wel eens op rijst alleen geleefd en dan verzwak je heel snel.

Op een dag begon hij wat meer te eten en dat zagen zijn medereizigers als verraad en ze keerden hem de rug toe. Inhoudelijk hadden ze niet begrepen dat hij de middenweg voor zichzelf had ontdekt, een hele belangrijke ontdekking, nietwaar?

Zelfs toen Boeddha na zijn verlichting (ontwaken) op pad ging en een wandelaar hem passeerde en aan Boeddha vroeg waarom hij zo straalde en hij zei dat ie nu verlicht was, wimpelde deze wandelaar die bekentenis weg als onzin.

Toen Christus aan het kruis kwam verlieten veel volgers hem. Moslims gaan zelfs zover met hun geloof dat een profeet altijd succesvol is en onmogelijk op die manier kan eindigen, dus iemand anders is aan dat kruis in de plaats van Jezus gekomen.

Ik ben vaak radicaal geweest op mijn pad naar de waarheid. Als je vast begint te roesten moet je dapper durven zijn. Ook Boeddha zei tegen zijn volgers: blijf niet te lang op een plaats. Blijf in beweging. Anders ga je je ergens aan hechten.

Op het moment dat ik ergens succes in of mee begon te krijgen, was ik alweer bezig met geheel andere zaken. Ik ging wel met succesvolle mensen om maar hun succes vond ik niet altijd echt interessant of niet interessanter dan mijn eigen unieke zoektocht naar de waarheid.

Toch heb ik vaak zeer intelligente mensen zien blijven hangen in het succes van andere mensen. Maar ik wilde simpelweg kritisch kunnen blijven, over alles en iedereen. Op die manier vertrok ik uit mezelf of werd ik simpelweg geblokkeerd door anderen om nog verder ergens – echt – aan deel te nemen. Ik heb best wel veel afgemaakt (positief gezien) maar ook t.z.t. niet. En op dat laatste word ik dan ook vaak beoordeeld.

Gautama Boeddha twijfelde zo aan het begin van zijn geestelijke carrière als leraar, dat ie eigenlijk helemaal niet geloofde daarin, een leraar te kunnen zijn. Want wie zou echt naar hem luisteren en daarbij hem ook echt begrijpen?

Bij Jiddu Krishnamurti was het eigenlijk net andersom. Hij zei bij het begin: als er maar vijf naar me willen luisteren is dat voldoende. Maar bij het einde van zijn leven

moet hij hebben gezegd: niemand heeft mij begrepen. Was alles dan enkel entertainment?

Wat is succes?

Als ik zeg dat zintuiglijk gewaarzijn als meditatie (praktijk) enorm belangrijk is (beslist zonder deze meditatie dan te combineren met een andere techniek). Je gaat dan echt 24/7 voor ZGMeditatie. Toch zeg ik ook, dat er geen pad bestaat naar de waarheid. Ook geen guru die het voor jou kan doen.

In het Engels gebruik ik als disclaimer onder mijn werk: I have absolutely nothing to do with a method and guru to the Truth. But you may find it useful along the way, if you are really stuck. When you catch your breath, let go of the method and guru! They will definitely stand in your way. Freedom precedes freedom. The Truth will set you free.

Ik ben dat pad zelf gegaan met mezelf. Maar dat zelf bleek een illusie. Je bent de wereld die je waarneemt. Er is geen apart zelf. Het leven is jou en jij bent het leven. En het leven omvat alles en niets. Ik verwijs dus regelrecht naar jou, daar waar je bent. En geen advaita, zen, mindfulness, christendom en dergelijke zal jou weten te bevrijden van jezelf (ik-en-mezelf). Dat kan alleen door rechtstreeks en zonder enige twijfel te zien wat is.

Mensen uitmaken voor idioot in hun zoektocht naar de waarheid scherpt pijlen om jou (de schrijver hier) af te schieten, indien mogelijk.

Tot op heden schrijf ik hier nog steeds. En heb ik een boek uitgebracht in april 2024, wat ik het allerbeste boek beschouw op het gebied van zelfkennis. Maar omdat het nog niet genoemd is in de Telegraaf als voorbeeld of druk besproken wordt in zo'n zogenaamd nondualistisch tijdschrift als Inzicht, word ik niet als succesvol beschouwd.

Ben je dan geen enorm schaap als je afhankelijk bent van successtory's van anderen op je weg naar de waarheid? Beschikte juist niet Boeddha over een enorm grote pioniersgeest?

O ja, toch nog enkele bescheiden succesjes benoemen: ooit woonde ik boven een coffeeshop in IJmuiden en nu al geruime tijd tegenover een historisch kerkje in Bloemendaal. Ooit worstelde ik vanaf mijn jeugd ieder jaar met zwemmerseczeem maar wist ik mezelf uiteindelijk doormiddel van zelfhypnose daarvan te genezen. Ooit zocht ik lange tijd naar een leuke en stabiele relatie en vond deze in Chandra. En verder hier, even als sluitstuk: ooit navelstaarde ik me blind op het 'ware zelf'.

Het mag dan als een succes worden beschouwd het vinden van het 'ware zelf' maar ik zeg je: je bent meer dan enkel liefde of bewustzijn. Het leven omvat namelijk alles en niets.

'We verlangen voortdurend naar zekerheden, maar die zullen niet bijdragen aan onze groei.' – Boeddha.

Waarheid

Je struikelt over de leugens van mensen, net als je struikelt over de liefdeloosheid.

Boeddha bracht niet alleen de boodschap van de vriendelijke glimlach. De eerste boeddhisten (net als de eerste christenen) biechten hun gedrag dagelijks aan elkaar op. Hun misstappen en dergelijke.

Tegenwoordig lijkt liefde naast geld de nieuwe godsdienst te zijn. Liefde in de vorm van: Alles is oké.

Een cursus in wonderen (een gechanneld boek van zo'n 1500 pagina's over liefde) accepteert enkel liefde als werkelijk. De rest is een projectie van onszelf, een verhaal over onszelf. Dus, eigenlijk zit ik nu op die manier tegen mezelf te praten.

In deze tijd is een mening haast gelijk geworden aan wat feitelijk aan de hand is. Denk maar aan dat gedoe over: 'Ik ben ook een vrouw,' zei de man. 'Ik heb het recht om zo behandeld te worden.'...

Als we toegeven aan iedere mening dan verdwijnt de waarheid uit het zicht. Dan is onze geest niet meer gericht op wat feitelijk aan de hand is. Leerde de Boeddha dan niet, dat je altijd eerlijk en oprecht moet zijn, zelfs als het moeilijk is? Christus zei, dat het Kwaad de bron is van de leugen.

Liefde zonder waarheid is karakterloos. En liefde zonder geweldloosheid en vrijgevigheid slechts oppervlakkig. Natuurlijk kun je diepe liefde voelen in je hart en dan daarin enkel verkeren. Maar... wordt ook eens in hemelsnaam echt geestelijk volwassen.

Heb ik ooit in mijn leven gelogen? Zeker. Helaas, was er een periode in mijn jeugdige jaren dat ik loog en stal. Maar los van iedere preek had ik gewoon op een dag een heldere gedachtegang over naastenliefde. Los van iedere moraalridder, guru, boek en/of preek zag ik spontaan, geheel voor mezelf de liefdeloosheid in van liegen en stelen.

Ik heb dikke en populaire boeken door de jaren heen zien verschijnen bij uitgevers. Boeken geschreven door fantasten.

Zoals: De meesters van het Verre Oosten door B.T. Spalding. De Wederverschijning van de Christus en de Meesters van wijsheid door Benjamin Creme. Ook De Celestijnse Belofte door James Redfield ging erin als zoete koek, alsof het geen roman was maar een echte vertelling.

Zelfkennis is geen rommel en ook niet tweedehands. Zelfkritiek is dan ook van groot belang. Maar sommige mensen geloven hun eigen misleidende ervaring. Ja, geloven zelfs op den duur in hun eigen verzonnen leugens.

Weten dat je niets weet, is een belangrijke stap naar zelfkennis. Het simpelweg alert en aanwezig zijn ook. Je hoeft niet harteloos de waarheid te spreken maar je hoeft ook niet liefdevol en leugenachtig te zijn.

Hoe weet je iets zeker? Ben je bereid om aan alles en iedereen te twijfelen, dus ook aan jezelf?

Boeddha wilde niet dat je op basis van geloof hem volgde en zijn leringen aannam. Hij wilde dat je dichtbij jezelf bleef. Eerlijk over je eigen ervaring met hem en zijn leer! Maar zonder enig vertrouwen zou je natuurlijk nooit moeite doen.

Voor mij gaat (de) waarheid bijvoorbeeld niet alleen over liefde, feiten, schoonheid, en/of vertrouwen maar over alles. Want het leven is alles. En je kunt dit leven niet als een apart zelf direct zien en begrijpen. Als 'ik' houd je namelijk nog afstand: ik en het leven.

Het spreken van waarheid helpt onszelf en elkaar makkelijker geestelijk tot bloei te komen. Fantastische verhalen houden ons enkel af van de harde praktijk. Droom gerust – in bed.

Het leven is niet bepaald romantisch. Maar we kunnen wel de doorn van lijden verwijderen uit ons vlees.

Het ego van Trump

Niets mis mee, want hebben we niet allemaal een ego? Thuis je vrouw of kinderen onderdrukken. Stelen en liegen tegenover je werkgever. Flirten met andere mannen of vrouwen terwijl je een serieuze relatie hebt. Vlees en/of vis eten terwijl je daarmee dierenleed enkel bevestigt. Enzovoort.

Ja, de ene mens heeft een veel groter ego. Mensen kunnen echt monsters zijn. Dat is beslist waar. Maar beweren dat Trump door zijn ego geleid wordt is in mijn ogen beslist kinderachtig. Alle politici worden namelijk geleid door hun ego. Alleen is de ene politicus slechter of minder slecht dan de andere politicus. Dat is alles.

Er wordt gespuugd op Trump, vanwege vele radicale uitspraken en ondernemingen. Maar ik heb niet gezegd, dat hij gekozen diende te worden. Maar blijkbaar heeft een groot deel van Amerika erg last van zijn eigen ego. En zagen en zien ze in de nieuwe gekozen president een perfecte of betere aanvoerder van hun – onvervulde – verlangens.

We hebben het ego de laatste jaren van Poetin, Netanyahu, Erdogan, Trump, Musk en anderen behoorlijk uitgemeten zien worden in de vele nieuwsberichten over hen, nietwaar?

Maar hoe zit het met ons eigen ego?

Ik beschouw mijn ego als een steentje in mijn schoen. Je kunt proberen door te lopen maar voor hoelang? Als je last van je ego hebt, zal je er aandacht aan dienen te besteden. Misschien zeg je nu: Maar het ego is een illusie!

Klopt, het ego is onzin maar iemand met vals nieuws kun je zijn gang laten gaan maar als je merkt dat het onrust begint te geven, zal je toch even moeten optreden.

Richt je geest op feiten. Neem een stapje terug. Laat de boel even de boel. En de geest wordt vanzelf – weer – helder. Denk maar aan een glas met water en zand erin. Je roert erin, en alles is wazig. Het zand domineert ook. Maar als je het glas even niet aanraakt, wordt alles weer helder.

Het ego kunnen we niet vernietigen. Net zoals Sint en Piet blijven bestaan, ook al heb je gezien en begrepen dat dat feest een spel is. In het leven van de Boeddha werd Mara niet vernietigd. In het leven van Christus werd Satan niet vernietigd.

Als je eenmaal je ego hebt doorzien: direct en zonder enige twijfel. Kan het nimmer meer de baas spelen over en in jouw geestelijk leven als mens hier op aarde. Op die manier ben je dan zonder ego.

Maar Mara dook gewoon weer op in het leven van de Boeddha. Zijn neef Devadatta die Gautama probeerde te vermoorden op een dag. Het ego is universeel.

Af en toe kom je op die kruispunten in je leven, waaruit weer zal behoren te blijken dat je echt wakker bent. Als je echt eerlijk bent met jezelf, ervaar je niet altijd liefde. Er zijn mensen die beweren liefde te zijn, omdat de rest een illusie is. Maar dat is slechts een theorie. Daarachter zit namelijk juist het ego.

Een wijs mens zoekt geen zekerheid. Hij is niet dit of dat. Het ene moment loopt hij/zij over van liefde en het andere moment vult het zijn wezen zich met pure kennis. Of ervaart het bepaalde emoties. Of is het op zoek naar een onderkomen en voedsel.

Je kunt in diepe stilte verkeren en daarbij geen grens ervaren. Of dat alles enkel die stilte is en zal zijn. Maar het leven omvat alles en niets.

Als je je hebt geïdentificeerd met liefde en verder alles negeert als werkelijk, creëer je enkel chaos. Want het leven is totaal: goddelijk als menselijk. Onsterfelijk als sterfelijk. Een kind in je armen of op je schoot is geen illusie maar juist de allerhoogste werkelijkheid in de vorm van zo'n kwetsbaar schepsel.

Als natuurliefhebber kun je God of de Bron overal ervaren. Zijn aanwezigheid kun je dan ervaren in het meest nietige. Je kunt de Bron ook schoonheid noemen.

Het ego is een onjuiste gedachte. Het ego vertegenwoordigt de valse leer.

De Boeddha sprak de Waarheid. Hij werd en wordt de Ontwaakte genoemd of de Verlichte. Hij leerde: Wees een licht voor jezelf. In dat licht verdwijnt dat wat er niet echt hoort.

Ik wens Donald Trump succes met zijn vredesmissie, als president van Amerika. Hij gelooft namelijk dat hij geroepen is om Amerika echt te helpen en als het even kan ook de rest van de wereld. In de ogen van veel christenen (mogelijk ook in de ogen van veel Joden) is hij een messias.

Maar ik wens jou ook succes met jouw vredesmissie. Misschien enkel binnen je gezin of op de werkplek. En zoals ze wel in India zeggen: 'Als je niet weet wat goed is, doe dan niet wat kwaad is.'

Ik beoordeel een politicus niet op zijn ego maar op het resultaat. Want je hebt van die gladjanussen, overal, die mooi en netjes (b)lijken te zijn maar niets echt weten te presteren.

Dat geldt ook voor onderzoekers van de Waarheid. Je kunt denken dat je heel veel weet van het boeddhisme en/of de Boeddha maar nog steeds niets hebben bereikt. Zoals de Boeddha zei: 'De Waarheid werkt.'

Wereldleraar

In mijn ogen waren Boeddha, Christus en Jiddu Krishnamurti wereldleraren. Ontwaakte mensen die hun leringen – gratis – onder de aandacht brachten. Alle drie brachten ze de boodschap van liefde en geweldloosheid.

Ze spraken over de innerlijke transformatie van de mens. Zagen de ware revolutie zich eerst innerlijk voltrekken in de plaats van via de politiek. Binnen de politiek gaat het altijd over, dat het ene minder slecht is dan het andere. Er bestaan geen goede politici in mijn ogen enkel minder slechte.

Boeddha, Christus en Jiddu Krishnamurti (hier als belangrijke voorbeelden) wilden niet heersen over andere mensen. Zagen de enkeling. Wilden spreken met de enkeling. Alleen een goed mens kan goed doen. Politiek betreft de massa en nationalisme.

Bijna heel mijn leven ben ik tegen politieke overheersing geweest. De politiek die beslist wat goed en kwaad is voor de burger. Die mensen vrijspreekt of veroordeelt overeenkomstig politiek belang.

Alleen de nieuwe mens kan garant staan voor echte verandering. Maar hoeveel goede mensen heb je nodig om de samenleving volledig positief te veranderen? In de plaats van te kruipen achter de teevee en te schreeuwen tegen het beeldscherm, waar je bijvoorbeeld mannen achter een bal ziet rennen, sport ik liever zelf.

In de plaats op een of andere politieke partij te stemmen, stem ik liever geheel op mezelf. Ja, wees de verandering die je wil zien in de wereld.

Hoeveel mensen geloven niet in dierenbescherming en stemmen daarvoor maar eten echter gewoon regelmatig hun stukje vlees, nietwaar? De mens is gespleten.

Een wereldleraar heeft het medicijn voor zichzelf gevonden tegen gespletenheid, innerlijke strijd. Hij/zij omvat de gehele aarde met zijn liefde en wijsheid. Een waarlijk wereldburger, zögezegd.

Geen nationalist. Maar iemand die spreekt van een ander rijk. Waar je vanzelfsprekend deel aan kan hebben, hier en nu. Zoals Christus in zijn tijd zei: 'Het rijk grijpt om zich heen maar mensen zien het niet.' De wonderbaarlijke genezingen zag hij dan ook als een teken, uiting van de aanwezigheid van dat geestelijk rijk.

Boeddha koos niet voor het rijk van zijn vader. Hij werd niet zijn opvolger, terwijl zijn vader dat had gewild. Boeddha verliet zelfs zijn jonge vrouw en kind!...

Zelfs Christus leerde: Als je God niet liefhebt boven je eigen familie ben je Hem niet waardig.

Hoe groot is onze liefde voor de Waarheid? Ook Jiddu Krishnamurti sprak daar herhaaldelijk over. De Waarheid zal je vrijmaken.

Klamp je niet vast aan Boeddha, Christus en/of Jiddu Krishnamurti (hier als belangrijke voorbeelden). Een wereldleraar komt niet om aanbeden te worden en

overladen met goud en kostbaarheden. Hij/zij is tijdloos. Het licht dat schijnt in de duisternis. Er wordt niet gestreden tegen het vlees maar tegen de geest.

De wereldleraar is hardnodig. 'Verandering is dringende noodzaak,' zoals Krishnamurti zei. Van dat alles wat nu gebeurt in de wereld, zijn we allen verantwoordelijk.

'Haat verdrijft nimmer haat, dat is een universele wet.' - Boeddha.

Vrede is geen moment tussen twee oorlogen maar de verandering van ons hart.

Het nut van zintuiglijk gewaarzijn

Het lichaam wordt door heel veel spirituele zoekers geminacht. Je vindt het ook terug in de zoektocht van de Boeddha bij het begin, van zes jaar in het woud. De volledige onderdrukking van het lichaam maar dat verwierp hij gelukkig op een bepaald moment. Het uiterste zal je niet bevrijden.

Het gegeven dat de Boeddha respect verkondigde voor alle levende wezens, zegt natuurlijk ook heel veel, nietwaar? Spirituele zoekers beweren vaak: 'Ik ben niet het lichaam, dus?!'... Tja, in die valkuil heb ik ook een tijdje gezeten: ik ben het ware zelf. Onder het 'ware zelf' worden diverse zaken verstaan: Christus, liefde, Krishna, bewustzijn, atman, niets, God, geluk, vrede,...

