

SYNTHESE (Volledige reeks)

SYNTHESE (1)

Doorheen de voorgaande publicaties zijn de gemeenschappelijke elementen in de diverse filosofieën stilaan duidelijk geworden, te weten in zowel Advaita/Vedanta, als bij Boeddha, Jezus en Spinoza.

In de reeks Synthese zal getracht worden deze elementen samen te brengen, om aldus een gemeenschappelijke basis te bieden voor verdiepte beleving, ongeacht de filosofie waartoe een ieder zich het meest aangetrokken voelt. Centraal hierbij staat de gedachte: het verdiept beleven als een religieus religieus beleven van ieders zijn tegenover al wat leeft, beweegt en is.

Uitgangspunten:

1. Gelukzaligheid is in dit relatieve bestaan mogelijk.
Soms zeer nadrukkelijk, soms meer ingebed is dit basiselement in de vier stromingen onmiskenbaar aanwezig.
 - a. Advaita/Vedanta :
“.....beseft het Zelf te zijn, door de rusteloze geest te verstillen tot helderheid. Aldus onthult Shiva Zichzelf natuurlijkerwijze als het enig eeuwig Sat - Chit - Ananda, de absolute essentie van het wezen van de vereerder.” (Essentie van Ribhu Gita vers 14; zie ook onder 2. a.)
 - b. Boeddha :
“Alle afhankelijk bestaan is lijden. Er is een einde van het lijden mogelijk.” (1° en 3° van de vier edele waarheden)
 - c. Jezus :
“ Het koninkrijk is in u. Wie zichzelf kennen, zullen het vinden.” (logion 3 Thomas-evangelie)
 - d. Spinoza :
“....de dingen te verklaren die ons als een handleiding kunnen zijn tot de kennis van de menselijke geest en diens hoogste gelukzaligheid.” (Ethica 2 voorwoord).

2. De oorzaak van een ontbrekende gelukzaligheid is de dualistisch ingestelde geest die alles onderscheidt naar de afzonderlijke aspecten van elk paar van tegenstellingen :

- ik en de ander/het andere
- volmaakt (goed) en onvolmaakt (kwaad)

met de daaraan verbonden gevoelens van verlangen (toekeren) en verwerpen (afkeren).

a. Advaita/Vedanta :

“ Oh, het dualiteitsbesef is de wortel van alle lijden.”

(Ashtavakra Samhita vers 2.16)

b. Boeddha :

“ Oorzaak is gehechtheid (verlangen) en afkeer en onwetendheid.”

(2° van de vier edele waarheden)

“...dat kenmerken in werkelijkheid geen kenmerken zijn...”

(Diamant Sutra 14 e.a.)

c. Jezus :

“ Als jullie de twee tot één maken....dan zullen jullie het koninkrijk binnengaan.”

(logion 22 Thomas-evangelie)

d. Spinoza :

“ Er is slechts één onveroorzaakte oorzaak, waarvan alle eigenschappen een afgeleide zijn.”

“ De kwaliteiten van de dingen zijn geen objectieve bepalingen daarvan”

(vrije weergave)

3. Ieder kan uitsluitend en alleen zichzelf bevrijden van dit gebrek. Daar dit gebrek slechts bestaat in de geest en er uitsluitend ervaringskunde bestaat, is uitzuivering alleen door de eigen ervaring mogelijk.

a. Advaita/Vedanta :

“ Er is geen ander remedie hiervoor dan het besef dat alle ervaren verschijnselen onwerkelijk zijn en ik zuiver ben, Een, Bewustzijn en Zaligheid.”

(Ashtavakra Samhita vers 2.16)

“.....komt het besef ervan langzamerhand en behoort men zijn toevlucht te nemen tot methodes van concentratie (aandacht).”

“.....door eliminatie van alle mentale onderscheidingen of beroeringen.”

(Avadhuta Gita vers 2.15 en eerste alinea annotatie)

b. Boeddha :

“ Achtzaamheid” (lees: aandacht/caute)

“ De objecten van juiste achtzaamheid omvatten de hele mens en zijn hele ervaringswereld: lichaam, gevoelens, gesteldheid van de geest en objecten van de geest”

(Achtvoudig pad resp. Satipatthana Sutra)

c. Jezus :

“ Hij die alles kent, maar gebrek heeft aan zelfkennis, heeft overal gebrek aan.”

(Logion 67 Thomas-evangelie)

d. Spinoza :

“ Het bereiken van het heil door in zichzelf te keren...”

(Vrije weergave uit Vertoog tot verbetering van het verstand)

Opmerking 1. Het zou niet juist zijn het bestaan van een dualistische geest te verwerpen; in het relatieve bestaan is deze van vitaal belang. Hierop wordt in een latere publicatie teruggekomen.

Opmerking 2. De Jezus betreft uitsluitend de esoterische Jezus.

SYNTHESE (2.1) Paren van tegenstelling

In Synthese (1) werd het belang van het niet verwerpen van de dualistische geest reeds aangeraakt.

Hoe valt dit te rijmen met “ als jullie de twee tot één maken, dan zullen jullie het koninkrijk binnengaan”?

In het relatieve, dagdagelijkse bestaan is een onderscheidende geest van vitaal belang; immers alleen al om het fysieke lichaam te verzorgen is een onderscheiden van wat hiertoe goed en niet goed is bijzonder essentieel.

Evenwel, wat niet goed is als verzorgend element voor het lichaam, is goed in een geheel ander aspect. Alles dient, niets uitgezonderd. Mogelijk heeft de ervaringskunde nog geen specifieke kennis dienaangaande verworven, maar bijna dagelijks ontdekt de ervaringskunde (wetenschap) niet gekende toepassingen, zoals onder andere een bacterie die uiterst fijn stofgoud omzet in klontjes goud of de bacterie die uranium eet en afbreekt.

Alles is de uitdrukking van God, het Zelf.

In de terminologie van de Advaita/Vedanta is de enige echte werkelijkheid van de wereld van de verschijnselen : Bewustzijn (“.....de enige oorspronkelijke stof van het universum.” (Essentie Ribhu Gita vers 24)). Maar in feite is enige benoeming hiervan niet mogelijk; deze enige echte werkelijkheid is een Onnoembare Werkelijkheid en is aldoordringend en alomvattend.

Iets verwerpen als niet goed is een ontkenning van deze Werkelijkheid en betekent dat er een object of subject buiten deze Werkelijkheid zou bestaan.

Dualiteit en non-dualiteit bestaan bijgevolg tegelijkertijd en vormen aldus een onbenoembaar geheel!

Welke benaming zou gegeven kunnen worden aan iets als “goed-kwaad” of aan iets als “volmaakt-onvolmaakt”? Niet voor niets werd het betreffende hoofdstuk in de syllabus benoemd als “het volmaakte onvolmaakte ik”, op het vlak van gevoelens zijn deze allemaal in een ieder van ons aanwezig.

Hoe de ervaring van Suzanne “dood en toch niet dood” te benoemen?

De Ashtavakra Samhita spreekt in vers 18.83 van:

“De wijze mens.....vrij van vreugde en leed, is hij noch dood noch levend.”

Maar ook deze niet te begrijpen mystieke taal brengt weinig of geen verheldering, totdat een ervaring als een donderslag bij heldere hemel ons de betekenis als het ware laat voelen.

“ Het is een zaak van feitelijke ervaring en niet van louter intellectuele kennis” luidt de toelichting bij vers 16.1 van de Ashtavakra Samhita.

Ook het niet bestaan van een eenvoudiger paar van tegenstelling als goed en kwaad

moet ervaren worden; elk voorstellingsbeeld schiet tekort.

En tegelijk mag de dualiteit van het dagdagelijkse leven niet uit het oog verloren worden willen wij onze binnenmuren niet zwart schilderen of door het rood licht rijden en ons en anderen de das omdoen.

Het is een voortdurende balans tussen twee werelden, die van de relativiteit en de absolute, een dansen op een slap koord dat gedurende lange tijd voor veel verwarring en onzekerheid zorgt.