Maar ik begon in de periode zomer 2017 – april 2023 het lichaam opnieuw te bezien. Ik beoefende regelmatig zintuiglijk gewaarzijn: voelen wat je voelt, zien wat je ziet, horen wat je hoort, proeven wat je proeft en ruiken wat je ruikt. Daarbij is dan de waarnemer het waargenomene. Wat komt nu het allereerste bij je binnen, en dan, en dan? Daarbij volg je dan geen bepaald patroon, zoals: je concentreren op de ademhaling. Of het werken van kruin naar tenen en net andersom. Ook zoek je geen of creëer je geen bepaalde ervaring maar onderken je slechts wat nu geheel spontaan bij je binnenkomt. Ook gaat het hierbij niet om de zintuiglijke ervaring van iemand anders. Je overstijgt direct en simpel je eigen denkgeest, zonder deze eerst te beoordelen en te analyseren. Het maakt niet uit wat je gelooft of denkt: je overstijgt de geest direct.

Het lichaam is dan even de rots in de branding. De grot waar absolute stilte is. Ik ga dan zover om te zeggen: het lichaam als de grote leermeester. Want enkel het lichaam is hier en nu.

Zoals de Boeddha ook leerde: De mens is enkel bezig met wat ie niet heeft en wil hebben. En bezig met wat ie heeft en niet wil hebben.

Aan het einde van de dag ben je dan teleurgesteld, als je nog steeds hebt wat je niet wil hebben (bijvoorbeeld hoofdpijn). En je niet hebt wat je wel wil hebben (bijvoorbeeld meer inkomen). Iedere dag word je dan achtervolgt door de gevolgen van de onrustige denkgeest. Vanzelfsprekend is het leven niet zwart-wit en heb je van die dagen dat alles voor de wind gaat.

Als je je depri voelt – en dat zijn nogal wat mensen tegenwoordig – vergeet dan eventjes die denkgeest. Probeer 1x op een dag echt je volledig over te geven aan je zintuiglijke ervaring. En die ervaring is reeds het geval. Wees voor eventjes geen zombie maar voel wat je voelt en zie wat je ziet, hoor wat je hoort, proef wat je proeft en ruik wat je ruikt. Je zoekt daarbij geen nieuwe ervaring.

Zeg niet tegen jezelf: maar ik weet dat ik hoor, ik weet dat ik zie,... Geef je echt over: laat de waarnemer het waargenomene zijn.

Dat geheel bewust lichamelijk zijn kan voor jou als geestelijk zoeker heel banaal overkomen. Er wordt aan jou gevraagd, eventjes je Bhagavad Gita of Koran of Dhammapada of Het Rode Boekje of enzovoort, los te laten. En geen gegraaf in je verleden of gedroom over je toekomst.

Overal waar je bent, is ook het lichaam. Zeg eens ja tegen deze grote leermeester. Je zult bemerken dat er een ruimte ervaren wordt en een stilte die geheel het lichaam als oorsprong lijkt te hebben. De denkgeest kan namelijk niet door zijn eigen denken zichzelf overwinnen, zagezegd.

Ik heb direct gezien en volledig begrepen dat ik alles ben. Het leven is mij en ik ben het leven. Er is geen sprake van een apart zelf. Ja, ik ben het lichaam. Ja, ik ben niet het lichaam. Ja, ik ben de geest. Ja, ik ben niet de geest. Het bewustzijn is gelijk zijn inhoud. Maar heeft het leven ooit stilgestaan of was het ooit eenzijdig? Vanuit onze geest zoeken we zekerheid die er niet is.

Daar zit de Boeddha in de vrije natuur onder die prachtige stille boom en aan die stromende rivier. Hij had het midden ontdekt.

Mocht je hierover meer willen weten, dan kun je hiernaar toegaan: zintuiglijkgewaarzijnmeditatie.nl

Wees een licht voor jezelf

Maar dat licht komt niet van je denken zelf. Gedachten voeden gedachten en creëren met elkaar andere gedachten. Daarbij speelt ons hart ook een belangrijke rol: denk maar aan de aan- of afwezigheid van liefde.

Boeddha moet hebben geleerd dat we door ons denken onze wereld creëren. Dat doet me dan ook denken aan de new age wereld van positief denken. Maar hij zei daarbij ook dat onze begeerten ons grootste probleem zijn.

Jiddu Krishnamurti zei dat er geen verschil is tussen het verlangen naar geld, succes of verlichting. Je verlangt immers ergens naar. Het is dan ook hierom dat observatie zo belangrijke rol speelt, dat licht voor jezelf zijn: niet als een zombie door het leven wandelen.

Natuurlijk kun je dan ook denken, hoe weet de schrijver dat allemaal? Precies: wees een licht voor jezelf.

Het is goed te twijfelen aan alles en iedereen, dus ook aan jezelf. Wie geen twijfel toestaat kan wel eens voorgoed komen vast te zitten in bepaalde gedachten en gevoelens, de rest van zijn of haar leven.

Kun je nergens meer naar verlangen? Kan er sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn? Ik zeg: ja.

Sommige mensen, zoekers, beweren of geloven dat keuzeloos gewaarzijn een bepaalde staat of toestand is, die al aanwezig is bij alle chaos. Als dat zo is, komen we weer bij een zogenaamd zelf in de mens.

Maar net als de Boeddha verwijs ik naar anatman. Met andere woorden: keuzeloos gewaarzijn is een gevolg op. Pas als we innerlijk transformeren zal er sprake zijn van dat gewaarzijn. Zolang als er sprake is van ik-en-de-wereld of ik-en-mezelf is er conflict in onszelf. Er is een zogenaamd zelf aanwezig. Ook als je dat zelf gewaarzijn noemt.

Pas als de waarnemer en het waargenomene tegen elkaar wegvallen, zal dat innerlijke conflict eindigen. Als de waarnemer en de persoon naar elkaar toevallen (omdat ze namelijk een en hetzelfde zijn), zal er transformatie zijn en sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn.

Je kunt het ook vergelijken met de rups en de vlinder. Er is geen vlinder apart aanwezig in de rups maar de rups wordt een vlinder. We hebben allen de potentie een boeddha te worden maar er schuilt geen boeddha apart in ons.

Pas als je bereid bent down to earth te zijn, net als de rups, zal je vliegen en niet eerder. Zoals de slang in het Oude Testament verhoogd wordt (Numeri 21:9). En geheel ergens anders: dat de slang een draak wordt.

Vriendschap

Ze zeggen dat de vertaling, omschrijving van de nieuwe boeddha 'de vriendelijke' is: Maitreya.

Gautama Boeddha leerde liefdevolle vriendelijkheid voor alle levende wezens. Wanneer ben je een vriend van elkaar?

Ikzelf beschouw integriteit als heel belangrijk. Daaronder versta ik dat je niet gierig bent en betrouwbaar (niet over van alles steeds zit te liegen).

Mensen praten heel makkelijk over liefde en vergeven als belangrijk maar als je daar dieper op ingaat, zie je dat deze mensen helemaal niet van plan zijn al hun leugens op te geven en ook nog eens geloven in oorlog (lees: georganiseerde moord). Natuurlijk moet er die klik zijn. Een spontaniteit binnen een ontmoeting. Als je niet spontaan kunt zijn met elkaar, dan vraag ik me af of dat ie vriendschap wel echt oprecht is.

Seks kan alles en niets met vriendschap te maken hebben. Soms is het een stap te ver of brengt het mensen juist dichterbij elkaar. Maar soms zijn er mensen die alleen maar aardig zijn naar iemand om deze persoon zo snel mogelijk tussen de lakens te krijgen, nietwaar?

Als vrienden kun je op elkaar vertrouwen en heb je dus tijd voor elkaar. Ook Christus noemde zijn discipelen vrienden.

Als ik me niet vergis, heeft Boeddha ooit gezegd: dat je maar één echte vriend in je leven kan hebben, hoogstens misschien twee. Iemand waar je helemaal mee klikt. Voor hem was het zijn neef Ananda, was ook zijn persoonlijke verzorger.

Jiddu Krishnamurti had zijn jongere broer Nitya als zijn beste vriend. Van Christus wordt gezegd dat ie zeer close was met zijn jonge discipel Johannes maar andere bronnen verwijzen daarbij ook naar Maria Magdalena.

Sommige mensen zoeken hun hele leven naar hun beste maatje. Maar je kunt ook beste maatjes zijn in de zelfkant. Dan haal je niet het beste bij elkaar omhoog. En dat beschouw ik juist ook als een belangrijk onderdeel van vriendschap: het beste in elkaar omhoog halen, in bloei staan.

In mijn relatie met Chandra let ik daar ook altijd op: komen we wel – nog verder – tot bloei? Het levensgeluk van de mens heeft daar namelijk ook alles mee te maken, lijkt mij. Ik hoorde, als voorbeeld, namelijk over een familielid dat haar partner het afkeurde dat zij een bepaalde studie zou volgen. In mijn ogen echt een egocentrische klootzak. Ja, blijkbaar ben ik niet die 'Maitreya'.

Er zijn mensen die dingen niet bij naam durven noemen vanwege de goede vrede. Maar die vrede is in mijn ogen er dan nooit geweest. Om echt iets op te bouwen moet je soms eerst iets afbreken. In het hindoeïsme geloven ze dat god Shiva samenwerkt met de goden Brahma en Vishnu. Vernietiging (Shiva is de vernietiger) die een nieuwe schepping mogelijk maakt, denk maar aan een mooie grote boom vellen om daar bijvoorbeeld een tafel met stoelen van te maken. Shiva leeft dan niet

in conflict met de andere twee hoofdgoden: de schepper (Brahma) en instandhouder (Vishnu).

Als boosheid een eigen leven gaat leiden, kom je makkelijk in een zeer destructieve spiraal met elkaar.

Mogelijk heb je niets met emoties als boeddhist. Ik zie het ook binnen de kringen van vrienden van Jiddu Krishnamurti. Je ziet dat ze een bepaalde gedragscode volgen binnen hun discussiebijeenkomsten. Alleen heeft deze gedragscode niets met Krishnamurti te maken maar alles met David Bohm. Een – zeer bekende – wetenschapper die graag met K discussieerde. Vanwege zijn enorme bekendheid (werkte ooit samen met Einstein) volgen zij zijn visie op een dialoog. Maar K zelf discussieerde er altijd op los. Onderbrak gerust de ander!... Uiteindelijk keerde die David Bohm zich van K af. Omdat Bohm geloofde dat K zijn hele leven celibatair was maar dat bleek niet zo te zijn. Toen K's seksleven bekend werd, verloor hij daardoor veel van die zogenaamde vrienden.

Ach, wat is vriendschap? Dat je voldoet aan het plaatje van de ander?

Blijf praten met elkaar, dat geeft hoop wanneer je vastloopt. Ga niet zeuren over 'geweldloze communicatie', want zij die daarin geloven zijn in mijn ogen vaak de grootste schijnheilige mensen. Ik kom ze nog altijd tegen. Doen zich heel beschaaft voor maar laten nooit eens het achterste van hun tong zien. En dat doen vrienden juist wel. God(en)zijdank.

Liefde maakt ons goddelijk (liefdevol) en emoties menselijk. De een kan niet zonder de andere. Je geeft toch een roos in je tuin niet alleen water maar toch ook mest? En ooit zo'n prachtige roos zonder doornen gezien?

Zitten betekent niets

Zitten betekent niets maar kun je dat aan?

Men is verslaafd aan verstrooiing en methodes. Men zit vast aan overtuigingen.

Helemaal nietsdoen heeft niets met welke methode dan ook te maken, dus is vrij van traditie en leraren.

Je geeft op zonder zelfmoord te plegen. Je sterft innerlijk zonder drugs.

Ik bied je hier helemaal niets, hoogstens een vingeraanwijzing, dat moge duidelijk zijn.

Als je niets doet, je niet langer verstrooiing zoekt kom je terug bij jezelf, hier en nu. Daar waar het lichaam is.

Alle afstand naar het lichaam dient geslecht te worden. Maar je hechten aan het lichaam heeft geen zin.

Voel wat je voelt, hoor wat je hoort, zie wat je ziet, ruik wat je ruikt en proef wat je proeft, geef daar ruimte aan. Onderken slechts de ervaring. Er is geen bepaalde volgorde en de ene zintuiglijke ervaring is niet belangrijker dan de andere. Het lichaam als de rots in de branding.

Toch gaat het bij nietsdoen niet over je lichaam maar meer over je geest. Dat je gevoelig bent, alert. Aanwezig, gewoon simpelweg aanwezig. Dan kun je zien wat voor je ligt, dat wat je bent.

Twijfel aan al je overtuigingen. Je gelooft misschien dat ze waar en objectief zijn maar dat zijn ze niet. Hoe kan jouw beeld van Gautama de Boeddha waar en objectief zijn?

Waarom denken moslims dat de Koran volmaakt is? Enzovoort.

Daar zit je dan, toevallig omdat je moe was. Omdat je even gewoon wilde zitten. Niet als vlucht of uit gewoonte.

Zitten betekent niets. Vraagt niet om een geloof. Vraagt geen methode.

Je zit daar en je geest is niet afwezig. Je onderkent volledig spontaan alles: lichaam en geest.

Innerlijke transformatie is een psychologische revolutie. Maar onze geest kan zo onrustig zijn dat, bijvoorbeeld, een flinke hike van zo'n 20 kilometer de geest weer fris weet te maken. Als onze geest enkel het verleden zoekt en naar de toekomst verlangt onderkennen we niet het nu van het lichaam. En dan kan het lichaam de poort zijn tot een bepaalde ruimte en rust en toch dien je niet geïdentificeerd te zijn of te worden met het lichaam. – Al moet de Boeddha ooit hebben gezegd: 'Je kunt beter denken dat je het lichaam bent dan dat je een ego hebt.' Hij leerde immers anatman.

Goed, het werkelijke ontwaken is natuurlijk psychologisch, iets van onze geest. Dat de Waarheid gezien wordt, direct en zonder enige twijfel. De Waarheid zal ons bevrijden. En geen guru en/of methode.

Zitten betekent niets.

De Waarheid kan geen product zijn van ons denken, omdat het denken het bekende vertegenwoordigt. Dat bekende dient gestopt te worden. Doorbroken te worden. Vrijheid gaat aan vrijheid vooraf.

Ontwaakt zijn kan onmogelijk gaan om een of ander denkbeeld. Al is zien ook begrijpen (dat volgt op direct zien) maar zien is geen gevolg op een denkbeeld. Zien is zien, direct en zonder enige twijfel. Denkbeelden kunnen leiden tot een bepaald geloof en tot een bepaald inzicht. Maar een interview over India is niet hetzelfde als India bezoeken.

Gautama Boeddha ontwaakte zittende in de vrije natuur. Op dat moment volgde hij niemand. Op dat moment was hij een licht voor zichzelf.

De dood van de Boeddha

Hij wilde geen opvolger, want de leer zou genoeg moeten zijn voor iedereen. Hij koos ook niet voor een bepaalde hiërarchie binnen zijn orde. Maar vrouwen zouden geen deel uitmaken van de mannelijke orde. Wel ontstond er een vrouwelijke orde maar los en ondergeschikt aan. In iedere religie staat de vrouw op de tweede plaats, het blijft voor mij een raadsel.

Mannen zitten graag vast in hun hoofd, overeenkomstig hun geweldig zelfbeeld: de zogenaamde onverstoorbare huisvader, koning, manager, meester, paus, etc. Zo zit je dan bijvoorbeeld te mediteren, trots op jezelf. Zittende als een Boeddha. En dan gaat er een zeer verleidelijke jonge dame naast je zitten of ze loopt gewoon langs, als een soort van koffie of theedame. Het zelfbeeld spat uiteen. Je denkt alleen nog aan haar.

Mannen zijn sukkels overeenkomstig hun zelfbeeld. Omdat vrijwel alle mannen hun zelfbeeld vast willen houden, moet de vrouw wel de schuldige zijn. Moet de vrouw wel beperkt en onderworpen worden, nietwaar?

Jezus had ook geen vrouw, gaat het verhaal maar zeker weet men het niet. Paulus was een voorstander ervan zonder vrouw door het leven te gaan. En langs die weg ontwikkelde zich de Kerk. De Rooms-Katholieke Kerk bleek zich verder te ontwikkelen als een monster van zijn tijd, de middeleeuwen. In naam van God (Jezus) zijn de meest verschrikkelijke dingen gedaan.

Maar in deze tijd is er een andere god opgedoken, die naast alle grote wereldgodsdiensten onzichtbaar is als godsdienst, onherkenbaar. Mensen geven graag de godsdiensten in de wereld alle schuld van alle onrust. Maar zien blijkbaar daarbij die andere god over het hoofd.

Ik kende een rijk en succesvol iemand, die graag afgaf op godsdienst (als oorzaak van), in die tijd dat ik hem sprak was ik veel bezig met Jezus en de Bijbel. Ze zeggen wel dat Jezus het meest sprak over en tegen Mammon, de afgod van geld en rijkdom.

Je ziet het tegenwoordig zelfs binnen bepaalde evangelische gemeenten hoe welvaart wordt verheerlijkt. 'Succes als teken dat God in jou gelooft.'

Boeddha zei tegen zijn volgelingen dat ze geen geld mochten accepteren. Ze mochten bedelen voor eten. Jezus stond het wel toe, en de kas werd beheerd door niemand minder dan Judas. Hij stal uit de kas, zo staat geschreven.

De eerste christenen verkochten hun bezittingen en verdeelden dat onderling en hielpen daarbij ook wel de armen indien mogelijk. Wat centraal stond was het brengen van het evangelie en de zieken de handen opleggen. Geld was enkel praktisch, om te overleven en geen doel binnen de eerste gemeente.

Tegenwoordig is geld heel belangrijk. En zal de rijkste man op aarde deel uitmaken van de Amerikaanse regering onder Trump. Vrijwel alle misdaden, criminaliteit kan gelinkt worden, in mijn ogen, aan het zoveel mogelijk binnenslepen van geld.

Toen op 7 oktober 2023 Hamas Israël binnenviel, konden de extreem gewelddadige binnenvallers daarbij veel geld krijgen als ze dan iemand wisten te gijzelen.

Dus het gaat dan niet alleen om haat tegenover...!

De wereld wordt overspoeld door drugs, waaraan enorm veel geld verdiend wordt, nietwaar? Maar ook door het namaken van producten wordt flink verdiend. Enzovoort.

Niemand is vies van veel geld. Mensen worden ook online veelvuldig opgelicht en bestolen. Ik vraag me daarom dan ook steeds meer af, of dat het nog wel gaat om de onrust door de godsdiensten. Ook leiders van diverse bewegingen, wel of niet van politieke aard, laten zich graag rijkelijk belonen. En de gewone man lijkt het allemaal goed te vinden, ongelooflijk.

Boeddha blijkt te zijn gestorven door een giftige of bedorven maaltijd, die hij aangeboden had gekregen. Zijn maag was al niet zo sterk meer. Al bij al werd hij toch zo'n tachtig jaar.

Naast de zucht naar macht is ook de zucht naar geld enorm groot.

En het is en blijft opvallend dat Boeddha en Christus daarover al predikten. Maar we zijn blijkbaar horende doof en ziende blind.

Natuurlijk is Boeddha nimmer echt gestorven want hij leeft voort in zijn leer.

Heiligt het doel de middelen?