SYNTHESE (2.2) Paren van tegenstelling

Uit het in de geest bestaan van dualiteit en tegelijkertijd niet bestaan daarvan – zoals in SYNTHESE (2.1) werd uiteen gezet – volgt logischerwijze dat enerzijds individualiteit wordt waargenomen en anderzijds deze niet werkelijk is; ik en de (het) ander(e). Immers is de stelling geldig voor het ene paar, dan ook voor het andere paar.

Van een paar als mooi en lelijk is dit nog begrijpelijk, van goed en kwaad ligt dit reeds veel moeilijker en van ik en de ander wordt het vrijwel onbegrijpelijk. Argumenten zoals deze aangevoerd werden in Spinoza en Advaita (2) en (3) kunnen wel van enige hulp zijn bij het mentaal begrijpen, maar in het dagelijks leven en confrontatie met de ander en het andere botst het gevoel ten volle met het denken.

De ervaring die clown Suzanne verwoordt in haar relaas “Dood, leve de clown” (DE CLOWN (10)), is een kostbaar geschenk, dat haar doet **voelen** zij de clown niet is; met andere woorden : zonder dat er sprake is van gevoelloosheid is de identificatie van “ik ben een clown” - dus ik en het andere – opgehouden te bestaan. Hierdoor is er geen gevoel van verlies, dus geen ervaren van pijn. Pijn en verlies kunnen slechts gevoeld worden als er een vereenzelviging bestaat met een object of subject.

In dit verband zijn enkele verzen uit de Ashtavakra Samhita van bijzonder belang, te weten :

“.....De wijze mens leeft zonder het gevoel van “ik-heid” en “mijn-heid” en gehechtheid” (vers 18.73)

“ Waar zijn voor de wijze mens die standvastig en zonder angst is, duisternis en licht. Bovendien, waar is er enig verlies? Er is niets van wat dan ook.”
(vers 18.78)

“.....Vrij van vreugde en verdriet, is hij dood noch levend.” (vers 18.83)

Het is voor iemand die dit nog niet heeft kunnen ervaren haast onbegrijpelijk hoe het verlies van een zo essentiële beleving als clown niet als verlies wordt ervaren en dat een dergelijk gevoel niet berust op een gevoelloosheid. Toch moet op grond van de aanwijzingen van de Meesters uit de vier stromingen en de diverse integere getuigenissen, dit aspect niet als ongeloofwaardig terzijde geschoven, maar vastgehouden worden, totdat dit vanuit het inkerend

zelfonderzoek stilaan duidelijk en gevoeld wordt.

SYNTHESE (3.1) Ken je zelf

Uit hetgeen gesteld is in SYNTHESE (1) de punten 2 en 3, alsook SYNTHESE (2.1) en (2.2) is het duidelijk dat, wil enige vorm van zaligheid, beëindiging van lijden (of een significante milderring daarvan) bereikt worden, begonnen moet worden met de weg daartoe te gaan : het kennen van het ik.

Het is een weg die ieder voor zich en nagenoeg alleen moet gaan, immers de enige bron van kennis, van wéten, is de eigen ervaring, de gevoelde ervaring. Reeds in Spinoza en Advaita (8.6) niet weten, werd dit aspect duidelijk aangegeven. Het komt nu stilaan tot een meer concrete benadering.

Van belang is niet teveel te focussen op het bereiken van zaligheid, maar in plaats daarvan zich te richten op een bereiken van een milderring van het lijden, hetgeen voor iedereen bereikbaar kan zijn. Daarnaast komt uit het echte, authentieke kennen van zichzelf, een begrijpen, de generositas, het mededogen naar de ander en het andere natuurlijkerwijze voort.

Het kan niet genoeg herhaald worden : **alles wordt uitsluitend en alleen in onszelf - gevoeld - ervaren op basis van onze houding tegenover de dingen!**

Wij doen onszelf al of niet lijden!

Is deze weg een weg met alleen zichzelf, dan zijn toch de ontmoetingen met andere pelgrims niet onbelangrijk. Deze website beoogt deze ontmoetingsplaats te zijn., een geestelijke refuge, om ervaringen en vragen door uitwisseling tussen bezoekers te delen. U bent - zoals Arnold reeds verwelkomd is - van harte uitgenodigd!

Als startpunt dient een meditatieschrift. Dit schrift – úw schrift en van u alléén – is een middel om het chaotisch denken te ordenen. De voordelen zijn enorm; in de syllabus (hoofdstuk 8) zijn deze opgesomd, maar worden gemakshalve hier herhaald:

Eerst en vooral door schrijven treedt dat wat ons zo bezig houdt naar buiten, het wordt een object, waarbij het subject, het ik, tot een **getuige van zichzelf** kan komen (de doos met rommel wordt van zolder gehaald, op tafel gezet en er kan bepaald gaan worden wat goed is en wat weg moet).

Door schrijven ontstaat de nodige rustige aandacht, **concentratie op het object**; waar louter erover denken al gauw ontaardt in een wirwar van gedachten én.....emoties! Door schrijven ontstaat noodgedwongen het “momentje voor je zelf”, waarbij er een duidelijk minder risico tot afgeleid worden is, zeker als men zich kan afzonderen. De geschreven tekst - mits in integriteit ten opzichte van onszelf tot stand gekomen – **objectiveert, ordent** en biedt een broodnodige **historiek**, een naslagwerk, waarmee latere inzichten op hun betrouwbaarheid getoetst kunnen worden. Reeds spoedig

wordt de onbetrouwbaarheid van gedachten en denkbeelden hierdoor zichtbaar. In de volgende publicaties zal een duiding gegeven worden hoe juist te werk gegaan kan worden. Hierbij zal met dankbaarheid gebruik gemaakt worden van Arnold zijn langdurige ervaring. Daar de syllabus “ken je zelf” in de voorbije maanden meer dan 200 maal gedownload is, kan deze aanpak mogelijk op een levendige belangstelling rekenen.

SYNTHESE (3.2) Ken je zelf – beginnen

Een dik schrift met alleen maar onbeschreven bladzijde ligt voor je en waar in hemelsnaam mee beginnen? Misschien geeft het verslag van Arnold – waarvoor een oprechte dank! - hier een idee.

“Nu vijftien jaar geleden nodigde mijn reikimaster mij uit de opleiding te volgen die overwegend bestond uit gedurende meer dan een jaar dagelijks mijn ervaringen en gedachten te noteren over een wekelijks thema van eenvoudige aard, zoals ' ik ben erg optimistisch'. De gevolgen hiervan waren verrijkend en ver reikend. Na beëindiging voelde ik een sterke behoefte dit voort te zetten. Maar vanuit welk thema? Omdat ik toentertijd palliatief vrijwilliger was nam ik als thema 'als ik vandaag de diagnose zou krijgen je hebt nog een jaar'. Na enige dagen sloop de gedachte binnen of het nemen van een dergelijk thema wel normaal was. Wie gaat er nu nadenken over zijn doodgaan? Ben je niet een beetje morbide bezig? Ik zette toch door en ontdekte dat een dergelijk thema toch niet zo ongewoon was en in Boeddhistische kringen soms nog veel extremere vormen kent.”

“De gevolgen waren verrijkend en ver reikend....” schrijft Arnold. In zijn commentaar bij vers 29 van 'Veertig verzen over de Werkelijkheid' van Ramana Maharshi zegt S.S. Cohen: “ het gehele proces is dialectisch en gaat gepaard met logica, totdat het eindigt in de stilte van het hart, dat alle mentale functies overstijgt.” Dialectiek is kennisleer op basis van (interne) dialoog en tegenstelling. Door schrijven treedt men met zichzelf in dialoog.

Het vraagt inderdaad enige moed om een dergelijk thema aan te pakken en voort te zetten, maar ook ogenschijnlijk minder ingrijpende thema's leiden tot het beoogde doel: de dialoog met zichzelf aanvangen.

“ Een beetje ongerust was ik wel; stel je voor dat het werkelijkheid wordt! Ik heb nog zoveel te doen, maar ik moet het spel echt spelen; er moeten prioriteiten gesteld worden. Maar zelfs het idee van een jaar is niet juist, ik kan niet weten of ik wel nog een jaar heb. Ik behoef niet ver te zien om te weten dat elk moment de realiteit van de vergankelijkheid daar is. Hoe indringend is het gedicht van Luk:

'Als het erop aankomt, wie zal dan naast ons staan?

*Als wij verarmd of kreupel, oud en gammel
of geslagen met duisternis niet meer zien.*

Wie zal dan nog met ons zijn?

*Zullen wij ons schamen om te verworden
of getuigen van wat wij altijd blijven?*

Aan wie durven wij tonen en wat wij zijn?

Volop is reeds nu al de dialoog zichtbaar. Ook het stellen van een vraag zonder beantwoording daarvan is belangrijk, het opent de geest of komt in een later stadium weer terug of wacht geduldig in het onderbewustzijn tot de juiste trigger zich aandient. En waar is de intimiteit van wat beroert of de vraag veiliger dan bij de getuige die je zelf bent?

“Het is onmogelijk voor mij dit thema, deze vragen en bedenkingen – ben ik niet tekort geschoten tegenover hen - te delen met mijn vrouw of een van de kinderen, hoewel ik soms heel sterk de behoefte daaraan heb; maar het gaat niet. 'Wie kán er dan nog met ons zijn?’

Er tekent zich hier ook een beetje van de eenzaamheid af, dat eigen is aan het proces van inkeren en zoeken naar het antwoord op de vraag 'ken je je zelf?' Ook een van de meest prangende vragen in een stervensproces komt op : het gevoel tekort geschoten te zijn; overigens dikwijls een even grote vraag voor de achterblijvende verwanten. Het proces van 'ken je zelf' is een alles behalve gemakkelijk proces, maar het werkt zuiverend door de confrontatie, de dialoog en tegenstelling.

SYNTHESE (3.3) Ken je zelf – palliatief

“ Wat zijn je motieven om palliatief vrijwilliger te worden ?

Moeten er altijd motieven zijn om iets te doen; ik weet het gewoon niet, het artikel in de krant ontroerde mij, het voelt goed aan, maar ik heb ook grote twijfel. Maar zeker is dat als ik het niet geprobeerd heb, dat ik blijf rond draaien om de vraag 'had ik niet'. Er is geen enkele stimulus vanuit een of andere levensbeschouwing, welke dan ook; er is alleen mijn gevoel.

Nu, een paar jaar verder, heb ik mij zelf 'palliatief' verklaard en tracht ik mij in te leven in mijn nog korte vooruitzichten.

Ik zal aan mijn vrouw en kinderen moeten vragen of zij mijn tekortkomingen kunnen vergeven, het kan niet anders, want zo niet, dan ben ik niet consequent en wordt dit onderzoek naar mijzelf een leugen.

Weken lang gearzel en mij afvragen hoe dit aan boord te leggen zonder hen op stang te jagen met het idee dat in mijn thema stervende ben. Het gewoon in het midden laten wat de inhoud van het thema is, alleen maar zeggen dat dit nodig is als thema; nu nog de juiste momenten afwachten.

Hoe genereus van hen!”

Dat zelfonderzoek niet altijd even gemakkelijk is wist ook Carl Jung te vertellen. Heet duidelijk blijkt dit ook weer uit Arnolds aanvankelijke weerstand (“het kan niet anders....anders niet consequent....leugen....weken gearzel”). Het kan ook niet anders, zelfs als men zich honderd procent veilig voelt, wetend dat niemand kennis kan of wil verkrijgen van de aan jouw schrift toevertrouwde intimiteiten, zelfs dan nog is er de weerstand tegen zichzelf. Het ik, het ego wringt tegen, het wil niet met de billen bloot, het schreeuwt en wil met overdonderend lawaai het stil gefluister van de het beter weten de nek omdraaien. Dit speelt met dubbele kracht wanneer in het proces van inkeren en kennen van het zelf ook buitenstaanders en zeker juist als het familie betreft. Meestal blijft het echter beperkt tot het eigen ik, maar dan nog blijft er genoeg obstakel over.

“Ik ervaar veel vreugde door hun begripvolle houding en ben tegelijk hierdoor ontroerd. Zou ikzelf dit hebben kunnen opbrengen jegens hen? Een vraag die niet te beantwoorden , maar toch op zijn plaats is.

Ik voel mij werkelijk bevrijd, het is effectief alsof ik alles kan achterlaten, geen last meer meegesleept hoeft te worden. Wonderlijk hoe een denkbeeldige situatie – het thema – leidt tot een concreet gevolg, zowel naar hen als naar mij”.

Arnold heeft zijn aarzelen en twijfelen kunnen overwinnen en het resultaat is een vreugdevolle bevrijding. Het is evenwel evident dat in andere, analoge situaties een dergelijk resultaat mogelijk niet verkregen wordt. Wat dan echter altijd blijft is dat men iedere inspanning gedaan heeft die redelijker wijze mogelijk was. Er van uit

gaande dat het een intens oprechte inspanning betrof legt dan het probleem van de ontbeerde vergeving ligt hiermee in het kamp van de ander (hoewel deze zich daarvan niet bewust behoeft te zijn).

De verwondering van Arnold over het resultaat vertrekkend van een denkbeeldige situatie, is niet geheel en al op zijn plaats. De situatie is in feite uiterst actueel voor iedereen, immers ieder moment is men kwetsbaar en heeft vroeg of laat plaats (“ Weest bereid, ge kent dag noch uur “). Dit neemt niet weg dat het proces van inkeren Arnold tot een bijzonder punt gebracht heeft: zichzelf bevrijden door tot op het bot te gaan.

Het illustreert duidelijk vers 1.11 uit de Ashtavakra Samhita:

“Hij die zichzelf als vrij beschouwt is inderdaad vrij en hij die zich gebonden acht blijft gebonden. 'Zoals een mens denkt, zo wordt hij' wordt gezegd en het is waar.”

SYNTHESE (3.4) Ken je zelf – doodsangst

“Jarenlang was het onmogelijk erover te spreken en werd als het ware mijn keel toe geknepen. Zes jaar was ik toen mijn vader overleed en als de dag van gisteren herinner ik mij het mompelend bidden. Toen ik de moed gevonden had zocht ik dikwijls zijn graf – vergeefs. En angstig voor het huilen van mijn moeder durfde ik niets meer te vragen. Eindelijk, eindelijk zo rond mijn veertigste werd ik als een magneet naar kerkhoven getrokken om als amateurfotograaf foto's te nemen. En daar was opeens het ontroerend uiterst sober grafschrift. Opnieuw zat ik daar met mijn toegeknepen keel! Wel Arnold verwoordt nu maar eens wat je steeds het spreken onmogelijk maakt en in haiku – vorm verwoordde ik het mompelend bidden, de vruchteloze zoektochten en andere beelden en herinneringen. Een tranenvloed en weer en nog, steeds bij iedere verwoording of herlezen. Maar stilaan werd dit minder en minder en eindelijk, eindelijk kon ik erover spreken, aanvankelijk al snotterend, maar ook dat verdween ten lange leste. Ik had mij losgemaakt van mijn verdriet en pijn.”

De ervaringen met de bijbehorende gevoelens – en juist deze gevoelens – bepalen ons gedrag en houding tegenover de dingen. Deze ervaringen kunnen bewuste sporen hebben nagelaten zoals hier bij Arnold, maar nog verraderlijker zijn de onbewuste sporen die niettemin even bepalend zijn, soms zelfs nog krachtiger bij een verdringen ervan (o.a. om redenen van overleven).

Door het doorbreken van de barrière, de confrontatie met zichzelf aan te gaan, zich naar de pijn toe te keren in plaats van af te keren, deze opnieuw te beleven, heeft Arnold zichzelf kunnen bevrijden van deze pijn. In wezen is dit hetzelfde proces als Suzanne beschrijft in haar “Buitenspel” (DE CLOWN (5) Buitenspel).