‘Bijna 70 procent van de doden die tot nog toe zijn gevallen bij de oorlog in Gaza, zijn vrouwen en kinderen.’ – Israël is genadeloos. En Trump met zijn schijnheilig geloof ‘tegen abortus’ is een vriend van Israël. Maar Hamas, Hezbollah en Iran zijn beslist niet beter, mogelijk zelfs slechter.

We haten hier in Nederland Joden maar ook moslims. Wat we zouden moeten haten (lees hier: vervloeden) is al het geweld in de wereld. Waar politici en volgers zich schuldig aan maken, waar ook ter wereld. Laat dat eens duidelijk zijn.

Ik houd van integere mensen, mensen met een zekere gevoeligheid en oog voor feiten.

Gautama Boeddha was een mens van vrede. Niet alleen omdat hij mediteerde maar ook zijn leringen waren daarop gericht. Heel veel mensen beweren voor vrede te zijn maar hun gedachten kloppen vaak niet. Jiddu Krishnamurti zei dat ook vaak: Weg en doel zijn een.

Boeddha at wel vlees maar niet zomaar.

Hij en zijn monniken aten enkel vlees als het dier niet speciaal voor hen was geslacht (ze aten dus wat de pot schafte). Maar de Boeddha at ook geen vlees als hij getuige was geweest van het slachten. Bijvoorbeeld, als hij een dorp binnenkwam en ergens een dier gilde. En hij met zijn gezelschap daar eten zou krijgen aangeboden. Ook al was het dier niet speciaal voor hem en zijn gevolg geslacht.

Doet me denken aan bloedgeld. Als bijvoorbeeld jouw organisatie een schenking krijgt en je weet of sterk vermoedt dat aan dat geld bloed kleeft, een luchtje zit, wil je het dan nog wel echt hebben? Maar je kunt ook bot zijn en zeggen dat het je allemaal niet uitmaakt, vlees is vlees en geld is geld.

Ik vind vrouwen mooi en respecteer hen, en ik geloof daarbij niet in sekswerkers. Een vrouw dient haar lichaam te respecteren. Zoiets kun je niet alleen van mannen verwachten, want dat is dweilen met de kraan open, nietwaar?

Als je gelooft in vrede, handel daar dan ook echt naar. Bezit daarbij de scherpzinnigheid en vrede van een boeddha en/of een christus. Beiden brachten de boodschap van liefde en geweldloosheid.

Er is een gezegde: ‘Iedereen wil naar de hemel maar niemand wil dood.’ Met andere woorden: we willen een goedkoop antwoord. En dat weten politici die aan de macht willen komen of daar al zitten. Mensen die niet gewend zijn echt na te denken, zijn een makkelijke prooi.

Ooit moet Osho hebben gezegd over de politiek in zijn land, India: ‘Mensen die niet kunnen lezen zouden niet mogen stemmen.’ Omdat deze mensen makkelijk te manipuleren zijn. Als je niet al het nieuws kunt volgen, lezen, betreffende een bepaalde politici en zijn partij, weet je ook niet echt met wie je te maken hebt. Want mensen die aan de top willen komen zijn gewend te liegen en te manipuleren.

Misschien ben ik wel hypocriet, schijnheilig en/of tegenstrijdig. Misschien weet ik dat niet eens van mijzelf, dat kan. Misschien ben ik een wolf in schaapskleren. Mogelijk dat iemand dat denkt.

Ik kan hier beweren dat ik volstrekt onschuldig ben maar ben ik dat dan ook, welke garantie kan de lezer daaraan ontlelen? Ik word wel eens uitgescholden via de e-mail of op het internet, want daar ben ik vaak te vinden. Daarom is het goed, werkelijk onderzoek te verrichten en vooral daarbij te letten op eigen gedachten en gevoelens. Want het ego zorgt heel makkelijk voor blinde vlekken.

Wat er in de wereld gebeurt, is verschrikkelijk. Maar er is een medicijn, een kuur. Maar staan we daar echt voor open? Of willen we alleen maar zien wat we willen zien?

Is mijn wereld in oorlog?

We zijn de laatste jaren nog meer ondergedompeld in een wereld van oorlogen. En de Derde Wereldoorlog lijkt op de loer te liggen, nietwaar?

De Boeddha en de Christus spraken over innerlijke vrede. Dat we ons innerlijk ontdoen van strijd. Dat haat en geweld niet het begin zijn van innerlijke verlichting.

Innerlijk hoef ik niet deel te hebben aan al die oorlogen. En omdat ik innerlijk niets heb met haat en geweld, heb ik ook niets met al die oorlogen die een afspiegeling zijn van ons innerlijk. Al die artikelen en programma's over oorlogsgeweld treffen niet mijn innerlijke vrede. Een vrede die niet van deze wereld is. En toch zie ik al dat leed.

Een Indiase wijze zei eens: 'Verblijf in het oog van de orkaan.' Blijkbaar is daar alles rustig, terwijl er een draaikolk om je heen is.

Misschien heb je dat weleens ervaren, tijdens agressie op straat of binnenshuis. Er kwam een kalmte over je. Agressie wordt gevoed door bepaalde gedachten en gevoelens, zoals van nationalisme en stambewustzijn.

Boeddha behoorde zijn familie (stam) niet meer toe, Christus had ook zijn familie verlaten:

'Iemand zei tegen Hem: Zie, Uw moeder en Uw broers staan buiten en zoeken U om met U te spreken. Maar Hij antwoordde en zei tegen hem die dat tegen Hem zei: Wie is Mijn moeder en wie zijn Mijn broers?

En Hij strekte Zijn hand uit over Zijn discipelen en zei: Zie, Mijn moeder en Mijn broeders. Want wie de wil van Mijn Vader doet, Die in de hemelen is, die is Mijn broeder en zuster en moeder.'

– Mattheus 12:47-50.

Wat valt er nog te verdedigen zonder nationalisme, zonder stambewustzijn? Je vindt ook al die agressie terug bij voetbalsupporters van een bepaalde club. Het heeft mij dan ook altijd verbaasd (gezien mijn kennis van het Nieuwe Testament) dat de Kerk gelooft dat het gezin de hoeksteen is.

Naties en de georganiseerde godsdiensten geloven in de massa. Hoe meer stemmen en gelovigen des te beter. Het gaat hen dan niet om kwaliteit maar kwantiteit, lijkt mij. Macht heeft mogelijk de sterkste aantrekkingskracht in de wereld, in het leven van de wereldse mens.

Innerlijke vrede is een invloed op zich en heeft geen stemmen nodig. Bestaat ondanks de massa. Misschien ook te vergelijken met wat Socrates, Griekse wijsgeer, moet hebben gezegd: 'Een meerderheid van stemmen maakt van een ezel nog geen paard.'

Ik ben niet tegen het gezinsleven maar kun je daarbij ook echt objectief en rechtvaardig blijven? Of hebben altijd anderen de schuld, die niet tot het, jouw gezin

behoren? 'Mijn kind doet niet zoiets'. We missen in deze wereld liefde en rechtvaardigheid.

Kunnen we ook liefdevolle vriendelijkheid ervaren naar onbekende mensen? En zijn we bereid altijd de waarheid te spreken? Ongeacht dat onze familie, afdeling, werkplek, land, volk, partij en dergelijke misschien in een kwader daglicht komt.

Een andere Indiase wijze formuleerde eens het volgende: 'Er is maar een ras, de mensheid. Er is maar een taal, die van liefde. En er is maar een land, de aarde.'

De Boeddha sprak van anatman (geen-zelf). Dus bestaat er niet zoiets als ik en de wereld of ik en het leven. Hij sprak ook over dat alles van elkaar afhankelijk is. En dat haat nimmer instaat is haat te beëindigen.

Je bent alles en niets en daarin ligt vrede, innerlijke vrede.

Liefde

Tegenwoordig een ander woord voor God of het ware zelf. Ja, de Boeddha predikte ook liefde: haat verdrijft nimmer haat. Maar hij sprak daarbij niet van een god of zelf. Heel simpel gezegd komt het dan hierop neer: je bent niets of hecht je nergens aan. Ja, je kunt liefde zijn maar dat is dan actueel. Hier en nu. En geen bepaald concept of ideaal.

Het bodhisattva ideaal is volgens mij later gekomen. Volgens mij sprak de Boeddha gewoon over het ontwaken. Zoekers die het nirvana negeren, zolang als er nog maar een levend wezen is dat nog niet bevrijd is, gelukkig. Mooi zo'n ideaal maar ik heb er niets mee. Als ik kiespijn heb, bel ik de tandarts om ervan verlost te worden. Pijn vraagt om verlossing. Ik zeg dan niet: 'Helpt u maar eerst alle andere kiespijnlidders en mij als laatste.'

Opgaan in het nirvana is geen gevangenis. Nirvana maakt van jou geen gevoelloos wezen. Want waarom bidden dan zoveel boeddhisten tot de Boeddha? Boeddha die niet meer geboren hoeft te worden. Jiddu Krishnamurti sprak zelfs over een ervaring met hem, kon nog altijd zijn aanwezigheid ervaren. Op een dag toen ie op zijn bed zat of in zijn slaapvertrek was, was daar opeens de Boeddha. En toen was K al behoorlijk op leeftijd.

Boeddha als een wezen van licht. Dat zich nog altijd bekommert om levende wezens, hier op aarde. Misschien begrijp ik wel niet in theorie het zogenaamde bodhisattva ideaal. Maar ik heb sowieso niets met idealen. Omdat het denken gek is op idealen. Omdat het denken alles wil organiseren.

Als je liefde of mededogen organiseert maak je het dood. Zoals mensen graag dieren stoppen in kooien en dan beweren van deze dieren te houden. Ik woon vlakbij een hertenkamp, hier in Bloemendaal. Maar mijn schatje en ik genieten pas echt van een hert en ree in de vrije natuur. Opeens zie je zo'n kwetsbaar dier. Prachtig!

ECIW is een boek van zo'n 1500 pagina's en beweert over liefde te gaan. Maar zo'n boek heeft enkel gezorgd voor een elite, een club mensen die liefde zelf tot object van hun geloof heeft gemaakt. 'Ik ben liefde en de rest is een illusie.' ... 'Alleen liefde is werkelijk.' ... 'Alles wat je zegt over mij gaat niet over mij maar over jou: ik zie namelijk enkel liefde.' ... Met andere woorden: Liefde als ideaal.

Ik ben gewoon eerlijk over liefde: ik ben haar niet altijd bewust. Ik ervaar ook emoties. Die ik dan bewust ben. En omdat ik niets idealiseer, omarm ik eveneens mijn emoties. – Is dat geen liefde?

Christus was een mens van vlees en bloed. Sprak niet alleen over het belang van liefde, vergeven en samen delen! Maar leerde ook: Lieg niet, laat je 'ja' een 'ja' en je 'nee' een 'nee' zijn. Zweer niet.

De eerste volgelingen waren dan ook heel transparant. Net als hun meester. In hem waren geen leugens of haat. Toch zijn er passages in de Bijbel dat hij behoorlijk kwaad kon zijn. Op een dag joeg hij handelaars de tempel uit met een groot stuk touw. Daarbij staat er ook in de Bijbel dat hij leerde te bidden voor je vijanden en de andere wang toe te keren. Was hij, Jezus, dan een gespleten persoonlijkheid? Ik

geloof van niet. Hij was ook naast al zijn liefde een mens van vlees en bloed. Hij was geen navelstarende- filosoof of mysticus. Hij was niet bang om zijn leven te geven voor zijn woorden, evangelie. Hij predikte niet voor zichzelf. Hij zocht de verlichting van alle mensen. Hij zou zijn mond niet houden.

Ook de Boeddha had vijanden. Ook de Boeddha kende Mara (de duivel) in zijn leven, nietwaar?

Omdat we misschien niet hun boodschap begrijpen maken we er maar een beeld van, dat we dan op een bepaald voetstuk zetten om het te aanbidden. Dat leidt enkel tot navelstaren.

Liefde en mededogen zoeken niet zichzelf maar juist de mens, alle levende wezens. De ganse natuur. Zoals de zon op zichzelf wel groot, krachtig en mooi is maar zonder verdere betekenis zonder de aarde.

Je kunt het licht aanbidden maar ook ervaren, zijn. Maar dan in alle vrijheid.

Boeddha's gevoeligheid

Ja, misschien heb je de Boeddha altijd gezien als een zeer intelligent wezen. Iemand met een scherp intellect. Die opeens doorkreeg dat het leven lijden is. Maar onlangs kreeg ik hierop een geheel andere kijk. Hij was een fijngevoelig mens.

Op een dag buiten de veilige poorten van zijn paleis ontdekte hij het leed onder de burgerbevolking. Leed zichtbaar door ouderdom, ziekte en de dood. Dat greep hem aan. Niet als een of andere goedkope filosoof maar als een mens die op dat moment het leed van de wereld bewust werd. Ja, door zijn fijngevoeligheid. Als een Christus die bad voor de mensheid, mediteerde hij op het lijden in de wereld. De oorzaak daarvan en het antwoord daarop.

Hij zag het zogenaamde zelf/atman/ego als het probleem. Mensen die denken iemand te zijn. Vol van verlangens zitten en denken te weten wat goed is. Hun leegheid maskerende met kennis, bezitting en verstrooiing. 'Ik en de wereld,' 'ik en het leven' als illusie. Geen apart zelf.

Binnen het toen heersende hindoeïsme was de gedachte aan een kosmisch zelf zeer populair. En nog. Zoals hier in het Westen de hindoeïstische advaita-filosofie sterk wortel heeft geschoten. Het geloof in atman-Brahman. Ultieme werkelijkheid. Brahman zonder eigenschappen en vorm. Hoogstens dan vaak omschreven als bewustzijn zelf, eeuwig en oneindig. Een bewustzijn waar alles zich in manifesteert, komt en gaat. De wereld als illusie en Brahman als de werkelijkheid.

Dat we innerlijk dat dan zijn: atman. Gelijk aan Brahman. Zoals een druppel gelijk is aan de oceaan, nat en zout. De zogenaamde goddelijke vonk die zo populair is binnen de New Age-beweging.

Maar wat je ook als je zelf ziet, het bestaat juist in werkelijkheid niet. Omdat alles onderhevig is aan verandering. 'Verandering' die je ook kan vertalen naar 'beweging'. Je voelt bijvoorbeeld niet altijd liefde of je bent liefde niet altijd bewust. Ook al kan je van liefde zeggen dat het eeuwig is, onderdeel van het leven. Boeddha omschreef immers liefde als iets universeels, dat haat nimmer haat verdrijft enkel liefde en dat dat een universeel gegeven is. Hij sprak ook over het nirvana en het einde van wedergeboorte.

Liefde wordt niet wedergeboren, liefde is. Liefde is vrij van tijd. Liefde is niet onderworpen aan ons denken. Dat wat wordt wedergeboren is ons onderbewuste denken en verlangens: het ego is daarvan een bundeling. Gedachten die gedachten volgen overeenkomstig een bepaald verlangen. Dat kan ook slaan, betrekking hebben op jouw verlangen naar verlichting als volgeling van Boeddha.

Waarom verlangen we naar het nirvana of het boeddherschap? Feitelijk weet je daarvan helemaal niets. Ben je een gevangene van je eigen overtuigingen die je beschouwt als waar en objectief.

Op het gebied van boeddhisme ben je nimmer uitgelezen, nimmer uitgestudeerd, is het niet? Dus mijn advies is: weg ermee. Wat de Boeddha ontdekte had helemaal niets te maken met filosofie of ons denken als mens. De Boeddha had dat web verlaten. Binnen zijn fijngevoelig zijn en compassie openbaarde zich de waarheid.

Ja, het leven is lijden maar dat is geen intellectueel inzicht. Hij sprak immers ook over liefdevolle vriendelijkheid naar alle levende wezens. Je kunt een na-aper zijn maar waar zit je hart dan? Je spontaniteit? Je fijngevoeligheid?

In mijn ogen was Boeddha geen intellectuele verlichte. Je beëindigt niet je ego door het denken, studie en na-aperij. Zijn beschrijving van het lijden en het zoeken naar een antwoord daarop, had alles te maken met zijn gevoeligheid.

Het intellect blokkeert het zien. Zoals een bekende zen-uitspraak is: 'De waarheid is niet het probleem maar onze mening erover.'

Vergeet je denken wanneer je kijkt naar het leed in de wereld. Open je hart. En wees daarover volkomen eerlijk. Dan pas kan de 'zoektocht' werkelijk beginnen.

Zelfonderzoek?

Maar wat onderzoek je dan, een zelf dat niet bestaat? Of een zelf waarin jij gelooft, dat wel bestaat, zoals het zogenaamde ware zelf. Valt het vervelende ego ook onder dit onderzoek? Maar wie onderzoekt dat dan?

Ik denk dat in relatie staan tot anderen een belangrijk onderdeel vormt van het onderzoek. Je zult maar last hebben van een hardnekkige blinde vlek, wat dan? De ander kan je daar dan op wijzen, nietwaar?

Ook de bereidheid hebben om geheel alleen te staan in waarheid, is vanzelfsprekend belangrijk.

Boeddha's liefde voor de waarheid was groot genoeg om zijn carrière, gezin en yoga-leraren in het woud te verlaten! Kun je als zoeker wel echt rekening houden met anderen, als je als een soort Einstein van de zelfkennis voortraast?

Boeddha verwierp een zelf als werkelijkheid. Maar wie of wat was hij dan? Hij beweerde van zichzelf dat hij geen god was maar een ontwaakte. Hij leerde dan ook: Wees een licht voor jezelf.

Het zogenaamde zelf is het product van gedachten en verlangens. En als je de onzin doorziet van dat alles, is er geen ik meer. Geen middelpunt meer, geen zelf. Ik en de wereld bestaat dan niet meer. Het leven is er dan nog wel maar een ontwaakt leven en geen leven vanuit een bepaald centrum.

Hier kun je het volledig mee oneens zijn, nietwaar? Jij bent het zelf maar er is geen zelf in jou. Het leven is jou en jij bent het leven. Er is geen sprake van een apart zelf. Het leven is het zelf. Ik ben alles en niets. Je bent de wereld die je waarneemt.

Paulo Coelho beweert bijvoorbeeld, dat je beter het denken kunt beheersen dan dat jij je laat beheersen door het denken. Op die manier wordt de denker en het denken als twee zaken gezien. Maar ik zeg je: de denker en het denken zijn niet-twee, ze zijn een en hetzelfde.

Er is nog altijd sprake van een innerlijk conflict, ook al zeg je, beweer je het denken niet te zijn en het te beheersen! Ik en het denken vertegenwoordigt een innerlijk conflict. Verspilling van energie, er is geen sprake van innerlijke vrede. Als de denker en het denken tegen elkaar wegvallen zal er direct sprake zijn van innerlijke vrede.

Goed, kun je me hier nog volgen?

De stilte in ons leven is geen product van zelfbeheersing. Maar het directe gevolg op de innerlijke transformatie. Als de waarnemer van de persoon een en hetzelfde blijken te zijn, feitelijk, wat dan?