“Maar nog steeds liep ik met een grote boog om de dood heen en vormde de angst ervoor een bijkomend motief om mijn denkbeeldige bezwaren om palliatief vrijwilliger te worden opzij te schuiven; er zat dus nog een restant van deze pijn en ik voelde dat het noodzakelijk was consequent te zijn.

Gedurende de begeleiding van Luk – waarmede ik een diepe verwantschap voelde – werd ik bij een gelegenheid ongevraagd door een helderziende aangesproken met de woorden: 'jij gaat op 28 augustus nog wat beleven'. Al spoedig besefte ik dat dit verband hield met Luk. Die dag werd ik opgebeld: 'Luk gaat heel slecht'. Ik kreeg het Spaans benauwd, maar ik móest gaan. Wonderlijk genoeg viel onderweg alles van mij af en ben ik geen moment meer van hem weggegaan tot zijn heengaan 's avonds, omarmd door zijn vriendin en mij.

Het is een genade aanwezig te mógen zijn bij een sterven!

Voor de meest intense ervaringen behoeven een lange tijd en een meermaals herbeleven – analoog met het rouwproces – voordat de gevoelswaarde volledig

veranderd is.

Arnold móest gaan en eens dat deze teerling geworpen was, ingezien werd dat dit behoefde te gebeuren, ebde ook de weerstand en dus de Spaanse benauwdheid weg. Arnold is tot het laatste toe aanwezig kunnen blijven; waar hij voorheen met een boog om de dood heen liep werd het nu tot een genade.

Van groot belang is dat een veranderende houding op basis van inzicht tegelijkertijd de bijbehorende gevoelswaarde doet veranderen èn de verandering in de waarneming van de dingen!

Dit is een buitengewoon essentieel punt; er werd reeds een indirecte verwijzing naar gemaakt door vers 1.11 van de Ashtavakra Samhita te citeren in SYNTHESE (3.3) palliatief. Er zal nog uitgebreid hierop terug gekomen worden.

Opm. Een vertaling en bewerking van de Ashtavakra Samhita is in voorbereiding.

SYNTHESE (3.5) Ken je zelf – ruimte

De hierna volgende tekst van Arnold sluit direct aan bij beide laatste alinea's van SYNTHESE (3.4) Ken je zelf – doodsangst. Het wordt integraal zonder verdere toelichting weergegeven, om redenen dat het geheel en al uit zichzelf spreekt. Met respect en dankbaarheid jegens Arnold!

“Wanneer wij ruimte zijn.....

De 50-jarige Liesbeth met uitgezaaid melanoom is opgegeven en sedertdien depressief, sluit zich op en weigert alle bezoek. Mij de situatie inbeeldend vind ik geen enkel houvast om haar te benaderen en besluit dat ik geheel en al open moet zijn in vertrouwen en intense aandacht.

Op mijn vraag wat zij van mij verwacht antwoordt zij verrassend met : 'ik zal zelf moeten stappen, maar hoop dat je me enkele stapstenen kunt aanreiken.'

'Laten wij dan op weg gaan en samen zoeken' zeg ik haar.

Er is zóveel openheid in Liesbeth als zij vertelt over haar angsten, haar verdriet, het (nog) niet kunnen loslaten, het niet kunnen zien van haar kleinkinderen, de angst voor de verwording.

Ik luister, daag haar uit tot zoeken in zichzelf, soms door de vanzelfsprekendheid van haar gedachten in vraag te stellen, soms door haar gevoelens verder door haar te laten uitdiepen. Ik vertel haar van Luk, Thomas en anderen; de gedichten van Luk worden voor haar een rijke bron.

Niets gaan wij uit de weg, ook niet in bijzijn van Walter haar man.

Wij spreken over een voortbestaan na de dood, dat een bewust aanvaardend sterven op haar; Walter en de kinderen een enorme positieve impact zou kunnen hebben; alsook hoe om te gaan met angst, verdriet en de chaos van de daaraan verbonden gedachten.

'Hoeveel tijd heb ik nog' vraagt zij en ik antwoord: 'zoveel als je nodig hebt, gebruikt ze goed.'

Thuis slaat soms bij mij de twijfel toe. Ben ik te hard, te eerlijk geweest, haar hoop vernietigend en opnieuw depressief makend? De balans beweegt zich voortdurend in een polariteit en zoveel elementen zijn er buiten beheersbaarheid; ik voel mij soms zo hulpeloos en nietig.

Maar in de immens open ruimte van onze relatie kan alles benaderd worden, er is een wederzijds geven met alle inzet inzet en vermogen; wij zijn aanwezig met heel ons hart en alles vloeit, alles stroomt.

Iedere dag wordt zij sterker, verlaat haar kamer, gaat naar de tuin en ontvangt weer bezoek.

Mijn vakantie nadert, ik heb het gevoel haar dan in de steek te laten, het is nog zo

broos. Want nog steeds, hoe kan het ook anders, wordt er angst, verdriet, hoop en wanhoop, vragen, in een onvoorstelbare zuiverheid en openheid bij mij neer gelegd en ik.....ik ben open, ruimte en ontvang. En in diezelfde ruimte beleef en aanvaard ik mijn eigen emoties.

'Het doet zo goed een klankbord te hebben en dat er zaken opengetrokken worden' zegt zij meermaals.

En... 'wat zou ik nog kunnen geven?' vraagt zij!

Wat zou zij nog meer kunnen geven dan dit onvoorwaardelijk geven?

'Laten wij het pad verder gaan, niet wetend naar waar.'

Kort daarna gaat zij weer winkelen voor een trouwfeest, waar zij tot middernacht verblijft; op de foto's zie ik een niet getekende stralende vrouw.

Een week nadien wordt zij in het ziekenhuis opgenomen, is comateus. Ik kus haar tot afscheid, fluister 'tot ziens' en drie uur nadien ontvang ik een sms van haar overgaan. Enige dagen na de begrafenis hebben Walter en ik een fijn en troostend gesprek; bij het afscheid omhelzen wij elkaar, hij blijft in de deuropening staan en meermaals zwaaien wij naar elkaar.

Ik besef het unieke en wondermooie van een relatie die in deze zuiverste vorm slechts in een dergelijke context kan bestaan.'

SYNTHESE (3.6) Ken je zelf – inzicht

Heel duidelijk is in de voorgaande bijdragen van Arnold te zien wat de impact kan zijn van het inkeren; in dit geval een totale omzwaai van doodsangst naar stervensbegeleiding. Maar niet alles is even spectaculair, er zijn zeer veel kleine dingen die het leven kunnen verzuren.

Uit een van Arnolds bijdragen is het volgende stukje gelicht.

“Ik heb er moeite mee om het op te schrijven, maar ik ervoer toch een spoortje leedvermaak ten aanzien van Robert; het is inherent aan de lichte jaloezie die ik eerder tegenover hem had. Het zou niet juist geweest zijn deze gevoelens niet aan mijn schrift toe te vertrouwen, ze niet in beschouwing genomen te hebben. Dit schrift is mijn spiegel, ongeacht of iemand dit later zal lezen of niet. De schriften vernietigen kan ik (nog) niet, er is het gevoel dat ze nog moeten dienen. Het via dit schrift verwoorden van mijn gevoelens is een onderdeel van het aanvaarden van ook mijn negatieve gevoelens. Hoewel, als ik deze etiketteer als negatief, houdt dit een oordelen in, willen verwerpen. Het zijn gevoelens die opkomen en weer weggaan, net als gedachten, ze zijn wat ze zijn, niet goed en niet slecht. Van belang is misschien wel om te onderzoeken of er aan beide gevoelens een diepere conditionering ten grondslag zou kunnen liggen. Het eeuwige schuldgevoel van een tekortschieten, minder te zijn? Ligt daaronder of daarnaast ook nog boosheid of agressie? Hoe kom ik duidelijker bij de juistheid van deze gevoelens? Is de hoofdbron een minderwaardigheidsgevoel? Altijd was er thuis vaak die negatieve kritiek en van aanmoediging herinner ik mij ook niet veel. Maar ook thuis hebben zij zichzelf niet gemaakt!”

Steeds wordt men geconfronteerd met die zelf opgeworpen drempel, de weerstand die overwonnen moet worden. Het aureool van het zelf geschapen zelfbeeld is onder bedreiging! Maar gevoelens zijn geen loslopende verschijnselen, zij berusten op en zijn onlosmakelijk verbonden met ervaringen, als Siamese tweelingen. En om die ervaringen, dáár gaat het om. Zuiver door zichzelf vragen te stellen – ongeacht of er een antwoord gevonden zal worden - komen herinneringen op en glashelder dringt in dit geval de conditionering vanuit de opvoeding door naar Arnolds bewustzijn. Gevoelens zijn uiterst waardevolle signalen, goed noch slecht, ze zijn wat ze zijn: **signalen omtrent dat wat ervaren is of wordt en de gedachten en inzichten daar over.**

Soms verbergt het ene gevoel een ander gevoel; in dit geval ligt onder leedvermaak de jaloezie en daaronder weer een schuldgevoel/minderwaardigheidsgevoel. En eindelijk is Arnold door steeds maar verder te exploreren gekomen bij de bron: de opvoeding met de kritiek en ontbreken van aanmoediging. Gelukkig beseft hij dat ook zijn ouders mensen zijn van hun tijd en opvoeding en is

er ruimte voor begrip en mildheid. Ook wij geven op onze beurt - veelal onbewust – elementen door van onze conditioneringen!

Het gaat hier niet over goed of niet goed, het gaat over het handelen of niet handelen en hoe daarin gebotst kan worden met de ander; want het is niet ondenkbeeldig dat Robert iets gevoeld heeft van dit leedvermaak en daarop gereageerd heeft, al was het maar door zich af te sluiten voor Arnold. Maar ook het leedvermaak en de jaloezie sluiten Arnold af voor Robert; Arnold vormt in die situatie – in tegenstelling tot die bij de stervensbegeleiding – geen openheid, geen ruimte.

Ken je zelf vraagt een constante aandacht naar al je doen en laten, gedachten en gevoelens. Maar daarin leert men niet alleen zichzelf kennen, maar ook de ander. En steeds glipt hier ook de vraag naar binnen : hoe vrij zijn wij in onze keuzes?

SYNTHESE (3.7) Ken je zelf – geen ik

Uit Arnolds bijdrage van zijn meditatie over sterven (zie SYNTHESE 3.2 en volgende) werden de volgende zinnen ontleend.

“ Keuzeloos bewust zijn van leven en dood, twee onlosmakelijke facetten van een mysterie. Het is onmogelijk in vrijheid te kiezen voor alleen het leven. Het is onmogelijk alleen te kiezen voor bezit, voor gezondheid, etc.

Niets ben ik, niets heb ik. Ik heb alleen gedacht dat ik ben en heb.”

In Suzannes bijdrage 'Het al' (DE CLOWN (9)) citeerde Suzanne haar moeder: “met niets kom je en met niets ga je”.

Hier wordt duidelijk echter alleen gerefereerd naar de twee meest unieke momenten in het leven: geboorte en dood.

Maar in feite is er op ieder ondeelbaar moment niet iets dat men ik kan noemen en iets dat in bezit is, het berust louter op een gedachte, een illusie dat er een ik is en dus ook iets heeft.

Geen enkel moment kan gezegd worden 'ik doe mij leven'. Integendeel, er is een Kracht die, dat wat 'ik' genoemd wordt, doet leven, en doet sterven als deze Kracht wegvloeit. Geen moment kan ik dus ook zeggen 'ik leef' of 'ik heb geleefd'. Het is dan ook onmogelijk in vrijheid voor het leven te kiezen (en of een zelfdoding wel een keuze in volle vrijheid genoemd kan worden is twijfelachtig).

Geen ik, wat is er dan wel? Want niet ontkent kan worden dat er iets is, ook al kan dat geen ik genoemd worden. Omdat dit iets niet benoembaar is kwam de Boeddha tot de uitspraak 'neti neti' , 'niet dit, niet dit'.

Ieder ondeelbaar moment doet deze Kracht een cel leven en een ander sterven (micro kosmisch), ieder moment een lichaam leven en sterven (macro kosmisch) een deeltje ontstaan en een deeltje vernietigen (subatomair).

Hij die komt en Hij die gaat – Tathagata, zo sprak de Boeddha over zichzelf.

“Niets is van Mij en toch is er niets zonder Mij “ (Ashtavakra Samhita vers 2.2)

“....nergens heengaande, nergens vandaan komende, het al, het universum doordringende, verblijf Ik.” (Ashtavakra Samhita vers 2.12)

“Eenheid en gescheidenheid bestaan niet met betrekking tot u noch tot Mij” (Avadhuta Gita vers 1.15).

“Ik ben in de Vader en de Vader is in mij; het is de Vader die door mij de werken verricht” (Joh. 14.10).

“Het teken van de Vader in jullie is beweging en rust” (logion 50 Thomas-evangelie)

Inderdaad, dit onophoudelijk komen en gaan van Kracht in het meest ondeelbare moment is als beweging en rust tegelijkertijd.

Is dit precies wat Suzanne in “De clown is dood, leve de clown” (DE CLOWN 10) heeft mogen ervaren? Haar verwoording wijst toch sterk in die richting (Suzanne zelf is uiterst terughoudend in een eventuele bevestiging hiervan) :

“Jullie dachten Suzanne de clown gezien te hebben, in werkelijkheid was ik nimmer daar.

Mijn handen en voeten zijn Zijn penselen en mijn rode neus Zijn verf tot jullie troost en vreugde. Met niets ben ik gekomen, met niets zal ik gaan; het was een illusie dat ik ooit iets ben geweest of heb gehad.”

Het op basis van inzicht weten dat er geen ik of individualiteit bestaat en geen vrijheid van keuze, is een bevrijding van het keurslijf ik! Alleen door het gaan van de weg van het kennen van het zelf (“wie ben ik?”) kan men tot deze ervaring komen ; ieder ander zal met afschuw op deze ideeën reageren.

SYNTHESE (3.8) Ken je zelf – mysterie

“Mamma, waar was ik toen ik nog niet bestond?”

Geen ik.

Geen vrije wil.

Wat is er dan wel?

De Ashtavakra Samhita zegt in de verzen 2.23 en 2.24 :

“.....bij het opsteken van de wind van het denken ontstaan de werelden....”

“.....als de wind van het denken gaat liggen vergaat het universum tezamen met het belichaamde zelf....”

Boeddha zegt dat er geen individu bestaat, maar verklaart behoudens het 'niet dit, niet dit' (“neti neti”) ook niet echt wat ik dan wel ben, want hoe kan ik dit 'neti neti' dan wel ervaren?

“Gij zijt Dat” idem, van hetzelfde laken een pak.

“Het teken van de Vader in jullie is beweging en rust”

“Een modus van God”

Hoe geraakt men in hemelsnaam bij het ervaren van deze axioma's ???? Immers alleen door ervaren kan men iets echt weten.

Van de meest indringende ervaringen kan vastgesteld worden dat er een ervaring is geweest, maar een ervaren waarvan niet gezegd kan worden: dát heb ik ervaren. Het zijn momenten waarvan elke werkelijkheid, elke aanwezigheid van het ervarend ik schijnt ontbroken te hebben. Dergelijke ervaringen zijn dichterbij huis te vinden dan ogenschijnlijk lijkt, nl.:

tijdens het niezen

tijdens een seksuele extase

tijdens een groot onheil

tijdens een of andere meditatieve toestand :

bij een creatief proces

bij een intens voelend zijn

bij diepe meditatie

De laatste groep van ervaringen kenmerkt zich door een buitengewoon hoge mate van concentratie of aandacht (zie ook de bijdragen van Suzanne in de reeks DE CLOWN).