Als de waarnemer en het leven niet verschillend zijn, wat dan?

Mijn aanwezigheid vraagt geen apart zelf, geen zelfbeheersing. Ik-en-mezelf of ik-en-het-denken. Het leven staat voor deze aanwezigheid.

Boeddha ontwaakte slechts. Er was voor hem niet langer een innerlijk zelf. Hij bereikte het nirvana, wat een verwijzing is naar het begrip: uitwaaien. Zoals een vlam van een kaars kan uitwaaien.

Ik ben geen Gautama de Boeddha of een Jiddu Krishnamurti of een Jezus Christus enzomeer. Ik ben het moment hier. Zonder enige vergelijking. Behalve dan dat we een licht voor onszelf kunnen zijn.

Oost en West op hun best

De bekende zenmeester Thich Nhat Hanh zag Jezus en Boeddha als broeders, hij schreef daar een paar boeken over.

Boeddha leefde zo'n vijfhonderd jaar voor Jezus. Beiden spraken over liefde en geweldloosheid. Die combinatie is heel bijzonder, want er zijn genoeg mensen die spreken van en over liefde. Het is goed om te mediteren op geweldloosheid, dat verdiept onze liefde in ons leven.

Ik houd van Jezus en Boeddha en beschouw ze op innerlijk niveau als hetzelfde. Allebei hebben ze de wereld achter zich gelaten. Spraken vrijuit over hun transformatie. En beiden hadden vijanden die hen naar het leven stonden.

Het is waar dat de Boeddha niets met God had. Maar hij had het wel over de universele liefde. Het is waar dat de Boeddha liefde predikte voor alle levende wezens en Jezus richtte zich op de mens.

Maar beiden hebben hun confrontatie gehad met het kwaad. Boeddha overwon Mara en Christus overwon Satan. Boeddha en Christus leerden beiden, dat wat je eet je niet onrein maakt maar wat er uit je komt aan: gedachten en gevoelens. Je innerlijk overleg.

Heel veel mensen doen zich beter voor. Zoeken slechts macht en aanzien, geld en/of seks. Atheïsten en theïsten maken zich hieraan schuldig, nietwaar?

Waarom noemen mensen zichzelf boeddhist of christen?

Het grappige is dat in het begin gelovigen van Jezus net als boeddhisten ook volgelingen van de Weg werden genoemd. Boeddha had het over de Drie juwelen: Boeddha, dharma en sangha. En Jezus had het over: Christus, het evangelie en de gemeente.

De meeste spirituele leraren, zoals Osho en Jiddu Krishnamurti voelden (of voelen), zich aangetrokken tot Gautama de Boeddha. Mogelijk omdat hij niet sprak over de belangrijkheid van het geloof. Maar toch zie je hedendaagse boeddhisten gretig in van alles geloven. Denk maar aan het bolwerk van het Tibetaans boeddhisme.

Wat er ook over hen wordt beweerd, hun boodschap van dat haat nimmer haat verdrijft is duidelijk en tevens hun uitspraken over geweldloosheid. Boeddha bracht meditatie onder de aandacht als techniek en Jezus het gebed.

Zoals ik wel eens geschreven heb: Gedachten hebben krachten maar de grootste kracht ligt voorbij alle gedachten.

Ik mis Boeddha binnen de kerk. Als broeder. Onlangs schreef ik een open brief aan de kerk, een van de tien punten die ik schreef was deze:

'Waarom in hemelsnaam wordt de Boeddha als prediker van liefde en geweldloosheid genegeerd? Hij riep zichzelf niet uit tot een god en wilde tevens niet aanbeden worden! Hij sprak nuchter en direct over het lijden van de mens. En dat haat nimmer haat verdrijft. Het klopt dat hij Jezus niet kende, maar dan kan hij nog

wel de Waarheid hebben gekend. Mozes, Abraham en Elia kenden ook niet Jezus. Zonder hun geloof in hem, geloofden ze wel in God. Er zijn genoeg verlichte zielen die het bespreken waard zijn binnen de kerk.'

Ik beschouw Boeddha en Jezus als Oost en West op hun best.

Het idealiseren van iets of iemand betekent juist het einde ervan

Helen Schucman had problemen op haar werk, de sfeer was volgens haar beslist negatief. Ze zocht daarvoor een oplossing. Als psycholoog en van Joodse afkomst kwam ze door channeling in aanraking met Jezus. Ze gaf hem op haar manier een plaats in haar leven. Zoals heel veel mensen dat doen, nietwaar?

Het ging hier dus niet om de historische Jezus en het oude Nieuwe Testament. Maar om een Antwoord. En ons (onbewuste) denken is creatief. Net als Neale Donald Walsch schiep ze voor zichzelf een acceptabel boek.

Maar er zijn mensen die dit allemaal heel serieus nemen en het Nieuwe Testament daarbij demoniseren en Jezus als mens van vlees en bloed castreren en daarentegen hem mythologiseren. Ook het onderwerp liefde is daarbij geïdealiseerd. Het zeer lijvige boek ECIW van Helen S. is dan ook een channeling over een new age achtige liefde.

Ik beveel iedereen aan het Nieuwe Testament te lezen. Niet als gelovige maar als iemand die oprecht is in zijn of haar onderzoek naar waarheid en historie. Natuurlijk kan ECIW inspireren, net als ieder ander gechanneld boek. Ook romans als De Celijnste Belofte hebben zeer hoog gescoord, vanwege het hoge gehalte aan spirituele inspiratie! Maar laten we geen kinderen zijn, die nog steeds geloven in sprookjes. Kijk eens om je heen, in wat voor wereld we echt leven. Dat vraagt nog steeds om een echt medicijn.

Door de Boeddha en de Christus te mythologiseren hebben we ze op die manier aan ons weten te onderwerpen. Je vindt dit zelfs nu ook bij Jiddu Krishnamurti, die steeds meer op een bepaald voetstuk wordt gezet. En daarvoor waarschuwde hij juist:

‘Als Krishnamurti sterft, wat onvermijdelijk is, zullen jullie regels in je hoofd gaan vormen, omdat het individu, Krishnamurti, jullie de Waarheid had voorgehouden. Jullie zullen dus een tempel bouwen, beginnen met het houden van ceremonieën en zinsnedes, dogma's, geloofssystemen, en geloofsbelijdenissen uitvinden en filosofieën creëren. Als je het fundament op mij, het individu, bouwt, zul je in dat huis gevangen raken, in die tempel, en dus zal er een andere Leraar moeten komen om jullie uit die tempel te ontwarren. Maar de menselijke geest zit zo in elkaar, dat jullie weer een tempel rond Hem zullen bouwen en zo zal het steeds doorgaan.’ (Bron: K in The Future Is Now.)

Nu heb je ook het verhaal over de nieuwe Boeddha in de vorm van Maitreya. Maar volgens mijn beste inzicht gaat deze voorspelling niet helemaal terug naar Gautama Boeddha zelf, want er waren reeds verlichten om hem heen, dankzij het achtvoudige pad en de drie juwelen. Want de vijf asceten die hij had leren kennen tijdens zijn zoektocht naar de Waarheid, kwamen na de verlichting van Gautama zelf tot de verlichting, zo gaat het verhaal. En waarom dan ineens een ‘Maitreya’? De voorspelling over deze Maitreya komt dan ook uit het latere Mahayanaboeddhisme, dat beslist minder orthodox is.

Zo gaat dus het verhaal tegenwoordig dat hindoes wachten op de Kalki Avatar. En boeddhisten wachten op hun Maitreya. En Joden wachten op hun Messias. Enzomeer. Het messiaanse karakter van Maitreya is niet typisch boeddhistisch. Want de Boeddha leerde juist: Wees een licht voor jezelf.

Veel christenen in Amerika geloven in Trump als een messiaans figuur. Waarom mythologiseren we toch zo graag figuren? Je ziet het zelfs terug in de bioscoop, waar Marvel-helden al lange tijd zeer populair zijn, nietwaar? Hebben we dan niet genoeg aan onszelf?

De Boeddha zei nadrukkelijk dat hij geen god was maar een ontwaakte. Binnen zen kennen ze een mooie uitspraak: 'Het buitengewone ligt in het gewone.' Boeddha zei ook nadrukkelijk dat haat nimmer haat zal verdrijven, dat zal enkel liefde doen, dat is een universele wet. Met andere woorden: geen hocus pocus, geen sprookje maar simpelweg een feit. Net als water een rots kan uitslijten, nietwaar? De goedgelovigheid van mensen leidt echt nergens naar.

De Boeddha belichaamde liefde, wijsheid en geweldloosheid. Hij was een mens. En niemand is minderwaardig aan hem, omdat we allen geheel tot bloei kunnen komen. Maar zeggen dat Gautama uniek was en dergelijke, zet je jezelf buitenspel. Dan lijkt je op iemand die op de bank zit met een zakchips voor de teevee, en uit zijn dak gaat, als zijn geliefde speler scoort.

Er is werk aan de winkel, daar waar je bent. Liefde vraagt niet om geïdealiseerd te worden. Je ervaart liefde of niet. Liefde verlicht ons leven of niet.

Herken je wat?

We zeggen van dieren te houden maar eten hun vlees.

We zeggen vrede te willen maar nemen deel aan oorlog.

We zeggen vrouwen te respecteren maar keuren het sekswerk niet af.

We worden hysterisch bij een pedo in onze straat maar de meeste pedo's zitten thuis: incest!

We willen de wereld veranderen maar laten dat graag aan anderen over, de politiek!

Veel geweld komt van drugshandelaren, maar we blijven als zogenaamde nette burgers drugs gebruiken.

...

De wereld is niet getransformeerd door ons geloof in Boeddha, Christus, Krishna, Mohammed, Enzomeer!

Het is ook niet ons geloof dat de wereld zal veranderen maar onze integriteit: liefde en waarheid.

Zijn we echt liefdevol en zijn we echt bereid de waarheid te spreken?

Zonder waarheid in ons leven kan rechtvaardigheid onderling bij mensen niet functioneren.

Zonder liefde en vergeven draait alles enkel om oorzaak en gevolg. Sommige mensen verdienen gewoon beter, omdat ze handelden in onwetendheid.

Als we elkaar niet kunnen vertrouwen, kunnen we niet goed met elkaar functioneren als: gezin, werkvloer, winkelketen, Enzomeer.

Maar zonder een glimlach rond onze mond, weten we zeker dat het leven zinloos is.

Er zijn genoeg heilige boeken en tradities maar we hebben niet echt geluisterd. Net als jonge mensen het ouderlijk huis verlaten en beweren het beter te weten.

Misschien begaan deze jonge mensen niet dezelfde fouten als die van hun ouders maar simpelweg andere lelijke fouten!...

Jonge mensen dienen hun ouders goed te begrijpen in de plaats te veroordelen.

En ouders dienen volkomen integer te zijn. Want op het moment dat een ouder zijn of haar integriteit verliest, stopt de opvoeding, nietwaar?

Als je een geestelijk leraar betrapt op een leugen, zal hij/zij dan nog wel echt een leraar voor jou kunnen zijn?

Als je ziet dat een leraar niet kan vergeven, terwijl alles erop wijst, dat dat zinvol zou zijn, zal je de leraar dan nog wel voor vol aanzien?

Ik zeg je, dat liefde en het spreken van waarheid niet zonder elkaar kunnen.

Geen water, geen vis.

Treurt een Boeddha?

De kortste tekst in de Bijbel is: 'Jezus weende.'

Weende de Boeddha ook tijdens zijn leven? Misschien toen hij zijn ouderlijk huis verliet, daar zijn vrouw en kind achterliet om op zoek te gaan naar het Antwoord op het lijden. Hij heeft ook een zware periode van zes jaar zoeken gehad! Misschien heeft hij toen zijn familie gemist, wie zal dat zeggen? Pas huilde een jonge man bij mij, omdat hij een koe had gedood, in een slachthuis. Ik zei toen: 'Vergeef jezelf.'

Als mensen huilen bij een begrafenis, betreft dit dan niet enkel zelfmedelijden? Huil je dan niet om een verlies? Of dat de dood ook jou zal op zoeken, je leven zal eindigen hier op aarde? Wanneer is ons verdriet echt verbonden met of een uiting van compassie?

Als iemand iets verschrikkelijks is overkomen en dan intens verdrietig is en je staat erbij, wat dan?...Ik geloof in emoties, dat ze bij het leven horen. Maar sommige mensen bijten zich erin vast en dat is weer een ander verhaal. Je leven dramatiseren hoeft niet en is zonder enige betekenis: immers we lijden allemaal.

Naast onze emoties (zeer menselijk) kunnen we ook universele liefde ervaren. De Boeddha sprak daarover, dat enkel liefde haat kan verdrijven en dat haat haat in stand zal houden.

Deze liefde is geen emotie. Want emoties openbaren zich binnen ons denken en lichaam, en liefde in ons hart.

Universele liefde komt niet door succes hebben of dat iemand jou leuk vindt. Liefde trekt zich niets van het verleden aan, niets van de toekomst aan en niets van emoties.

Voor mij is liefde de vrede in je hart. Kun je ondanks je boosheid je innerlijk toch nog helder voelen? Kun je ondanks je intense verdriet je innerlijk toch nog wakker ervaren? Als je alles bent, ben je niet alleen je emoties maar ook vrede en liefde. En net andersom.

Maar er zijn mensen die liefde idealiseren, op een voetstuk zetten en zeggen dat liefde de enige realiteit is. Ik word daar dan boos om. De praktijk heeft het eerste en laatste woord. Mensen die liefde idealiseren missen vaak waarheid in hun leven, hebben moeite met confrontaties. En voor mij kan liefde niet zonder waarheid en waarheid niet zonder liefde.

We beschouwen de Boeddha als een liefdevol wezen maar in hem kan toch geen onwaarheid zijn geweest, leugens over het een en ander? Was hij bang om dingen bij naam te noemen?

Toen hij de middenweg voor zichzelf ontdekte en wat meer begon te eten, keerden de vijf asceten hem de rug toe. Ze dachten dat hij van het padje was geraakt. Maar daar trok Gautama Siddhartha zich niets van aan, want hij vervolgde gewoon zijn nieuwe weg.

Toen hij ontwaakte, de verlichte werd, twijfelde hij dat iemand hem zou kunnen begrijpen. Toch ging hij op pad om deze asceten weer te ontmoeten. Hij ging de confrontatie aan, uit liefde en waarheid.

Ik denk verder, als we onze emoties niet voldoende onderkennen we lichamelijk ziek of zieker zullen worden ook wanneer we ze niet weten te blussen met onze liefde en waarheid, indien nodig.

Geestelijk en lichamelijk welzijn schuilt in totaal zijn.

Hoe beperkt is zen?

Een BDE (bijna-doodervaring) kan leiden tot een ervaring van 'het Licht.' Maar het geneuzel van veel zen-beoefenaars gaat enkel over het leven, hier en nu. Op die manier wordt er iets ontkend. Maar er zijn ook 'Licht-aanbidders' die graag oneindig neuzelen over licht en liefde, zonder ook maar een moment geheel naakt hier en nu te zijn. Bij zen staan niet de vele woorden over het leven centraal maar het leven, het moment, zelf.

Maar zoiets kan ook leiden tot navelstaren, wat in mijn ogen levensgevaarlijk kan zijn. Want geluk heeft ook helemaal niets met het leven te maken. Niets met het bedwingen van de geest. Niet met hier en nu zijn. Want 'bestaan', 'leven', 'hier en nu' zijn omschrijvingen, begrippen en daarom heel, echt heel gemakkelijk bepaalde concepten. Zen is op die manier volledig tegenstrijdig aan wat het probeert te zijn: Niets.

Goed, iemand heeft een BDE. En dat zijn er door de geschiedenis heen heel wat geweest. Gelovige en volstrekt ongelovige mensen overkwam het. En het was niet altijd licht wat zij zagen. Ook vertellingen, verslagen over de meest verschrikkelijke en diepste duisternis.

Kan de lezer bewijzen dat een BDE (on)waar is? Daarom is het goed om echt te luisteren naar hen die zulke ervaringen hebben gehad. Het zijn vaak zeer wijze lessen, vooral over de waarde van liefde in ons leven. Ook zenmeesters hebben hun verhalen over zazen en hun ervaringen, inzichten daarbij. Hoe belangrijk meditatie in ons leven is.

Er was eens een drukbezette huisvrouw en moeder. Ze hield van haar man en kinderen. Ze bestond er geheel voor. Toen ging ze (bijna) dood en kwam in het Licht. En daar wilde ze nimmer meer vandaan. Ze ervoer zulk oneindige hemelse liefde. Ze vergat direct haar leven op aarde. Zij moest echt herinnerd worden door een hemels wezen dat ze terug moest, nog een taak te volbrengen had. Natuurlijk begreep ze dat maar ze was wel even volslagen los geweest van het leven, het bestaan op aarde.

Denk maar eens aan hoe serieus je misschien een keer was, misschien een lange periode en plotseling verliefd raakte. Je vergat plotseling helemaal het aardse, simpele, nuchtere, eenvoudige bestaan. 'Wat, hier en nu zijn?' ... 'Ik ben verliefd'.

Goddank, ben ik nergens tegen. Niet tegen het gewaarzijn van de natuur, niet tegen mindful de afwas doen. Maar ook niet tegen het lekker wegdromen. Het verhaal gaat dat Jiddu Krishnamurti er behoorlijk van langs kreeg, als kind, als hij zat te dromen in de klas. Ook de geweldige woordkunstenaar Godfried Bomans droomde nog wel eens tijdens de lessen.

De prachtigste dingen kunnen ontstaan tijdens of na een droom. Denk maar eens aan het advies: 'Slaap er eens nachtje over.'

Altijd maar weer je aandacht sturen kan leiden tot een bepaalde vorm van krankzinnigheid of moet ik het gespletenheid noemen? Als je echt ziet dat de denker en het denken niet verschillend zijn maar een en hetzelfde, wie beheerst dan wat?

Bij een BDE ga je helemaal los, zul je je zo vrij als een vogeltje in de lucht voelen. Niet langer gebonden aan een of ander zwaar anker. Maar blijkbaar kun je er ook voor kiezen voor anker te gaan. Om hier en nu te zijn. Je denken te overstijgen.

Zijn dromers beter af dan mediterende mensen of net andersom? Of omvat nu eenmaal ons leven meer dan welke keuze we ook zullen maken? Het medicijn is daarom dan ook keuzeloos gewaarzijn. Daarin bestaat geen (innerlijk) conflict. Ontvang de kracht van een helende droom, een hemelse ervaring. Ontvang de kracht van het hier en nu zijn. Licht en liefde zijn wonderbaarlijke verschijnselen in niemandsland.

Ik ben niets en daarom alles.

Kijken door de ogen van de Boeddha

Dat kan, want elk lichaam is de boeddha.

Niet onze geest is hier en nu maar het lichaam, als een rots in de branding. Is het je nooit opgevallen dat de geest in het verleden aan het wroeten is of ergens in de toekomst zit? Of heel veel moeite doet zichzelf te beteugelen om hier en nu te zijn? Terwijl het lichaam hier en nu is zonder enige moeite.