Deze ervaringen kunnen van kortere of langere duur zijn, vooral bij creatieve processen en meditatie ken de duur zeer lang zijn. Kenmerkend is dat elk besef van een 'ik' weg is, er geen denkend noch handelend 'ik' was. En toch is er in de meeste van deze situaties een handelend gebeuren, zonder dat gesproken kan worden van een toestand van trance.

Het zijn staten van bewustzijn die geen denkend, handelend 'ik' in zich dragen;

bovendien kunnen deze staten door oefening herhaald en in duur verlengd worden. Het zijn dus geen exotische of spiritistische toestanden, maar zeer concrete gebeurtenissen, waarvan afgevraagd moet worden 'waar en wie was ik?' Overigens ook een vraag die te stellen valt na een diepe, droomloze slaap!

Speelt het voorgaande op het niveau van het bewustzijn of mentale niet minder minder raadselachtig zijn de processen op materieel vlak. Nog geen enkele wetenschapper heeft een antwoord kunnen geven op de vraag hoe de cellen van een berkenboom 'weten' dat de sapstroom op gang gebracht moet worden of dat er pas op de plaats gemaakt moet worden. Of hoe onze lichaamscellen 'weten' zo te reageren of niet te reageren. Het enige wetenschappelijk – dus ervaringsmatig – antwoord luidt: als dit dan dat. Nimmer een antwoord op het echte, dieper liggende waarom of hoe. Meermaals is gesteld dat er geen weten bestaat, alleen ervaring. En de cellen weten!

De Advaita heeft zijn wortels in de Veda's, in het bijzonder in de Upanishaden. Deze zijn onder andere vertaald door Dr. W.H. Van Vledder onder de titel: “ Het mysterie van het Zelf”; hier zou aan toegevoegd kunnen worden “ Het mysterie van het zelf” De enige weg om bij de gedachte van 'geen ik, geen vrije wil' niet tot sarcasme en nihilisme te vervallen is het ervaren – dus echt weten – wat dit zelf en Zelf is. Ervaren vormt het enig middel om tot dit zelf en Zelf te geraken, het doorgronden van al wat dit zelf ervaart door inkeren.

“.....Bewustzijn.....dat alleen is eeuwigdurende Existentie.....en de enige oorspronkelijke stof van het universum.” (vers 29 Ribhu Gita)

“Pappa, waar ga ik als ik niet meer besta?”

SYNTHESE (3.9) Ken je zelf – inkeren

Uit een van Arnolds bijdragen werd het volgende genoteerd:

“ Ik herlees in de Isha Upanishad :

'Het beweegt en beweegt niet,

Het is ver weg en toch nabij,

Het is in dit alles,

Het is buiten dit alles.

Wie al wat hier op aarde leeft, beweegt en is,

ziet als het Zelf

en dat Zelf als levend in al wat is,

die kent geen haat of afkeer meer.'

Zo dikwijls al heb ik dit gelezen en ik ken het en toch....en toch herhaaldelijk is er die weerstand, die afkeer. Ik ben nu zes maanden verder met de meditatie over mijn sterven en het lijkt wel of ik nog geen stap verder ben gekomen. Er wordt bij herhaling gesproken van vredig sterven, maar zo vaak dat ik mij helemaal niet vredig voel. En dan houd ik weer opnieuw mij deze tekst voor ogen en zucht.....”

In het proces van het kennen van je zelf is dit een zeer normaal gebeuren. Inkeren vraagt een voortdurend waarnemen, een niet (ver)oordelend waarnemen van jezelf. Onze geest leert door herhaling, daarenboven dient hetgeen zich eigen gemaakt is ook onderhouden te worden. Inkeren is een zuiveringsproces, een uitzuiveren van de eigen gemaakte percepties, patronen en ervaringen met hun bijbehorende gevoelens. En hoe ouder men is hoe vaster deze dingen zich hebben kunnen wortelen. Hoe ouder de wortel hoe dieper deze steekt! Dit is op zich niets bijzonders, het is inherent aan de wijze van functioneren van het brein. Maar het is wel van belang te weten bij het inkeren en uitzuiveren dat het brein zo werkt en dat geduld beoefend moet worden en.....het herhalen, eindeloos herhalen. Eerst de grove zeef, daarna steeds fijnere zeven zijn vereist om tot de verlangde resultaten te komen.

Het lezen van teksten, geschriften ondersteunt, maar is ontoereikend. Het enige niveau van weten is het ervaren en dáárom moet de weg van inkeren gegaan worden, het met intense aandacht – de aandacht van Suzanne bij haar optreden voor de mens met dementie – naar het object gaan: jezelf.

Niet voor niets noemde Nyanaponika het aspect aandacht 'het hart van de boeddhistische meditatie' en op de achterzijde van zijn gelijknamige publicatie staat vermeld:

“.....de diepe overtuiging dat een systematisch ontwikkelen van juiste aandacht nog steeds de meest eenvoudige, directe en effectieve methode verschaft voor het trainen en ontwikkelen van het bewustzijn zowel voor de dagelijkse problemen als de

bevrijding...”

Opvallend is het woordje 'systematisch'. Hieronder valt ook de discipline waarmee het inkeren beoefend moet worden wil het niet vervallen tot een vrijblijvendheid jegens zichzelf, met alle gevolgen van dien.

Naast de eerder vermelde voordelen (zie Synthese 3.1) kan het gebruik van een schrift een ondersteuning zijn in het vrijwillige engagement dat is aangegaan; het is als je zwijgend wachtende ziel.

Het proces van inkeren stelt mogelijk de relatie op de proef; niet zelden is een partner angstig zijn of haar partner te verliezen aan een onbekende weg. Schroom – wat zal men ervan denken – kan eveneens een hinderpaal vormen om dit inkeren aan te vangen en toch.....dat zwijgende wachten!

SYNTHESE (3.10) Ken je zelf – weerstand

Arnold schreef het volgende:

“Opnieuw passeerden Juul en Jim in mijn gedachten en opnieuw was er boosheid. Telkens wanneer ik denk aan wat zij zijn of niet zijn of vertegenwoordigen word ik boos, opstandig. Ik aanvaard niet hun zo-heid, hun individuele begrenzing, ik wil het anders en dus lijd ik. Ik doe mijzelf lijden!

Eerst wilde ik niet naar deze steeds terugkerende boosheid zien, ze verdringen, maar voelde dat dit tegen het wezen van mijn mediteren inging. Waarom wilde (of durfde?) ik dit niet? Ongetwijfeld was er iets van vrees. Waarom? Angst voor mijn eigen boosheid! Angst om mijn vuile was “buiten” te hangen? Luiheid? Weer dat zoeken, dat vragen en dat gespit, de onbarmhartigheid van het zelfonderzoek? Het steeds verlangen van die sluwe geest om, al was het eventjes maar, “vakantie” te nemen? 'Het is nuttig en zinvol om een openheid te cultiveren jegens hetgeen onaangenaam is, om angst en weerstand te erkennen en de grenzen daarvan zacht en open te houden, het vrij te laten komen en gaan.' schrijft Stephen Levine.

Het is juist! Door het erkennen van mijn boosheid en de weerstand daartegen om het te onderzoeken onder ogen te zien schep ik voor mijzelf ademruimte. En tegelijk begrijp ik ook hoe anderen dit ook kunnen ervaren.”

Duidelijk blijkt uit het zelfonderzoek van Arnold hoe gedachten en gevoelens met elkaar verbonden zijn; de film van gebeurtenissen wordt opnieuw beleefd. Maar nog betekenisvoller is dat er een perceptie aan die ervaringen gekoppeld werd, nl. 'wat zij zijn of niet zijn of vertegenwoordigen'. Met andere woorden :Arnold heeft een beeld op hun toegepast waaraan zij zouden moeten beantwoorden; een zuiver imaginaire constructie waaraan de betrokkenen uiteraard onmogelijk kunnen voldoen. Dit is een proces dat zich doorlopend bij iedere ontmoeting en relatie – van langere of kortere duur – zich afspeelt! Bovendien ergeren wij ons – worden boos – als dit imaginaire beeld niet klopt.