Waarom kijken toch zoveel spirituele zoekers neer op hun lichaam?

Ik zeg altijd: als je een vlinder wilt zijn zal je toch eerst door het stof moeten kruipen. Er bestaat geen vlinder naast de rups. Er zijn mensen die geloven in een innerlijke boeddha maar dat is volstreekte onzin. Je hebt geen twee geesten. De ene in de knoop met zichzelf en de andere vrij.

Mensen kunnen heel interessant praten over het ware zelf en dat de wereld slechts een illusie is, slechts een manifestatie in het ware zelf, zoals een film verschijnt op het lege filmdoek. Maar zoiets maakt de innerlijke gespletenheid niet kleiner.

Je hebt slechts één geest. Of je ervaart angst of niet. Of je ervaart liefde of niet. Of je ervaart lijden of niet. Of ervaart begrip of niet. Maar naar jezelf kijken en beweren dat je liefde bent, terwijl je zowat moet overgeven van angst, is in mijn ogen behoorlijk gespleten.

Maar hoe kom je dan van (bijvoorbeeld) die angst af? Wat is er verkeerd aan angst? Betekent niet juist al je weerstand ernaar dat je geen liefde bent? Kunnen we in compassie leven met onszelf?

Goed, terug naar het lichaam als de boeddha. Mijn grote leermeester was en is het lichaam. Zo volledig hier en nu. Op een dag verkoos ik ervoor te voelen wat ik voelde, te horen wat ik hoorde, te zien wat ik zag, te proeven wat ik proefde en te ruiken wat ik rook. Daarbij was de waarnemer het waargenomene.

Dus niet zeggen tegen jezelf: maar ik weet toch dat ik iets hoor, dat ik iets proef,...? Nee, je volledig overgeven, hier en nu, aan het zintuiglijk gewaarzijn zonder enig innerlijk verzet. Toen begon er een zekere ruimte en stilte in mijn leven te komen! De verstrooiing nam af. De geest oversteeg zichzelf, niet door zichzelf maar door mijn aandacht volledig te verleggen naar het lichaam.

De geest is ijdel. En wil geen andere boeddha zien dan zichzelf. En hoopt door oneindig navel te staren een echte Boeddha te worden. De geest kan niet zichzelf bevrijden, door te dromen over die vlinder. Ja, de geest dient te ontwaken, dat is beslist zo, maar dan dien je eerst die rups te willen zijn. Net als het symbool van de draak (naga). De slang kruipt door het stof voor dat hij verhoogd zal worden.

Nogmaals het dromen over de vlinder of de draak mogen dan ergens volkomen waar zijn maar niemand komt op de universiteit door de lagere scholen over te slaan. Maar het ego zetelt in zijn ivoren toren tussen de oren. Het ego dat niets anders is dan onze onwetendheid en verlangens. In onze onwetendheid verlangen we naar weet ik wat? Dat ego kan zichzelf niet de baas.

Je hoeft jezelf op geen enkele manier te veroordelen of te beoordelen. Je hoeft geen strijd aan te gaan. Je hoeft enkel hier en nu je aandacht volledig te verleggen naar het lichaam, zintuiglijk gewaarzijn, hier en nu. Keer op keer: wat komt nu spontaan het allereerste bij je binnen? Misschien is het geluid van een merel. Of het gebrom van een scooter. Of het gekriebel in je neus. Enzomeer.

Al lukt je dit maar 1x op een dag echt te doen, dan heb je een geweldige stap gezet. Ik adviseer hier geen andere meditatietechniek(en) naast te beoefenen. Vertrouw 24/7 op dit zintuiglijk gewaarzijn, probeer maar eens echt. Achteraf zul je het resultaat zien.

Maar... dit verkondig ik niet als de weg naar de waarheid maar als een goed en beproefd middel om de geest te stoppen. Zijn kracht te doorbreken. Je leert van het lichaam om je eigen geest te overstijgen zonder deze eerst te analyseren, te beoordelen, of te onderdrukken. Je doet echt helemaal niets met je geest, je verlegt simpelweg direct zonder poespas de aandacht.

Het maakt dan niet uit wat je gelooft. Je bent voor even niet langer horende doof en ziende blind. Door je aandacht te verleggen naar de vijf zintuigen, kun je plotseling overvallen worden door een geweldige natuurlijk stilte, of dat je een oase binnenkomt. Maar dit is niet de weg naar de waarheid, slechts een hulpmiddel op je pad als zoeker. Anders is de kans groot dat je verliefd en verstrikt bent geraakt binnen je concepten van verlichting. Dan leef je een geweldig leven, tussen je oren.

Het is waar dat de waarheid een psychologische, innerlijke, revolutie is, een ontwaken. Maar als de geest enkel droomt van een vlinder te zijn en weigert de rups voorafgaande geheel te onderkennen, ben je niet vrij maar een gevangene binnen je eigen denkgeest.

En ik zeg je en smeeik je, de wereld, de samenleving, is een afspiegeling van ons innerlijk, innerlijke verandering is noodzaak.

Spiritualiteit en seks

Siddhartha Gautama was geen maagd meer toen hij zijn zoektocht begon van zes jaar. Hij verliet zijn familie, vrouw en kind. Zover ik begrepen heb, heeft hij seks nimmer aangemoedigd, eerder ontmoedigd. Ga vrouwen uit de weg (indien mogelijk), leerde hij.

In deze tijd van het internet en sekswerkers ontkom je er niet meer aan, om aan seks te denken. Maar in hoeverre beïnvloedt het ons slecht?

Kijk, het spirituele pad vraagt absolute overgave. En als je een gezin begint, heb je je tijd heel hard nodig voor je gezin, nietwaar? Nu heb je de pil en in de tijd van de Boeddha niet. Dat is in mijn ogen wel degelijk een groot verschil.

Boeddha was geen voorstander van verstrooiing, dus dans en muziek hadden niet zijn voorkeur. Als je een zoeker wilt zijn van de waarheid, dien je verstrooiing zoveel mogelijk te negeren.

Hij was een prins geweest en wist natuurlijk alles over wat feesten en dergelijke met je geest konden doen, nietwaar? Ook wist hij uit eigen ervaring dat het jezelf alles ontzeggen, jezelf geheel onderdrukken en op een vreselijke manier sober leven ook niet de weg was. Misschien heeft hij wel af en toe spontaan de schoonheid van het andere geslacht nog stilletjes bewonderd, ervaren. Zoals je even verrukt kan zijn door de pracht van een kleurrijke vogel.

Dit is misschien een leuk (bekend) verhaaltje:

Een oude monnik en een jonge beginnende monnik willen een smalle waterstroom oversteken. Dan staat daar een dame in mooie kleding! Zij wil wel even gedragen worden en de oude monnik doet het. Achteraf, als ze weer hun pad vervolgen, zegt de jonge monnik: 'Wat deed u nu? U raakte een dame aan! Droeg haar zelfs. 'Oh, was ik alweer vergeten maar jij bent er blijkbaar nog mee bezig.'

Tja, waar liggen onze grenzen? Zoeken we echt alleen maar verstrooiing of kan de boog nu eenmaal niet altijd gespannen zijn?

De leermeester Gurdjeff zei, dat je iets verdienen moest. Hij kon zijn volgelingen tot het uiterste drijven, met bepaalde opdrachten die hij hen gaf. En dan volgde naar zijn beste inzicht de ontspanning. Ook gunde hij zichzelf niet zomaar een sigaar.

Over zenkloosters hoor(de) je dat ook wel eens. Dat opeens wel alles mogelijk is. Ja, dat er zelfs zwaar gedronken wordt. Volgens mij wilde de Boeddha dat juist niet: Vermijdt uitersten. Ze zijn beide onedel en ijdel.

Ja, het kan ijdel zijn als je indruk op anderen wil maken met je rechte rug en het lange stilzitten. Maar het kan ook ijdel zijn, om andere de ogen uit te steken met hoe geweldig jij eruitziet en goed kunt dansen.

Wat wel heel belangrijk in mijn ogen is: wordt geen huichelaar. Daarom dan ook dat het belangrijk is dat je niet tegen elkaar liegt natuurlijk. Zeg gewoon wat je leuk vindt of niet. Haal als man vrouwen bijvoorbeeld niet naar beneden. Probeer niet harder te lopen dan je kunt.

Ja, ik ben getrouwd, mijn vrouw is zelfs ruim elf jaar jonger – of is dat weer net te ijdel? Laten we ons nergens aan hechten. Laten we het onthechten beoefenen. Maar laten we uitkijken onszelf ergens toe te dwingen. Laten we onderzoeken wat voor ons nu werkt.

Je kunt veel leren van een pittige relatie. Ik in ieder geval wel.

De kunst van het oordelen

Ligt in het twijfelen aan iets of iemand.

Boeddha riep op om vooral zijn leringen voor jezelf te onderzoeken op waarheid. Dus hoe doe je zoiets als je gelooft? Als je eenmaal gelooft twijfel je niet meer.

Kunnen we een hedendaagse Boeddha herkennen? Wie gelooft niet in zijn meester, leraar, voorganger, priester, guru? En wie gelooft niet in zichzelf, in zijn eigen overtuigingen? Niet alleen een uiterlijke stem kan ons misleiden maar ook een innerlijke stem.

Goed, je ontmoet een nieuwe Boeddha en ik ben bang dat hij/zij niet zal lijken op Gautama de Boeddha van zo'n vijftienghonderd jaar geleden.

Natuurlijk wel de kern van de zaak maar hij, zal hij/zij lijken uiterlijk (tevens in doen en laten) op Gautama de Boeddha? Zal hij kaalgeschoren zijn, zal jij bedelen langs de deuren om voedsel en dergelijke?

Maar daar zit hij dan, je ontmoet hem onverwachts zittende op een bank in jouw favoriete park, vlakbij je werk. Je eet daar je boterham op. En hij glimlacht naar je en vraagt dan wat je aan het eten bent: 'Wat zit er op uw boterham?' klinkt het bijna nieuwsgierig. Je glimlacht terug en antwoordt: 'Vegetarische leverworst.' 'Is dat dan lekker?' gaat hij verder. 'Gaat wel,' zeg je dan.

Hij is mager en klein. Niet Aziatisch, maar ook geen Europeaan zo te horen. Zijn ogen staan helder in zijn hoofd.

'Geloof je ergens in?' gaat hij verder. 'Ik ben boeddhist,' vertel je hem met zekere trots. Dan zegt hij voor jou geheel onverwachts: 'Je weet toch dat hij dood is?' 'Wie?' zeg je, terwijl je daarbij je bijna verslikt. 'Gautama,' geeft hij als antwoord.

Waarom zei hij dat, dat Gautama dood is? denk je voor jezelf.

Even is het stil en een duif komt nieuwsgierig dichterbij. 'Deze kleine vriend hier, leeft echter!' zegt hij en glimlacht. 'Maar hij is niet verlicht,' reageer je. 'Is deze duif dan niet hier en nu, kijkt hij dan niet hier en nu uit zijn doppen?'

Wat een vreemde opmerking, denk je. 'Boeddha had Mara overwonnen!' zeg je snel. 'Zeker,' antwoordt de kleine man, 'en deze duif is zich van geen kwaad bewust,' en lacht daarbij.

'Het is slechts een duif en geen ontwaakte leraar!'

'Van wie wil je leren, zegt hij dan, van een levende of een dode?' En stapt dan op en groet je daarbij beleefd.

Zonder fijngevoeligheid, zijn we ziende blind en horende doof. En denken we dat ons oordeel oprecht en juist is. Juist een twijfel kan verdieping geven: oordelen als kunst.

De nieuwe mens

Kunnen we wel goed doen, bijvoorbeeld door middel van politiek? Of kan alleen een goed mens goed doen?

In de hele wereld proberen regeringen het beste ervan te maken voor het volk, de schurkenstaten even hier buitengesloten. Misschien wordt de kwaliteit van drinkwater aangepakt. Of betere wegen aangelegd voor het handelsverkeer. Of gewerkt aan betere ziekenhuizen. En dergelijke. Maar al die landen zetten bij een grote oorlog ook het volk in. Politici hebben twee gezichten.

Een goed mens is niet alleen verbonden met zijn directe omgeving maar ook met verdere landstreken en andere landen. Ja, hij/zij voelt zich verbonden met de gehele aarde, zelfs met het oneindige prachtige universum. Hij ervaart niet alleen de schoonheid van een grassprietje maar ook dat van een zonsondergang. Omdat hij ook van dieren houdt, eet hij liever geen vlees. En omdat hij een wereldburger is en niet gebonden aan welk land ook, zal hij niet naar wapens grijpen. Als je geen nationalist bent, voor welk land zal je dan strijden? En omdat zelfs binnen een democratie: misdaad, drugsgebruik, vrouwenhandel, corruptie, milieuverontreiniging, aanwezig is, hoeft men democratie niet te idealiseren.

Doe gewoon goed, als je dat kunt doen maar bind (onderwerp) je daarbij niet aan nationalisme, godsdienst, huidskleur, afkomst. Alle levende wezens op aarde, mens en dier, vermijden lijden. Als je geen leugenaar bent, blijf je verbonden met alles en iedereen. Als er sprake is van liefde in je hart, sta je ook open voor anderen. Als je niet vastzit aan je bezittingen, zal je kunnen delen.

Maar mensen lijken vaak helemaal geen zin te hebben in een ander mens te worden. De politiek moet handelen. Ze stemmen liever op een bepaalde partij. Er wordt liever meer belasting betaald. En als het fout gaat, wassen alle kiezers hun handen in onschuld. Net als de papzak met ijs en chips kijkende naar een voetbalwedstrijd op teevee, natuurlijk er zelf niets aan kan doen, dat zijn favoriete speler die dag zo slecht scoort.

Apathie en gespletenheid beheerst de mens. En daar kom je niet uit als mens(heid) door te beweren dat de oorzaak het brein is. Of te bidden tot Boeddha of tot Christus of tot...Of je ouders de schuld te geven, je opvoeding.

In Nederland, en België, gebruiken zo'n 1,2 miljoen mensen Prozac. Dat is 2,4 miljoen op de 28 miljoen (beide landen bij elkaar). En dan hebben we het hierbij nog niet over het gebruik van wiet en dergelijke. En wat dacht je verder van het drinken van alcohol om te ontspannen en te verdoven?

Goed, we weten onszelf goed te verdoven. Daarom zei de Boeddha ook: het leven is lijden. Nu zijn er veel jongeren die dat lijden niet kunnen plaatsen en vervolgens maar dood willen. Dat lijkt op een soort recht tegenwoordig of vergis ik me hier?

Op het moment dat we het lijden als individu echt onder ogen zien, gaan we ook kijken of dat we daaraan iets kunnen doen als individu. Net als de Boeddha dat deed in zijn tijd. Maar als alles door anderen (politiek, priesters, psychiaters, medicatie

etc.) moet worden opgelost. Zal de goede mens als een bedreigd diersoort geheel uitsterven hier op aarde.

Geloof jij in Boeddha?

Geloof, vind ik een vervelend woord. Je komt dan gauw in een bepaalde godsdienst terecht.

Ik houd van Jezus en ik houd ook van Boeddha. Omdat zij ons als individu en mensheid hebben helpen herinneren aan universele liefde en geweldloosheid. Hun levensverhaal is inspirerend en hun leringen helder.

Ooit vond ik Gautama de Boeddha groter dan Jezus van Nazareth. Jezus was immers geen vegetariër en de Boeddha in principe wel (gaf geen voorkeur aan vlees). Ook sprak de laatstgenoemde op meer mildere toon. Jezus kon mensen echt uitmaken voor addergebroed en hij kon mensen uiteenjagen, zoals dat op een dag gebeurde met de handelaren in de tempel.

Ik leerde bidden en de handen opleggen van de Nazarener. En ik leerde meer liefdevol te zijn voor alle levende wezens door de Boeddha. Toch bleef ik bovenal mezelf. Jezus leerde dat door geloof alles mogelijk is. En de Boeddha dat je gedachten, gevoelens en daden je leven bepalen. Bovenal staat de liefde centraal: dat haat nimmer haat verdrijft.

Er is veel bijgeloof omtrent beide meesters. Sommige boeddhisten beweren dat vrouwen niet verlicht kunnen worden, of, als je verlicht bent door de lucht moet kunnen vliegen. En liep Jezus echt over het water?

Dit doet me aan een vertelling denken uit het leven van Sri Ramakrishna, een Indiase heilige en mysticus uit de negentiende eeuw: Er was een man, een yogi, die zijn hele leven zat te mediteren aan een rivier, om deze lopend over te kunnen steken. Sri Ramakrishna zei hem: Waarom al die moeite, voor een 'kwartje' kun je een pont pakken en oversteken?

Hebben we de Boeddha ontmoet of een verschijning van hem?

Jiddu Krishnamurti beweerde meerdere keren tijdens zijn leven dat hij een licht ervoer, waarvan hij geloofde dat dat de Boeddha zelf was. Zulke verhalen gaan ook de ronde over Jezus de Christus. Wie of wat ontmoeten we dan? Iets van onszelf of is het een objectieve ervaring? K beweerde dat zijn ontmoeting niets te maken had met bepaalde verlangens en/of projectie.

Laatst tijdens een ontmoeting met een journalist werd mij gevraagd of dat ik een christen was, omdat ik met zoveel passie over hem, Jezus, sprak/spreek. Ik legde uit dat ik ook met passie denk aan de Boeddha en Krishnamurti. Trouwens ik heb het helemaal niet met christenen, ik heb helemaal niets met de georganiseerde godsdienst(en). Zoals Gandhi zo mooi wist te verwoorden (uit zijn praktijk): 'Alleen christenen begrijpen niet dat Christus geweldloos was.'

Ja, als er ooit een leraar is geweest in mijn leven die ik volgde dan was het de spirituele rabbi Yeshua. Maar ik heb hem nimmer als mijn redder gezien. Je ziet ook mensen bidden tot de Boeddha als een of andere heilzame godheid.

Natuurlijk mag en kan je geloven in wezens van licht, wel of niet in het vlees. Zeker, ze zijn van zeer grote waarde voor de mens(heid).

Maar wees een licht voor jezelf.

Bestaat er een weg naar de Waarheid?

Ik denk het niet maar er bestaan wel hulpmiddelen. Zoals boeken, discussies, lange wandelingen, juist werk, juiste instelling.

Als er een weg bestaat, dan is er aan het einde van die weg de Waarheid. Maar er zijn zoekers, mensen die jaren hebben gemediteerd en dergelijke en aan het einde van hun weg wachtte slechts de dood.

Wie of wat garandeert jou dat je zal vinden wat je zoekt? Je geloof? De belofte van de meester. Volgens mij staan juist jouw overtuigingen je in de weg. Dat wat voor je ligt vraagt geen overtuiging maar een vrije geest.

Pas als je echt twijfelt aan al je overtuigingen richt de geest zich vanzelf op de feiten. Weet dat een feit geen bepaalde overtuiging is.