Samengevat : ieder ik scheidt een beeld en hecht zich aan of keert zich af als de ervaring daarmee niet in overeenstemming is. Beeldt u in hoe anderen zich een beeld van u vormen en u daaraan niet kunt beantwoorden. In feite een volledig spookachtig proces, gespeend van iedere realiteit.

(Vanzelfsprekend is een en ander niet van toepassing indien er duidelijk op een of ander wijze ons echt schade wordt toegebracht; hier zijn dan de gangbare sociale codes geldig.)

Goed zichtbaar is ook hoe Arnold door de talrijke vragen zoekt en het antwoord in de lucht laat hangen tot het zich mogelijk openbaart, maar daarbij niets uit de weg gaat, ook niet de verzuchtingen van 'weer dat zoeken, gespit en onbarmhartigheid' en voelt hoe zijn geest, ego hem tracht te bewegen op vakantie te gaan.

Het is een lange weg en in het bijzonder zijn de eerste maanden het moeilijkste; het is

perfect vergelijkbaar met een voettocht naar Santiago de Compostella, ook daar duurt het eer de voeten getraind zijn en het lichaam zich gehard heeft. De geest is niet anders en in wezen op zijn rust gesteld, totdat het nieuwe patroon tot gewoonte geworden is en het op zijn beurt niet meer gemist kan worden.

De erkenning, plaats geven aan de boosheid, ook al is er nog geen antwoord op het waarom – hoewel, vormt Arnolds 'ik aanvaard niet hun begrenzing' niet reeds de kern voor het antwoord, namelijk het zich niet bewust zijn van de eigen begrenzingen van diverse eigen aspecten - schept de nodige ademruimte en een begin van het begrijpen van de ander.

Opvallend is ook dat wij alles naar buiten toe projecteren en menen dat het deze buitenwereld is die ons raakt. Niets is minder waar, wij ervaren niets buiten onszelf. Het is onze eigen geest die het beeld vooraf – zoals bij Arnold jegens Juul en Jim - of achteraf vormt, interpreteert, aanvaardt of verwerpt.

Twee zinnen zijn mogelijk ook van bijzonder belang, nl. '.....zoekt en de vragen in de lucht laat hangen tot het zich mogelijk openbaart.....' en 'wij ervaren niets buiten onszelf', evenals de uitspraak van Jezus : “ Hij die zoekt, ziet, hoort en spreekt, is ook hij die openbaart” (Gesprek met de Verlosser, Nag Hammadi). Met ander woorden : scheppen wij zelf ons universum, houdt onze geest dit in stand of laat het oplossen?

Diverse verzen in de Ribhu Gita, Ashtavakra Samhita , Avadhuta Gita en de Dhammapada (verzen 1 en 2) wijzen zeer sterk in deze richting; hierbij mag niet uit het oog verloren worden dat wij zelf het Zelf zijn.

SYNTHESE (3.11) Ken je zelf - transformatie

*“In de avondzon,
ja dan, ja dán, dán dansen,
de eendagsvliegen.”*

“Er was die haiku over de dood, die als uit niets mij onder de ogen kwam en opeens werd de meditatie over mijn sterven – minder nog dan zes maanden – erg levend. En dan daar bovenop die droom en het boek “Gesprekken in de nacht” dat het echtpaar Kramer samen schreef over het naderend sterven van hem. Hoewel ik niet bijgelovig ben krijgt mijn meditatie toch groter werkelijkheidsgehalte dan ik voor mogelijk gehouden had. Er komt het aspect naar voren dat ik niet alleen sterf, maar dat mijn partner evenzeer sterft en tranen springen mij in de ogen.

Ook is er de vraag waaraan zul je sterven en de daarop steelse gedachte dat het dan toch gelukkig niet al te lang meer zou kunnen aanslepen; dag in dag uit hiermee bezig zijn kruipt niet in je koude kleren, maar onder geen voorwaarde mag ik in mij laten opkomen dat het niet echt is. Dat zou de hele meditatie onderuit halen, trouwens het is nu reeds zo levendig geworden dat het echt zo zou kunnen zijn, een reële mogelijkheid geworden is.

Het is een diepgaand transformatieproces en zoals elke transformatie gaat het met pijn gepaard. Geboren worden, sterven, verlies van een partner of werk doen pijn. En als ik aanvankelijk alleen maar dacht aan alleen het sterven, dan ben ik was ik wel even vergeten dat er een hele periode van verwording aan vooraf kan gaan. Een periode waarin stilaan alles losgelaten moet worden, niet in het minst dit lijf en dat het een slepende verwording kan zijn en een afhankelijk worden, waarin ik mij geheel en al zal moeten overgeven.

En mijn respect groeit voor Luk, Liesbeth, Thomas, Saskia enal die anderen die mij hun angsten, hun verwording getoond hebben, omdat ik nu enigszins voel wat zij gevoeld moeten hebben.....”

Met dankbaarheid jegens Arnold mag opnieuw geput worden uit zijn ervaringen! In dit inkeren van Arnold wordt zichtbaar hoe de eigen beleving het begrijpen van anderen tot stand brengt. Maar even duidelijk is dat een dergelijke oefening helemaal niet vrijblijvend is; in zijn bijdrage 'geen ik' (Synthese 3.7) was nog sprake van het niet bestaan van een ik, in deze fase lijkt zijn ik weer springlevend te zijn. Eerst was er nog de afstand en het mentaal beleven, nu wordt reeds meer het gevoelsaspect zichtbaar. Onderhuids sluimert zelfs ook een verlangen niet verder te gaan : 'onder geen voorwaarde mag ik in mij laten opkomen dat het niet echt is'. Dit stille verlangen weerspiegelt de levensdrift in iedere stervende mens.

Arnold beseft dat het sterven en mede sterven van zijn partner een ingrijpend proces van transformatie is. Dit is evenwel nog altijd een relatieve zienswijze, in absolute zin is er zelfs geen transformatie! (Zie de verklaringen bij vers 3.14 van de Avadhuta Gita

en vers 7.6).

In de relatieve werkelijkheid ervaren wij echter wel degelijk een veranderen, een bij tijd en wijle intens pijnlijk veranderen; pijnlijk niet alleen fysiek maar meer nog op mentaal vlak : als lijden. Het is hier dat de houding tegenover het veranderen bepalend wordt : verzet of toekeren. Deze keuze bepaalt hoe het veranderingsproces ervaren gaat worden, dus gevoeld zal worden. Dit is helder weergegeven in Synthese (3.5) - ruimte; iedere stervende, ook Arnold in zijn meditatie, zal deze ruimte zelf moeten scheppen. Iedere verandering, ieder verlies, groot of klein, biedt de gelegenheid tot toekeren, tot het scheppen van ruimte. Een “onmiddellijk” vervangen van het verlorene verdooft de pijn en sluit de deur tot het leren toekeren en scheppen van ruimte, bevrijding. Verzet tegen het verlies, verkleint de ruimte en creëert de gebondenheid. Het verlies van het ik en de vrije wil vraagt een aangehouden besef en oefening in de kleinere dingen van het leven om de vaardigheid te hebben als het erop aankomt. En alleen het gevoelde is ervaren, gekend.

SYNTHESE (3.12) Ken je zelf – relaties

Grootmoedig laat Arnold opnieuw in zijn bijdrage het volgende weten.

“ Je losmaken van oude gedragspatronen is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Met mijn gedachten volop bij mijn inzicht meditatie over sterven en dood slingert mijn partner het verwijt naar mijn hoofd dat ik veel te traag onze gasten van spijs en drank voorzie, te lang in gesprek met hen blijf. Ik ben mij nergens van bewust (en nog steeds niet). Trouwens ik vind dat het helemaal niet het geval is, je moet je toch ook je gasten 'geestelijk' onderhouden? En als wij met de auto weggaan ben ik weer veel te snel en slaakt zij de nodige zuchten.