Zoals een politieman en een rechter overtuigd kan zijn van iemands schuld maar is zo'n overtuiging dan gelijk aan waarheid? Tegenwoordig worden af en toe oude veroordelingen achterhaald door DNA-onderzoek.

Iets wat we feitelijk weten, vraagt geen nader onderzoek. Zoals het buiten nu kan regenen. Wie zal daar dan een discussie over gaan houden? Maar je kan wel overtuigd zijn dat het morgen ook gaat regenen.

Toen ik direct zag dat ik de persoon was en de waarnemer van de persoon en dat deze niet van elkaar verschillen, zag ik dat direct zonder enige twijfel.

Ik zag vervolgens op dat moment hoe de persoon en de waarnemer tegen elkaar wegvielen. Ik zag hoe het innerlijk conflict eindigde. Wat overbleef was de ongeconditioneerde geest: keuzeloos gewaarzijn.

We geloven dat naast ons innerlijk conflict (ik-en-mezelf) zoiets bestaat als keuzeloos gewaarzijn. Maar dat is een vergissing. Er bestaat zoiets als transformatie maar niet zoiets als een zogenaamd 'zelf' naast of in ons menszijn.

Denk maar aan de rups die zal veranderen in een vlinder. Naast de rups bestaat geen vlinder, deze laatstgenoemde openbaart zich door verandering, transformatie. Geen weg met een rups, en een vlinder die wacht op de rups.

Het is de chaos onderkennen, direct zien en begrijpen. Dromen over een leven zonder chaos is niet het antwoord.

Jij bent de chaos en deze proberen weg te poetsen helpt niet. Boeken en discussies en ... kunnen vingerwijzingen zijn. Maar zien door de ogen van iemand anders of zien door een bepaalde overtuiging, is beslist niet hetzelfde als direct door te dringen in dat wat voor ons ligt. Aan vrijheid gaat vrijheid vooraf. Ja, er is geen weg naar de Waarheid.

Advaita nader bekeken

De ultieme werkelijkheid: I Am That, Ik ben Dat. Tat Tvam Asi, Gij zijt Dat. De druppel en de oceaan: de druppel is niet anders dan de oceaan.

Je bent dat wat nooit verandert (onpersoonlijke Brahman). Alles manifesteert zich in Dat. Het gemanifesteerde is een illusie.

Maar je bent ook het gemanifesteerde, de mens, de persoon. Je kunt 'God' realiseren als het ware zelf.

Maar ik zeg je: het gemanifesteerde is in geen één opzicht minderwaardig aan het niet-gemanifesteerde. Het denken, ons ego, onze onwetendheid, vergelijkt en trekt conclusies.

De zon is door de eeuwen heen aanbeden maar ook de aarde. Is het theekopje belangrijker dan de thee? Is de man belangrijker dan de vrouw?

Je bent alles.

Zijn en niet-zijn.

Het eeuwige en het tijdelijke.

Als Brahman kennis is. Niet ervaren kan worden, omdat het geen object is. Dat Brahman weten is.

Dat je weet dat je de ultieme werkelijkheid bent.

Dat je je Zelf niet kunt observeren.

Ik-Ben, ultieme werkelijkheid.

Dat het geobserveerde de illusie is, omdat je niet dat bent.

Waar zit in dit verhaal/filosofie de liefde dan? Dat God liefde is. Dat liefde het allerbelangrijkste is.

Maar als weten er eerst niet was voor jou en nu wel, dan is het wel degelijk ook een of ander object binnen jouw wereld.

Ik omvat niet-weten en weten.

Ik ben simpelweg wat is en dat is wat ik waarneem: de waarnemer is het waargenomene. Alleen dan, en alleen dan verdwijnt het innerlijk conflict van: ik-en-mezelf. Alleen dan zal er sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn: waarin alles en niets een rol speelt. Dit noem ik dan: volledige non-dualiteit.

Liefde stroomt door het individu

Hier en nu jezelf verdedigen (in je huis of op straat) is iets anders dan deelnemen aan georganiseerde moord, of dat je je nu aansluit bij criminelen (drugsoorlog) of aansluit bij een land, om oorlog te voeren tegen een ander land.

We organiseren alles dood: zoals gezellig een balletje voetballen of gezellig een potje schaken of lekker schaatsen op het ijs of lekker joggen, en zo meer.

We hebben ook de Boeddha en Christus gedood met onze organisaties. De Boeddha is niets anders dan de leer, hier en nu te beoefenen. Dat geldt ook voor de Christus, simpelweg zijn leer van liefde en vrede na te leven.

Gewoon als een goed mens leven, hebben we dood georganiseerd met politiek in ons leven. We vragen anderen voor ons goed te doen. En als politieke partijen hun beloften niet waarmaken, wassen we onze handen (de kiezer) in onschuld.

Het leven vindt hier en nu plaats. Je kunt niet ergens in de toekomst gevoelig zijn voor dit moment. Ook niet door in het verleden (godsdiens-traditie) te leven kan je hier en nu zien wat voor je ligt.

Het willen organiseren van iets, kan gauw uitlopen op het kwaad van verafgoding: bijvoorbeeld, miljoenen betalen voor iemand die een flink balletje weet te trappen of heel goed weet te schaken of wat dan ook. Het is toch volkomen absurd dat we bepaalde mensen zo nalopen, verafgoden en belonen?

Ik verwerp nadrukkelijk het goede binnen politiek, omdat binnen politiek enkel het ene minder slecht is dan het andere maar het goede is er niet te vinden.

Slechte en berekende mensen kunnen niet goeddoen, dat kunnen enkel goede (integere) mensen.

Ook zoals een wijs man ooit zei: 'Een meerderheid van stemmen kan van een ezel geen paard maken.'

We lijken wel massaal bang te zijn voor onszelf, hier en nu, wat we werkelijk zien en voelen.

Dan heb ik het niet over haat en afgunst, maar dat we zien dat alle wezens naar geluk zoeken. Dat we enkel door elkaar spontaan en oprecht tegemoet te komen, met elkaar als samenleving tot bloei kunnen komen.

Zowel de Boeddha als de Christus waren geen staatslieden maar verlichte wezens. Zagen liefde als het enige middel dat haat verdrijft. Ook leerden zij geen oorlog en geweld.

Toen China Tibet had bezet riep de geestelijk- en politiek leider van Tibet (de gevluchte Dalai Lama) zijn volgelingen op niet verder te reageren met oorlog op deze bezetting. Dat dwong over de hele wereld bewonderen af. Ook ik kreeg op die manier bewondering voor de Dalai Lama.

Ik ben zelf een erkend dienstweigeraar maar begrijp wel dat ik 9 jaar daardoor, voorafgaande, een (geweldloze) strijd had met de Raad van State.

Ook geloof ik niet dat we kunnen beweren geweldloos te zijn en wel gewoon vlees eten.

Dat ik mezelf zal verdedigen op straat, is de vraag. Maar het grootste kwaad zit hem in het uitbuiten door van alles per se te willen organiseren.

Omdat ik nog nooit gestemd heb, op welke politieke partij ook, wil niet zeggen dat ik aan de kant van de samenleving sta te kijken, hoe van alles misgaat.

Je kunt als individu meer goeddoen dan je denkt maar wie wil, en durft, er nu alleen te staan in waarheid?

Een stapje verder...

De advaita-filosofie is behoorlijk populair hier in het Westen. Het werd hier vooral bekend door de boodschap van Sri Ramana Maharshi en Sri Nisargadatta, bekende Indiase leraren uit de vorige eeuw. Alexander Smit werd misschien Nederlands bekendste advaita-leraar. Hij was een leerling van Nisargadatta, die bekend werd door zijn boek *Ik Ben*.

In de advaita-beweging is iedereen verlicht. Want onze ware natuur is immers God/atman/bewustzijn/niets/... Jij bent Dat. En wat valt er dan nog verder te doen? Jij bent de ultieme werkelijkheid, dat geen bepaalde ervaring is.

Maar toch?

Natuurlijk kennen we het gedachtegoed dat God in iedereen is en dat de innerlijke vonk niet verschilt van het kosmisch vuur. Dat de druppel en de oceaan een zijn. En dergelijke.

Dit doet me echter denken aan een stenen kruik, die een innerlijke en uiterlijke ruimte heeft. Laten we zeggen dat we deze stenen kruik zijn. Dat alle stenen kruiken geloven in een innerlijke ruimte en een oneindige uiterlijke ruimte. Voor mij is deze kruik de body-mind.

Op een dag breekt de stenen kruik in tientallen stukken. En verdwijnt direct de innerlijke- en uiterlijke ruimte: is er enkel nog sprake van ruimte. Eigenlijk bestond de illusie van een innerlijke- en uiterlijke ruimte door de aanwezigheid van de stenen kruik (body-mind).

Laat staan dat in jouw denken, in jouw filosofie, de uiterlijke ruimte de waarnemer is.

Maar deze stelling heeft te maken met de stenen kruik, nietwaar?

In werkelijkheid is er geen uiterlijke waarnemer. En bestaat er geen object. Als onze geest transformeert, ontwaakt, valt de waarnemer en het object tegen elkaar weg. Zal er sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn. Ik-en-mezelf of uiterlijk en innerlijk bestaan dan niet langer.

Met ander woorden: praten over een innerlijke en uiterlijke God of praten over de druppel en de oceaan is het ontbreken van de waarheid.

Mogelijk bedoelde de Boeddha dat ook met anatman (geen-zelf).

‘Een cursus in bladzijden’

‘Sommige noten die gekraakt worden geven voeding anderen kosten je je gebit’

In zijn boek *Jezus & de Yogi* beweert (of suggereert) Wolter A. Keers dat Jezus homo was. De volgeling van Keers, Jan van Delden gelooft in het dikke boek *Een cursus in wonderen*. Beide heren castreren op hun eigen manier de timmerman en groot leraar Jezus van Nazareth.

Die, in mijn ogen, een mens was van liefde en waarheid. Juist omdat hij geen blad voor zijn mond nam werd hij tot de dood veroordeeld, door de in zijn tijd heersende hypocriete Joodse geestelijke macht.

Het is bekend dat mensen die *Een cursus in wonderen* aanhangen, confrontaties zoveel mogelijk uit de weg gaan. Hun binding met waarheid is dan ook niet zo sterk. Het is waar, dat liefde bovenal het belangrijkste is maar maakt van haar volgelingen slechts watjes en een elitair zootje, zogenaamde spirituele mensen, zoekers en leraren zonder enige ruggengraat.

Het Woord dat is neergedaald, zo’n tweeduizend jaar geleden, is het fonkelende zwaard van liefde en waarheid. Zonder liefde wordt en is praten zinloos en zonder waarheid is liefde zonder enig karakter.

Liefde is vergeven en waarheid de confrontatie met je eigen doen en laten. We kunnen onmogelijk ontwaken zonder beiden.

Zoals er zo mooi staat in het (vorige eeuw ontdekte) evangelie van Thomas, woorden van Jezus: ‘Lieg niet en doe niet wat je haat.’

Levende vanuit je hart en volledig verantwoordelijk.

Bestaat het ego? En wat is het dan?

In mijn ogen ben je alles, dus ook iedere hersenschim. Maar je kunt wel onderscheid hebben, zoals je het verschil behoort te weten tussen een broodje poep en een broodje gezond.

Het ego is het vuiltje in ons oog. Het steentje in onze schoen. Op die manier dien je dus geen respect te hebben voor je ego: je verwijdt het.

Maar er zijn mensen die het ego geheel ontkennen. En dat is gevaarlijk. Het bestaat wel degelijk. Zoals Mara (duivel) besproken werd en wordt in het levensverhaal van de Boeddha. Hij overwon de verleiding en misleiding in zijn leven. Onderken het ego, dat er iets is wat niet van waarheid en liefde houdt.

Het ego voedt zich met leugens, begeerten en haat. Het is een bundeling van herinneringen die ons leven probeert te beheersen. De haat van hen die vijandige gevoelens koesteren als 'Hij heeft me uitgescholden, me aangevallen, me verslagen en me beroofd', komt nooit tot bedaren. – Dhammapada, canto 1:3.

De Boeddha adviseert, leert als geneesmiddel: 'Haat komt nooit tot bedaren door haat; door vriendelijkheid komt haat altijd tot bedaren – en dit is een eeuwige wet.' – Dhammapada, canto 1:5.

Er is veel haat in ons leven.
Het denken is er vol van.
Dit denken komt niet door zichzelf tot rust.
Zeker niet als je zegt dat er geen kwaad bestaat.

Zoals een verslaafde eerst zijn verslaving dient te onderkennen om er vervolgens een einde aan te kunnen maken.

Sommige mensen beweren dat liefde de enige realiteit is. Zeker, maar ook waarheid maakt deel uit van wat liefde werkelijk is. Vaak zijn mensen die geloven dat liefde de enige realiteit is bang voor confrontatie. Bang voor geschreeuw. Bang voor akelige feiten. En dergelijke.

Maar het was de Boeddha die (vijfentwintighonderd jaar geleden) dood, ziekte en ouderdom niet uit de weg ging. Door deze confrontatie begon zijn grote zoektocht. Bestaat er een antwoord op ons lijden?

Hij ontwaakte en dat was niet toevallig.
Hij werd niet alleen een vriendelijk, liefdevol wezen maar ook spreker van waarheid.
Het ego was gedooft, zoals een vlam.
Laat het verleden los, wees een licht voor jezelf.

Geen enkel geloof kan ons wezenlijk veranderen als dat geloof niet ook vol is van liefde en waarheid.

Het prediken van geweld als een oplossing betekent dat we de innerlijke Boeddha (of Christus) geheel niet kennen. Niet dat er iets in ons is, een zogenaamd ander zelf. Maar dat onze geest een andere koers kan varen, die mogelijkheid zit ook verscholen diep in onszelf.

Leven in vrijheid

Als er nog sprake is van een waarnemer in de vorm van ik en mezelf, zijn we innerlijk niet echt vrij. En als er sprake is van een onbewust leven, dat we alles op de automaat doen zijn we als mens ook niet werkelijk vrij.

De mens wordt beperkt door de waarnemer. En de waarnemer wordt beperkt door zijn eigen aanwezigheid in de vorm van: ik en het andere.

Pas en alleen dan, als de persoon en de waarnemer tegen elkaar wegvallen, zal het innerlijke conflict (gespletenheid) eindigen. Weet, dat ik hier met de persoon alles bedoel: gedachten, gevoelens en het lichaam. Het object van waarneming. Als ik-en-mezelf (waarnemer en object) denken, geloven we werkelijk te kunnen veranderen, want er is immers een waarnemer die de touwtjes in handen heeft, nietwaar? 'Ik controleer de wereld.'

De Boeddha verwierp het idee, geloof van een ego. Hij sprak juist over het uitblussen van het ego. Zoals een vlam kan uitdoven. Dit uitdoven noemde hij, omschreef hij met 'nirvana'. Zelfs Yeshua (Jezus) wees in die richting met de woorden: 'Niet mijn wil maar Gods wil geschiede.' Beide leraren spraken over universele liefde. Een liefde die verder gaat dan eigen groep en familie.

De innerlijke waarnemer, onderscheidt zich dus van het object, de mens, hier en nu. In onze ivoren toren tussen onze oren voelen we ons veilig.

De schrijver hier is geen filosoof of een volgeling van een bepaalde godsdienst. Maar ik denk wel degelijk na en heb ook een zeker geloof in mijn leven, als ik bijvoorbeeld naar de bakker ga en geloof dat deze open is (misschien is de bakker die dag en uur wel toevallig dicht door omstandigheden, nietwaar?). Zonder geloof zou ik mijn deur niet uitgaan.

Ook de Boeddha vroeg aan de luisteraars in hem te geloven. Niet door hem als een autoriteit te beschouwen maar simpelweg vertrouwen te hebben (geen blind vertrouwen). Net als je aan iemand de weg vraagt... 'Bedankt,' zeg je dan en volgt de aanwijzingen. Goed, we geloven allemaal en aan eens goed nadenken kleeft niets verkeerts.

Een filosoof verwacht te veel van het denken en een godsdienstige volgeling verwacht te veel van zijn geloof. En het is het ego dat zoiets beslist, dat iets belangrijk is. Vanuit het innerlijk (dit gespleten zijn) regeert men zichzelf, zagezegd.

Als de mens en de waarnemer van de mens tegen elkaar wegvallen, zal er sprake zijn van keuzeloos gewaarzijn. De waarnemer en het object zijn niet verschillend. Als waarnemer beperken we onszelf, het ego is nimmer onschuldig. Onschuld schuilt in keuzeloos gewaarzijn, een geest gericht op feiten. Pas en alleen dan, als de waarnemer het waargenomene is, zal de lotus opengaan.

Staat de wereld in brand?

Als je militaire dienst weigert kan je geschopt en geslagen worden, ja zelfs vermoord. Je wordt dan opeens een landverrader genoemd: en niemand wil dat natuurlijk horen, ook niet de ouders van.

Maar als je de oorlog ingaat met al je angst en haat, kun je kapot worden geschoten of ernstig gewond terugkomen, nietwaar? En als held worden binnengehaald, om weer spoedig te worden vergeten.

Vrede heeft ook zijn prijs maar niet die van angst, haat en gruweldaden. De verheerlijking van geweld heeft alles te maken met de afgunst en haat in ons hart, nietwaar?

Iedereen spreekt over vrede maar jarenlang heeft niemand militaire dienst geweigerd of daartoe opgeroepen. Zoals ouders die hun kinderen niet willen verliezen maar hun kinderen wel naar het front laten gaan.

Zullen we nu dan niet oogsten wat we zelf gezaaid hebben?

Zen zonder zen

Zoiets als een discipel zijn van de Boeddha zonder jezelf een boeddhist te noemen of tot een bepaalde orde te horen. Vaak verliezen we ons in de organisatie en de belangen daarvan en vergeten we helemaal de waarheid te volgen.

Zoals een ouder kan zeggen tegen zijn kind: 'Heb ik je dan niet alles gegeven?' ... Maar was de ouder daar wel zelf voor het kind en de opvoeding?

Tweeduizend jaar geleden stond er een enorme tempel in Jeruzalem, een van de grootste, duurste en mooiste bouwwerken in die tijd. De spirituele Joodse macht stond in hoog aanzien. Maar Yeshua (Jezus) noemde hen witgepleisterde graven: van buiten wit maar van binnen rot. Ook de Essenen in die tijd geloofden niet in die Joodse machthebbers met hun, over de wereld zo bekende, tempel.

Van de Boeddha weten we dat hij geen god wilde zijn. Niet aanbeden wilde worden. Maar op aarde zijn van hem de meeste beelden vervaardigd, nietwaar? Je ziet zo'n beeld vaak voor een raamkozijn staan of als een soort van tuinkabouter in het groen. Ook zijn er geweldige grote bouwwerken verrezen betreffende Gautama Boeddha en het boeddhisme. Waar o.a. gemediteerd wordt, gebeden en wierrook gebrand. Boeddha als een god/God?

Om bewust te leven, zoals binnen het zenboeddhisme, bewust de afwas doen, bewust lopen, in bewustzijn zitten (met andere woorden: leven met aandacht), heb je daarbij dan kloosters nodig? Zentuinen? Zenmeesters? Krishnamurti zei ooit eens: 'Je hoeft geen boeddhist te zijn of te worden om geen vlees te eten.'

Goed, het klopt dat de Boeddha sprak van de drie juwelen: Boeddha, dharma en sangha. En Yeshua had het over het geloof in hem, het evangelie en de gemeente. Yeshua waarschuwde vaak zijn volgelingen niet 'de eerste liefde' te vergeten. De liefdevolle relatie met hem. Want dat deden ze, de volgelingen, heel vlijtig maar eigenlijk vergaten ze het belangrijkste. Zoals Judas het een verkwisting vond dat kostbare olie werd gebruikt voor de voeten van zijn meester: die olie kon beter verkocht worden en van dat geld armen geholpen worden.

Goed, zen zonder zen. Met aandacht leven zonder ook maar een keer te denken aan de leringen van de Boeddha.

Is er om te zitten, geloof nodig?

Uitkijken naar Maitreya

Maitreya is de naam van de volgende Boeddha. Vele boeddhisten geloven dat na Siddhartha Gautama Boeddha een nieuwe Boeddha zal komen, en die voor vrede zal zorgen op aarde.

In de vorige eeuw werd zijn of de titel – tijdelijk – gebruikt door o.a. Jiddu Krishnamurti, Osho en een bepaald mystiek figuur verkondigd met die naam door Benjamin Creme. De Joden geloven in de Messiah en Hindoes in de Kalki Avatar, ook grote geestelijke figuren die nog behoren te komen en naar verluidt vrede zullen brengen. Zowel christenen als moslims geloven in de wederkomst van Jezus als de Messias.

Misschien beweert je buurman wel, dat ie de Maitreya is. Wie weet? Alleen zei Jezus in zijn tijd, dat vele mensen zouden komen die zich zouden presenteren als de wedergekomen Christus maar het niet zullen zijn. Weet, dat de nodige mensen Maitreya en Christus in een adem noemen.

Aan Krishnamurti werd eens gevraagd, dat ie de Christus was? Toen antwoordde hij met: Als ik zeg dat ik hem ben en iemand ander zegt van niet, dat K. hem niet is, wie zal u dan moeten geloven?

Ik geloof persoonlijk dat Maitreya de geest van Boeddha is die opnieuw zal worden opgepakt. Zoals een geur kan worden geroken. Dat de dharma van de Boeddha opnieuw zal worden begrepen, niet door de ogen van bijvoorbeeld de Tibetanen of boeddhisten uit Thailand maar dat begrippen als innerlijke vrede, vriendelijkheid, geweldloosheid,... opnieuw spontaan massaal zullen worden onderkend en gewaardeerd.

In deze tijd van oorlogen, zelfvervulling en uitbuiting van de planeet kan het wel eens zo zijn, dat we opeens zullen kiezen voor een geheel andere koers. Misschien verwijzen anderen dan weer daarbij naar de Christusgeest.

Ik weet, dat de verwachtingen vaak door de eeuwen heen hoog gespannen zijn geweest. Maar het blijft een feit dat de boodschap van de Boeddha en de Christus gaat over een innerlijke transformatie en zoals Krishnamurti heeft gezegd: de samenleving is een afspiegeling van ons innerlijk.

Ik denk dat steeds meer mensen gevoelig zullen worden voor de kern van de dharma en de kern van het evangelie.

Misschien geef ik hiermee een sprankje hoop:

Chaostheorie en... de Nieuwe Wereld?

‘Een belangrijk aspect van de chaostheorie is de gevoeligheid voor beginvoorwaarden. Dit betekent dat een zeer kleine verandering in de beginwaarden van een systeem binnen een eindige tijd tot grote veranderingen kan leiden. Dit wordt vaak geïllustreerd met het zogenaamde vlindereffect: de vleugelslag van een vlinder in Amerika kan uiteindelijk leiden tot een orkaan in Europa.’ (Bron: Bing AI.)

Betekent dit mogelijk dan ook, dat een innerlijke transformatie van een enkeling ('Maitreya'?) een groot gevolg kan hebben op de gehele samenleving?

Liegen, we doen er allemaal aan?

Denk maar aan het 'leugentje om bestwil'. En als we kleine kinderen zeggen dat Sinterklaas bestaat en dergelijke. De gelovigen van de Boeddha en de Christus liegen niet. Vroeger biechtten iedere dag men aan elkaar alles op. In het begin leek alles zo onschuldig en zuiver te zijn: immers gaat het om de geest te zuiveren, innerlijke verlichting.

Vroeger waren de volgelingen gelijk voor elkaar, tot dat het hiërarchische en het politieke denken zijn intrede deed. Zelfs zenkloosters kunnen gebukt gaan onder een bepaalde hiërarchie. Wat vooral opvalt binnen godsdiensten in het algemeen dat vaak vrouwen een 'tweederangs' plaats innemen.

Niet liegen zorgt ervoor dat we liefde voor de waarheid hebben. En het is de waarheid dat ons zal vrijmaken, nietwaar? Opscheppen en liegen over bepaalde geestelijke ervaringen kunnen velen onder ons onnodig misleiden, vind ik.

Zoals het boek *De Meesters van het Verre Oosten*, van Baird T. Spalding, in mijn ogen slechts een spirituele roman is. Maar dit boek uit 1924 wordt nog altijd uitgegeven of dat het een waargebeurd verhaal is. Door de eeuwen heen zijn er veel verhalen in de omloop gekomen dat pure verzinsels zijn en dat vind ik heel jammer, omdat ze als waar worden aangenomen. Zoals de *Protocolen van de wijzen van Sion*, uit 1903, die spreekt van dat er een Joodse samenzwering is om de wereld te overheersen. Onderzoekers zien het als een fictief verhaal maar zelfs in deze tijd, zoals door de Hamas, wordt het als historische literatuur beschouwd.

Je ziet bijvoorbeeld hedendaagse christelijke gelovigen zweren op de Bijbel. Terwijl in diezelfde Bijbel staat, woorden van Jezus: 'Maar Ik zeg u: Zweer in het geheel niet, niet bij de hemel, want dat is de troon van God; niet bij de aarde, want dat is de voetbank van Zijn voeten; en ook niet bij Jeruzalem, want dat is de stad van de grote Koning. Ook bij uw hoofd mag u niet zweren, want u kunt niet één haar wit of zwart maken; maar laat uw woord ja ja zijn en uw nee nee; wat hierboven uitgaat, is uit de boze.' (- Mattheus 5:37.)

Kunnen we nog wel zijn als kleine kinderen? Open, oprecht en eerlijk. In mijn ogen kunnen we niet tot de Waarheid komen als we tegen onszelf en anderen blijven liegen. Je kunt onmogelijk het (innerlijk) conflict beëindigen als er geen liefde, oog is voor wat er feitelijk aan de hand is.

Het leven is pijnlijk, nou en?

Wie is er niet gevallen als klein kind op straat? Of niet uitgescholden? En dergelijke. Maar hoe reageerde jij en de omgeving (opvoeders) daarop?

Is lichamelijk en geestelijk lijden een absoluut taboe?

Als je kiespijn hebt, bel je een tandarts. Maar helaas kan dat niet iedereen! Ook heeft niet iedereen een opvoeder in zijn/haar omgeving die komt met een goed advies, wanneer je bijvoorbeeld gepest wordt.

Veel leed in deze wereld is fysiek, door: ziekte, gebrek, geweld, mishandeling,... Ook voelen we ons mentaal lijden, door: dat mensen kwaadspreken over ons, dat we bepaalde gebeurtenissen niet kunnen vergeten, door dat we de ervaring hebben dat er niet echt naar ons geluisterd wordt...

Wijze mannen en vrouwen (waar ook ter wereld) hebben door de eeuwen heen, altijd gewezen op het feit dat we het lijden in ons leven kunnen doorbreken.

Door samendelen, heeft iedereen meer en niet minder.

Door het beoefenen van liefde en vergeven.

Door niet te kiezen voor militaire dienst en oorlogsvoering.

Door geen dieren te doden voor de consumptie.

Door meer groenten en fruit te eten.

Door je te laten inspireren door de natuur in de plaats deze uit te buiten.

Door gezond, voldoende lichamelijk te bewegen.

Enzomeer.

Het zoeken naar lichamelijke en geestelijke balans in ons dagelijks leven is van groot belang. Anders gaan we steeds meer zoeken naar medicatie.

Wandelen in de natuur moet niet gezien worden als medicatie, want dan ben je al ver heen.

Ook de nodige gezonde beweging van het lichaam, behoort niet gezien te worden als een medicijn maar gewoon als normaal, als onderdeel van.

Ook de waarheid spreken en niet liegen is mentaal gezond (en niet iets alleen voor onder ede).

Met andere woorden: leven we in balans of leven we er enkel op los, zodat we uiteindelijk gaan smeken, roepen, om verlossing?

De Boeddha wees op de middenweg: het vermijden van uitersten in je leven: kijk uit met zelfvervulling maar kijk ook uit met zelfonderdrukking. En dat vraagt om wijsheid, inzicht. Een geest die gericht is op feiten inplaats op fantasieën en goedkope oplossingen, nietwaar?

Balans staat voor zelfkennis en zelfkennis voor balans.

Wat is er gebeurd met de geestelijke rebellie van de vorige eeuw?

Jiddu Krishnamurti en Osho (Bhagwan) lieten van zich horen. Bekritiseerden de georganiseerde godsdiensten en de politiek in wereld. Nu lijken we een kant te hebben gekozen. We zijn ergens voor of tegen maar niet tegen de gehele georganiseerde godsdiensten en bekritisieren niet alle politici. Zijn we dan zo besmet geraakt? Zoals iemand besmet raakt door drugs, kiest voor softdrugs of harddrugs.

Ik huil om dit slappe gedoe en veeg mijn tranen hierbij weg. Mensen lijken macht belangrijker te vinden dan waarheid, waar dan ook. In de vorige eeuw leefden vele spirituele kopstukken ook al bleken enkele daarvan te sneuvelen door roddels of schandalen. De lezer hier zal vast wel zijn eigen favoriete leermeester hebben, vrouwelijk of mannelijk.

Tegenwoordig lijkt alles zich wel te verliezen in de hang naar politiek. We zijn dan echt vergeten waar de werkelijke kracht ligt. In de mens zelf. Zoals Christus zei: 'Mijn rijk is niet van deze wereld.'

Innerlijk kunnen we transformeren. We kunnen echt het verschil uitmaken in de wereld van vandaag. Als we maar echt zien en begrijpen waar de werkelijke liefde en intelligentie zit.

Een heel brood (lees mensheid) heeft maar weinig zout nodig om op smaak te komen, nietwaar? Jiddu Krishnamurti moet hebben beweerd: 'Als vijf mensen zouden zijn als hem, dat dat voldoende zal zijn om een verandering in de wereld te bewerkstelligen.'

Ik weet zelf niet het juiste aantal, wat een omslagpunt zou kunnen betekenen.

Als het water borrelt, zegt dat nog niet dat het echt kookt. Ook al is het dan al 95 graden Celsius, nietwaar? Die 5 graden maakt dan het verschil uit!

Zoals Mahatma Gandhi zei: 'Wees zelf de verandering die je in de wereld wilt zien' En hij was iemand die wist waarover hij sprak.

Geweld is daarbij niet de weg! Dat leerden de Boeddha en de Christus ook niet, geweld als antwoord.

De enige ware revolutie is innerlijk, nietwaar?

Zijn we God of ontwaakt?

Boeddha wees het godzijn van de hand. Zelfs de goden waren en zijn onderworpen aan de wet van karma, aan het rad van wedergeboorte. Pas als je ontwaakt, het zogenaamde zelf uitblust, zul je je ware rust vinden.

Vanzelfsprekend ontkende Siddhartha Gautama niet zijn eigen aanwezigheid. Maar er is geen apart zelf, iets in de mens. Hoogstens het ego van de mens. Een bundeling van gedachten en verlangens. Je kunt namelijk denken, geloven dat er een god(delijke vonk) in jou huist maar is dat feitelijk ook zo? Vroeger dachten we dat het middelpunt van het heelal de aarde was...

We zijn potentiële boeddha's maar innerlijk zal je niets vinden. Zoals in het zaadje van een appelboom geen boom zit, als je het zaadje openmaakt, zie je niets, behalve dat zaadje, toch?

Er is wel eens een beeld gevonden van klei, met een heuse gouden boeddha erin! Maar zo is het niet met de mens van vlees-en-bloed.

We zijn leeg maar het ego kan ons daarbij misleiden.

In de tijd van de Boeddha werd ook het atman onderwezen maar de Boeddha onderwees dat niet. Volgens de Indiase filosofie heb je atman en Brahman, zoals je een vonk hebt en het vuur of een druppelwater hebt en de oceaan.

De innerlijke vonk (atman) is een met Brahman, een en hetzelfde.

Maar Siddhartha bood niet deze hoop. Zei niet dat je er was, innerlijk. Want hij bood het pittige en praktische achtvoudige pad aan.

We dienen ons te ontdoen van het zogenaamde innerlijke zelf. Dat je niet meer in de wereld staat als: ik en de wereld, ik en de ander.

Als je leeg bent, kun je vol zijn van het moment. Kun je vol zijn van het leven zoals het is. Kun je van moment tot moment leven, zonder dat daarbij nog iets is in jou om zich ergens aan te hechten. Er is niemand en toch ben je volledig aanwezig. Niet apathisch maar met liefdevolle vriendelijkheid.

Amen.

Een en Niet-Twee

Er zijn mensen die denken het bewustzijn te zijn.
En er zijn mensen die denken het lichaam te zijn.
Maar kun je deze ook beiden zijn?

Kun je het onsterfelijke, oneindige en het beperkte en sterfelijke zijn?
Is de vis enkel de vis of ook de oceaan waarin hij leeft?
Hoe komt het toch dat we het een wel willen zijn en niet het andere?
Als je beiden niet vergelijkt met elkaar maar simpelweg ervaart, waar ligt dan nog de scheiding in?

Als je opgaat in bijvoorbeeld een heerlijke vrije partij, denk je dan nog wel dat je enkel bewustzijn bent? En niet dat sterfelijke wezen.
Als je opgaat in bewustzijn of stilte zelf, denk je dan nog wel aan je menszijn? Dat je eigenlijk sterfelijk bent, overeenkomstig je geloof.

Waarom scheiden we deze zaken door ons geloof? Het geloof of ons denken dat zegt dat we enkel... zijn.
Als je de wereld bent die je waarneemt, van moment tot moment, waar ligt dan het probleem?
Past de spiegel zich niet altijd aan, aan zijn inhoud?
Ligt ons zogenaamde Zelf niet juist verborgen in alles en niets?

Maar mensen geloven in een zelf, als een brein of een onafhankelijk bewustzijn.
Zoeken een soort van zekerheid. 'Ik ben dat.' ... 'Ik ben boeddhist.' ... 'Ik ben atheïst.' ... En dergelijke.
Als je alles bent, als de waarnemer en het waargenomen een zijn en niet-twee, zal er dan nog wel sprake zijn van oorlog en onderdrukking op aarde?
'Ik ben Nederlander en moslim.' ... 'Ik ben Joods...' ...

Als je geest slechts gevoelig is voor feiten en je geen psychologische zekerheid zoekt, waardoor zul je dan nog afgescheidenheid ervaren?
Weerkaatst een spiegel niet even makkelijk een ongelovige als een gelovige? Of een boom als een steen? ...
Kan een spiegel in strijd zijn met zijn inhoud?

Als ons bewustzijn geen verzet pleegt door onwetendheid, zullen we direct zien, dat we alles zijn. Ik ben de wereld die ik waarneem. Probeer dat 'ik' niet vervolgens te scheiden van de wereld. Zoals een golf niet te scheiden is van de oceaan.
Er is geen 'ik'. Slechts zijn, aanwezig zijn. Heel zijn, totaal zijn.

Weet, dat keuzeloos gewaarzijn geen aparte werkelijkheid is maar onze werkelijkheid.

Ik ben, is geen egotrip. Je kunt niet naar keuzeloos gewaarzijn verlangen en het dan bereiken. Als de mens en de waarnemer van de mens tegen elkaar wegvallen, zal er sprake zijn van een innerlijke transformatie. Dan pas zal er sprake zijn van een psychologische revolutie.

Amen.

Faalde Jiddu Krishnamurti?

Mensen die van hem houden, vrienden, zouden deze vraag als aanmatigend kunnen ervaren. Het is beslist geen aanval op hem. Maar een kritische blik op zijn leven als spreker van de waarheid. Waarbij niemand verlicht werd: 'Niemand heeft mij begrepen,' zei hij dikwijls.

Krishnamurti had een sterke band met de Boeddha, die hij zelfs op latere leeftijd nog zag als een volledige spontane aanwezigheid (niet opgeroepen door verlangens, geen projectie). Hij zei net als de Boeddha: 'Wees een licht voor jezelf.'

Boeddha had echter wel toegewijden om hem heen die ontwaakten. Krishnamurti echter niet. Toch beweerde hij dat hij dezelfde boodschap had als de Boeddha. In Sri Lanka (boeddhistisch land) was Krishnamurti ook populair, waar hij gezien werd als een nieuwe boeddha.

Wat ontbrak in zijn boodschap, waarin schoten zijn leringen te kort? Ik zal hier mijn antwoord nauwkeurig omschrijven:

Op de eerste plaats was Krishnamurti zeker ook een heel fysiek mens: hij deed aan lichaamsyoga, hij maakte dagelijks lange wandelingen, at en dronk beslist niet alles, en wees seks niet af in zijn leven. Dat laatste kostte hem opeens veel aanhang, toen dit gegeven openbaar werd, bekend bij het grote publiek.

Hij was een mens die sterk verbonden was met de natuur, dus tevens zijn lichaam. Hij zag de natuur als een wezenlijk onderdeel van de mens en zijn heelheid.

Maar zijn boodschap leek wel voer te zijn voor alle intellectuelen, waar ook ter wereld. Zijn uitspraken over het niet volgen van een guru of welke autoriteit dan ook, werden gunstig ontvangen. Zelfs dat hij methodes voor de geest afwees: 'De waarheid is een land zonder paden.'

Boeddha echter (die ongeveer vijfentwintighonderd jaar eerder leefde in India en Nepal) kon wel gevolgd worden en hij bood wel een weg aan. Toch wilde hij niet op basis van autoriteit worden gevolgd, iedere volgeling diende alles voor zichzelf te onderzoeken op waarheid.

Ik zie veelvuldig mensen Krishnamurti op een voetstuk zetten en zichzelf daarbij minachten als geestelijk wezen. 'Beslist geen Krishnamurti.' Ook lijkt het erop dat deze groep van vrienden en geïnteresseerden de fysieke kant van Krishnamurti onderschat. Hij rookte niet en at vegetarisch.

Als je alles van hem alleen maar intellectueel bezielt en benadert, kom je heel gauw vast te zitten tussen je oren, opgesloten in je eigen ivoren toren van gelijk.

Je kunt Krishnamurti overal gelijk in geven: niemand volgen, geen methodes, geen rituelen, enkel jezelf observeren. We missen het fysieke lichaam binnen ons intellectueel geneuzel. We missen de rots, we missen de afdaling in ons fysieke bestaan.

Voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet, proeven wat je proeft en ruiken wat je ruikt. Laat daarbij de waarnemer het waargenomene zijn. Reserveer

niet stiekem een (lui) plekje voor je denkgeest. Verleg simpelweg volledig je aandacht eens naar het lichaam, hier en nu.

Pas dan kunnen we eens ontsnappen aan al onze likjes aan het adres van Krishnamurti. Het is zo makkelijk hem gelijk te geven en vervolgens weer verder te gaan met alles, en intellectueel een reus lijken te zijn, ten opzichte van anderen die wel paden volgen en zeggen een leraar te hebben.

Krishnamurti straalde ook tijdens zijn leven als mens en spreker het fysieke uit. Dat gezien dient te worden. Opgenomen in je eigen zoektocht.

Ik wil hier niemand de les lezen maar dit is mijn oprechte ervaring.

Een spirituele oorlog?

...Mensen die beweren dat het fysieke brein de enige realiteit is.

En zoekers die geloven dat er geen vrije wil (keuze) bestaat, dat alles bepaald wordt door stoffes binnen onze hersenen.

Andere mensen die beweren dat alles (wat we waarnemen) een illusie is, slechts een manifestatie in bewustzijn, dat wat eeuwig en onveranderlijk is.

Mensen die zeggen dat 'God' slechts een schepping is van de mens.

En zoekers die beweren dat er niet zoiets bestaat als 'goed en kwaad'.

Mensen die beweren dat je helemaal niets kunt doen aan je eigen verlichting. Etc.!

Maar wat geloof ik, wat denk ik, wat zie ik werkelijk hier en nu?

Op een dag zag ik direct zonder enige twijfel, dat ik voor de volle 100% de persoon ben. Het zogenaamde object van de waarnemer. Toen zag ik ook, direct zonder enige twijfel, dat ik de waarnemer ben voor de volle 100%. En dat de persoon en de waarnemer niet verschillend zijn maar een en hetzelfde.

Dat is feitelijk het geval. En dat we enkel, als we dit direct zelf waarnemen, het innerlijke conflict weten te beëindigen. 'Ik en het waargenomene,' houdt een conflict in. 'Ik en mezelf,' staat voor gespletenheid. We zijn echter de wereld die we waarnemen.

Als bewustzijn puur in alle vrijheid wordt ervaren, is dat simpelweg een feit. Als de persoon (gedachten-gevoelens-lichaam) wordt ervaren, is dat simpelweg een feit. Waarom tegen de een zijn en voor het andere? Waarom alleen maar je buik willen vullen en meditatie verachten of net andersom? Waarom kiezen tussen het goddelijke en het menselijke? Zoiets blijft een conflict vertegenwoordigen, op welke manier dan ook, nietwaar?

Ik ben volledig mens en god en daarin ligt geen conflict. Zoals een boom ruimte nodig heeft en een ruimte zonder boom zonder enige werkelijke betekenis is.

Ik ben alles en niets en die twee gaan prima samen.

Het lijdzaam ondergaan

Na alle onrust in de wereld van Rusland en Oekraïne, volgt vervolgens Palestina en Israël: 'Israël is in oorlog.' vernamen we zaterdag (7 okt. '23). Waar je ook kijkt, lijkt er onrust te zijn en vrede lijkt nog maar een ver of onnozel begrip.

In de vorige eeuw zei Sathya Sai Baba met zo'n 34 miljoen volgelingen: 'Als ik heenga, zal er overal vrede zijn.' In de vorige eeuw geloofden heel veel mensen in de magische eeuwwisseling van het jaar 2000. In de vorige eeuw liepen we met zijn allen achter vele oosterse en westerse leermeesters aan met een geloof in een andere wereld, nietwaar?

Nu, lijkt de wereld, samenleving alleen maar te exploderen.

Niets blijkt geholpen te hebben. Niets en niemand heeft dit weten te voorkomen: geen boeddhist, geen christen, geen jood, geen moslim, geen hindoe,... geen politicus, geen wetenschapper, geen dokter, geen psycholoog,... geen drugs, geen ayahasca, geen antidepressiva,... geen vipassana, geen mindfulness, geen zen, etc. Want het feit is er: we gaan nu heel snel door een hele koude en donkere tunnel met elkaar. Als je kijkt naar alles: naar alle wreedheden, naar alle oorlogen en misdaad, kun je alleen maar toegeven dat ook jij dit niet hebt weten te voorkomen. Dat is een feit.

Het is een feit dat ook de schrijver het niet weet.

Dan pas ga je kijken, dan pas ben je oprecht open en gevoelig. Als er geen verzet is, in welke vorm dan ook: door haat, door geweld, door geloof, door esoterisch geneuzel, door astrologische berekeningen, door zogenaamde wel of geen Bijbelse voorspellingen,... Door niets, dan pas voel je wat je voelt. Zie je wat je ziet. Hoor je wat je hoort.

Zoals je weet dat je doodgaat en je alle wegen vooraf bewandeld hebt om dat moment voor te zijn. Thans is het moment daar. Je bent dan niet opeens apathisch of wrokkig, nee: de dood wordt simpelweg in de ogen gezien.

Dit vraagt intelligentie en intelligente mensen zullen je met rust laten. Niet lastig vallen met bezweringen, hulpmiddeltjes of wat dan ook. Nee, de mensen om je heen, zullen samen met jou in stilte alles lijdzaam ondergaan. En juist daaruit spreekt liefde, transformatie en nergens anders uit. Dan zullen we ook leren van de dood.

Niet door nog meer verzet door geloof en haat, maar door al het verschrikkelijke geweld in de wereld eens in stilte, al was het maar een dag, in de ogen te kijken, kunnen we leren wat blijkbaar vooraf niet met elkaar te leren viel.

Eens geen kerkdienst, even geen politiek, even geen politie, even geen new age gedoe, even geen filosofie over eeuwig leven, even geen. Kunnen we zien dat we tot dit moment alleen en met elkaar gefaald hebben? Ondanks alle goede bedoelingen.

Een andere geur, tussen de kruitdampen kan enkel spontaan ontstaan. Omdat intelligente mensen waar ook ter wereld, hebben begrepen, niet te weten (anders was nu alles anders geweest, nietwaar?). Als je ziet dat alles wat je gedacht hebt en

gedaan, deze verschrikking die nu gaande is in de wereld niet heeft weten tegen te gaan, kun je enkel stil zijn, volledig gevoelig voor wat is zonder enig verzet. En juist daarin kan er spontaan verandering innerlijk zich voordoen. Niet vanuit een bepaalde overtuiging, van godsdienstige, filosofische of politieke aard.

Zolang als we denken te weten, willen we niet zien en accepteren dat we allang geleden gefaald hebben als mens op aarde. Iedere vorm van verzet zal geen einde weten te maken aan al het geweld en chaos. Waar ook ter wereld, kunnen we eens echt innerlijk stil worden en gevoelig voor de problematiek. Als je dan lijdzaam alles ondergaat, kan er innerlijk een andere dimensie ontstaan, geheel spontaan, zonder weten, zonder kennis, zonder overtuiging vooraf. Deze innerlijke transformatie zal dan geheel oprecht kunnen worden opgepikt door andere gevoelige mensen. Een andere geur die geheel spontaan opeens wordt waargenomen tussen de kruitdampen. Een geur die ons kan en zal inspireren tot andere gedachten en gevoelens. Niet van wraak maar van liefde.

Welke dag weet niemand.

Hoe belangrijk is een leraar?

Hoe zit het met een goede spirituele leraar?

Die bestaan niet, wel goede en slechte leerlingen. Want zelfs van een simpele steen kun je leren.

De functie van een leraar is, om je op jezelf terug te werpen. Dat je echt gaat begrijpen dat het antwoord daar is waar je bent.

Een leraar is namelijk geen Sinterklaas die jou iets kan of behoort te geven!

Dus het stellen van goede vragen en deze ook voor jezelf te onderzoeken is mogelijk nog belangrijker dan het vissen naar zogenaamde goede antwoorden.

Een leraar is een spiegel. Ontmoet jezelf. Zie jezelf. Hij/zij is mogelijk een hele lange weg gegaan met zichzelf. Daar kun je als geestelijk (onder)zoeker je voordeel mee doen, nietwaar? Maar geloven dat de leraar jou het antwoord behoort te geven, berust op een misverstand. Zoals een bekend Indiase leraar eens zei: 'Ik ben als een vroedvrouw.' De leraar helpt slechts een handje bij de bevalling. Maar verwachten dat er een kind wordt gehaald, terwijl er helemaal geen leven in je is, is natuurlijk onzin!

Boeddha ontwaakte omdat hij zo'n geweldige (onder)zoeker was en niet vanwege zijn leraren op zijn pad, want die heeft hij ook gehad. Ook Jiddu Krishnamurti had leraren maar ook hij oversteeg deze. Osho (Bhagwan) had geen leraar, toen hij op zijn eenentwintigste levensjaar zijn verlichting ervoer. Ook Sri Ramana Maharshi had geen leraar. Ook bij Yeshua (Jezus) wordt er niet gesproken van een leraar die hem onderrichtte!... Dus, kijk uit met het zoeken naar een leraar, zoek liever de waarheid boven alles!

Boeddha wees niet zichzelf af als leraar maar wilde niet gevolgd worden op basis van enkel geloof of op basis van autoriteit. Hij verzocht de zoeker zijn leringen op waarheid te onderzoeken. Ook Jiddu Krishnamurti zei dat maar wilde verder geen mensen om zich heen hebben, die zeiden hem te – willen – volgen. Hij, K, zei bijvoorbeeld wel eens: 'Je hoeft geen boeddhist te zijn om geen vlees te eten.'

Waarom denken we een leraar nodig te hebben of deze te moeten afwijzen? Want je kunt altijd gewoon in alle vrijheid luisteren, zoals je in alle vrijheid kunt luisteren naar het gezang van een vogel.

'Wees niet horende doof en ziende blind.' Hang je niet op aan een of andere bekende leraar. De waarheid is daar waar je bent.

Is de waarheid een land zonder paden?

'De Waarheid is een land zonder paden,' zei Jiddu Krishnamurti in Nederland, in het jaar 1929 te Ommen.

De Boeddha onderrichtte echter het Achtvoudige pad. Ook Jezus sprak over een pad, over zaken als je laten dopen, een andere naam aannemen en je bezittingen weggeven.

Zowel de eerste boeddhisten als de eerste christenen noemden zichzelf ook volgelingen van de Weg.

Jiddu Krishnamurti sprak niet negatief over de Boeddha, zei zelfs dat ie hetzelfde leerde. Het klopt dat beide leraren zeiden: 'Wees een licht voor jezelf.' Ook de Boeddha wilde niet dat mensen hem volgden op basis van autoriteit, maar op basis van onderzoek.

Ook Jezus zei: 'U bent het licht van de wereld. Een stad die boven op een berg ligt, kan niet verborgen zijn.' (...) 'Zie er dus op toe, dat het licht dat in u is, geen duisternis is.' – NT.

Boeddha begon zijn boodschap in Sarnath (Noord-India), in een hertenkamp, waar hij vijf bekende asceten tegenkwam die bereid waren naar hem te luisteren. Deze oprechte en serieuze zoekers kwamen direct tot de verlichting, nirvana.

Helaas ging dat niet zo in het leven van de grote geest, Krishnamurti (1895 – 1986). Het bleek aan het einde van zijn leven hier, dat niemand hem echt begrepen had. Terwijl hij toch gigantisch bekend en populair is bij velen onder ons, nietwaar?

Ik ontdekte voor mezelf het ontbrekende puzzelstukje:

zie de video

Toch klopt de essentie, dat geen methode (of geloof) automatisch de verlichting als gevolg heeft.

Waarom proberen we ons denken te beheersen?

Geen innerlijke boeddha.

Geen innerlijke vonk.

Geen atman.

Maar wat dan?

Onze geest kan zijn beperking verliezen.

Zolang als er sprake is van een waarnemer en het denken, beperken we ons denken.

Zolang als we ons denken proberen te beheersen, is er sprake van een waarnemer, een ik.

Maar als we direct zien, alle twijfel wegvalt, dat we zowel de waarnemer zijn als het denken voor de volle 100%, dan pas kan onze geest zijn beperking (gespletenheid) verliezen: kunnen we spreken van een ongeconditioneerde geest.

...

Hoe uniek is jouw verlichting?

Je kunt nieuwe schoenen kopen maar als er een steentje in je schoen zit loop je niet best. Je kunt een prachtig bankstel aanschaffen voor in je prachtige huiskamer maar als er een drol van je hond in de huiskamer ligt, zit je daar toch niet zo lekker.

Je kunt beweren liefde te zijn of bewustzijn of... Maar als je op de vlucht bent voor je denken of beweert de waarnemer ervan te zijn, zul je niet echt vrij zijn. Want zolang er sprake zal zijn van ik-en-denken vormt dat het grootste struikelblok in je leven als gelukkig mens. Liefde of bewustzijn is namelijk niet het probleem maar dat we beweren de waarnemer te zijn van ons eigen persoon.

Je zit (bijvoorbeeld) in een leegte ruimte, verder zit daar niemand. Wie is deze persoon dan, je buurman, je vader, Nathan of simpelweg jij? Kun je dat direct zien? Maar daarbij ben je ook voor de volle 100% de waarnemer, het zogenaamde ik.

De waarheid hiervan dient rechtstreeks volledig gezien te worden, zonder enige twijfel. Dan zullen ze tegen elkaar wegvallen; de waarnemer en het denken. Dan zal er sprake zijn van een ongeconditioneerde geest, het denken niet langer beperkt. Als zogenaamde waarnemer beperken we ons eigen denken. En het proberen te beheersen van je denken is flauwekul, want wie beheerst wie?

Wees gerust de liefde of bewustzijn zelf maar het kan zijn dat je jezelf daarmee in de maling neemt. Je kunt beweren de beste schoenen op aarde te hebben maar een steentje eruit halen is van groot belang. Daarin ligt de psychologische revolutie, niet dat je ervaren hebt liefde te zijn maar dat er een einde dient te komen aan het conflict van de waarnemer en het denken. Volgens mij kun je nog beter op blote voeten lopen dan blijven lopen met een steentje in je schoen.

Nawoord

Hier volgt het 'laatste artikel': deze werd neergeschreven nadat ik mijn banden (in april 2025) met het boeddhischdagblad.nl van Joop Hoek had verbroken. Het artikel werd dus niet ingestuurd!

Boeddha gemythologiseerd

Normaal ontwaken kan niet meer, misschien nog in de tijd van de grote Boeddha zelf maar zeker niet in deze tijd of je moet willen gaan voor de verlichting binnen het zenboeddhisme maar dat is een schrale troost, zagezegd.

Je hebt ook van die 'Jehovah's getuigen' binnen het dorp van vele boeddhisten. Die je steeds herinneren wat de Boeddha heeft gezegd, moe van te worden!

En zulke mensen worden dan nog beschermd ook, binnen zo'n omgeving als boeddhistischdagblad.nl. Ze plaatsen onder artikelen hun stukje 'Jehovah's materiaal'.

Veel hedendaagse boeddhisten, roken, eten vlees en doen aan politiek en geweld. Ze zijn inhalig en willen ook alleen maar geld zien of andere vormen van 'dana'.

Jiddu Krishnamurti (1895 – 1986) werd niet geheel door boeddhisten serieus genomen, vanwege zijn seksleven en het afwijzen van de georganiseerde godsdienst, hij had ook niets met methodes.

'Aandacht is niet aan te kweken. Er bestaat geen methode, geen systeem, er bestaan geen oefeningen, waardoor je aandacht kunt krijgen. Want als je een methode volgt om aandachtig te worden, blijkt daaruit dat je de onoplettendheid koestert; waar het je dan om gaat, is aandacht aan te kweken door onoplettend te zijn. Als je een systeem, een methode, volgt, wat doe je dan? Je kweekt werktuiglijk bepaalde gewoonten aan, je herhaalt bepaalde activiteiten, iets wat de geest alleen maar afstompt en niet scherpt.' (Bron: Een kennismaking, Krishnamurti.)

Je kunt niet kritisch zijn, want dat wordt meteen gezien als ego. Terwijl er in werkelijkheid niet zoiets bestaat als een ego of zelf binnen de dharma van de Boeddha.

Het ego mag dan niet echt bestaan maar je kunt er wel last van ondervinden. Zoals je last kan hebben van een denkfout.

Voor mij beëindigt het ego/ik pas in je leven als je niet meer worstelt met ik-en-mezelf of de denker en het denken.

Want je bent de wereld die je waarneemt. Als je dat echt ziet zal er geen sprake meer zijn van een ik en de wereld.

Er is in werkelijkheid geen apart zelf. De waarnemer is het waargenomene. Bewustzijn gelijk zijn inhoud. Ik worstel niet meer met een of ander ego. Maar dat kunnen andere mensen dan nog wel doen en hun ego-ervaring projecteren op jou.

Gautama de Boeddha is veilig gesteld, als een prachtig beeld.

Maar hoe zit het met iemand uit een grote stad?

Zelf werd ik geboren in Amsterdam en groeide voornamelijk op in Haarlem.

Bedelen hier in Holland monniken langs deur? Leven zij voornamelijk in het woud? Lopen zijn in vossen, zoals de eerste boeddhisten dat deden en nemen ze net als hen dan geen geld aan? Hebben deze hedendaagse boeddhisten dan ook allemaal hun gezin verlaten en bedankt voor de troonopvolging?

Gaat het grote Ontwaken over je kaal scheren en geen seks hebben, en dergelijke? Is ontwaken niet simpelweg direct zien en begrijpen dat er geen zelf is, geen ik, geen eeuwige onveranderlijke ziel of atman?

Boeddha beëindigde zijn onwetendheid en verlangens maar had hij dan geen trek meer en dorst? En geen behoefte aan lichamelijke warmte en onderdak?...

Als denker van het denken of als de waarnemer van de persoon, verkeer je nog in onwetendheid en komen je verlangens nog uit die verdeelde wereld.

Je bent immers gespleten, omdat er sprake is van een zogenaamde denker en het denken, terwijl de denker en het denken een en hetzelfde is, niet-twee. De waarnemer is de persoon en de persoon de waarnemer en als je dat niet ziet, ben je niet ontwaakt, en ben je innerlijk nog verdeeld (ik-en-mezelf).

Innerlijke vrede volgt op het wegvallen van de waarnemer en de persoon tegen elkaar, dan zal er transformatie zijn en vervolgens een ongeconditioneerde geest. Waarover ook Krishnamurti sprak!

Ik en mezelf garandeert een innerlijk conflict. Daar is dan nog sprake van een ego, een afzonderlijk zelf.