Het gevolg is weer eens een hartig woordje en mijn zo moeizaam te verwerven gelijkmoedigheid naar de vaantjes.

Ik doe mijn uiterste best en een simpele confrontatie vanuit de relatie – gewoon door een andere zienswijze – haalt je weer onderuit. Van de andere kant erger ik mij ook niet regelmatig groen en geel aan haar?”

De relatie met een partner is een voortdurende bron van uitdaging. Twee mensen vanuit een geheel verschillende cultuur (het andere gezin vormt ook een cultuur), vorming en ervaring trachten samen verder te gaan. Gaandeweg worden naast de aantrekkelijkheden ook de verzet oproepende aspecten gezien. Alle, maar dan ook alle aspecten zijn gebaseerd op conditioneringen en bezitten geen enkele objectiviteit, zijn volledig subjectief (vergelijkbaar met Spinoza's en Boeddha's idee over eigenschappen). Het is uitsluitend de identificatie van ik of jij met een eigenschap die de aantrekking of het verzet oproept.

Het venijn schuilt in de onbewuste, ja de instinctieve koppeling van dit ik – of jij – met een of andere eigenschap tezamen met het bijbehorende in het emotionele brein opgeslagen gevoel dat ons doet reageren.

Is Arnold traag? Misschien in het ene aspect wel en in het andere niet. Trouwens wie zal bepalen wat de juiste snelheid van serveren is, met ander woorden het beeld van Arnolds partner is geheel en al subjectief en gegrond op haar percepties die alles behalve objectief kunnen zijn.

Nee, Arnold is perfect met zichzelf, maar ziet haar als niet volmaakt; zij is perfect met zichzelf, maar ziet hem als niet volmaakt; beiden leven in dualiteit waar een ik en jij zijn. Zelfs als beiden weten dat elk geheel en al het Zelf is, helpt niet voldoende tegen de diep ingewortelde reflexen. Deze bron van conflicten is de leerschool, door herhaald ervaren moet geleerd worden.

Het is een voortdurende dans tussen de relatieve werkelijkheid van het samenleven en de objectieve werkelijkheid van niet-twee; een bij tijd en wijle vermoeiende en frustrerende dans met soms lange tenen en pijnlijke voeten.

Als je weet wie je bent houd je langzaam op te zijn wie je niet bent.
In de overtuiging dat geen ik-identiteit bestaat, kan deze identificatie losgekoppeld worden van de ervaring ('jij bent te traag') ; door dan als een getuige deze ervaring te beschouwen wordt deze ervaring ontdaan van zijn percepties en zijn emoties. Er ontstaat ruimte, immense ruimte.

Opmerking: in de volgende publicatie zal de techniek van het loskoppelen – het zijn als een getuige – verder uitgediept worden.

SYNTHESE (3.13) Ken je zelf – ontkoppeling

Ontkoppel de motor (de emotie) van het voertuig ik.

In enige eerdere publicaties zijn hiervan reeds voorbeelden aangegeven, o.a. door Suzanne in haar bijdrage “buitenspel” (de clown 5) en Arnold in zijn bijdrage “ruimte” (synthese 3.5). De voorbeelden hebben betrekking op zowel fysieke als mentale ervaringen.

Buiten kijf is dat de ervaring daar is en deze ervaring behoeft en mag niet ontkend worden; ontkennen kan soms helpen, maar leidt steevast tot een conditionering die op kortere of langere termijn doorbroken wordt.

De techniek bestaat in het als een getuige gadeslaan van een eigen gevoelen. Een absoluut neutrale getuige die zich onder geen voorwaarde mag laten verleiden tot enig commentaar of een gedachte over wat waargenomen wordt. Ieder commentaar of elke gedachte over het object plaatst onherroepelijk een identiteit – het ik – tussen het object (de eigen pijn of angst, de pijn of angst van de ander) en de waarnemer, die men zelf is.

Het vraagt nogal wat concentratie om op deze wijze het object te blijven waarnemen, zeker in de aanvangsfase van het oefenen hierin heeft de geest snel concentratie verloren en is de niet objectieve getuige – het ik – weer te voorschijn gekomen. Zodra men dit gewaar wordt, wat goed merkbaar is door een nieuwe ronde van gedachten en hoogoplopende gevoelens, moet opnieuw begonnen worden met het zuiver neutrale waarnemen. Er komt een moment dat de gevoelde ervaring, de emotie opgehouden is zich te manifesteren. De techniek berust niet alleen op zuivere concentratie, maar via deze concentratie wordt wel de beoogde ontkoppeling bereikt.

Neem bijvoorbeeld dat de partner een verwijt heeft gemaakt en men razend is, het ego, ik is geraakt. Het spreekt vanzelf als men deze techniek toepast dat dit niet lukt in bijzijn van de partner, evenmin wordt een duurzame ontkoppeling bereikt. Maar wel schept men een adempauze en een moment waarin ervaren kan worden dat de emotie volledig verdwenen is. De adempauze en zo nodig een herhaling daarvan doorbreekt de spiraal van gedachten en gevoelens en schept even de ruimte om op een meer meditatieve wijze naar het gebeurde te zien en misschien zelfs er afstand te kunnen nemen.

Het is verbijsterend om vast te stellen dat vrijwel al deze conflicten berusten op het natuurlijke talent in ieder van ons, om de ander te (ver)vormen naar een eigen vervormd beeld en gelijkenis.

“Als er geen “ik” is is er bevrijding; als daar “ik” is, is er gebondenheid. Aldus bezien, onthoudt men gemakshalve van iets te aanvaarden [verlangen] of te verwerpen”

(Ashtavakra Samhita vers 8.4).

Vrees voor een zombie toestand is niet op zijn plaats, de gevoelens zijn er gewoon,

er ontstaat geleidelijk aan een vredige, vreugdevolle gelijkmoedigheid.

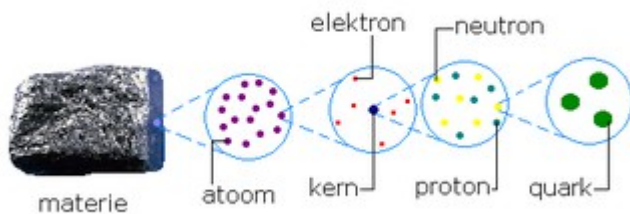
SYNTHESE (3.14) Ken je zelf - laudate

LAUDATE DOMINUM

Arnold noteerde de volgende uitspraak :

“ Bezinning op de dood is bezinning op de vrijheid “ (Montaigne)

Een (menselijk) lichaam bestaat uit moleculen en atomen met een verscheidenheid van samenstelling, echter steeds uit de basale elementen ether, lucht, vuur, water en aarde. De atomen bestaan weer uit protonen en neutronen en in aantal variërende elektronen, die in diverse banen met enorme snelheden er omheen draaien. Steeds



blijkt bij nog verder onderzoek dat elk gevonden deeltje van de samenstelling geen vastheid kent zoals men zou verwachten van materie. Het blijkt zelfs dat partikels dwars door wat als vaste materie beschouwd wordt heen gaan.

Het menselijk lichaam evenals alle andere materiële objecten blijken louter hun vastheid te ontleen aan de snelheden waarmee de verschillende samenstellende deeltjes zich energetisch bewegen, gelijkaardig een snel rond draaiende rotor of propeller een beeld geeft van een vaste schijf.

“ De materie die als dichtheid verschijnt, bestaat essentieel uit lege ruimte en partikeltjes die als planeten met hoge energie rondcirkelen. Al is het mogelijk om de partikels een grotere densiteit toe te kennen, toch moeten deze beschouwd worden als concentraties van het veld ” (David Bohm). Voor veld lees: energieveld.

“Ge zijt noch aarde, noch water, noch vuur, noch lucht, noch ether. Ten einde bevrijding te verwerven, ken het Zelf als de getuige van dit alles en het Bewustzijn daarvan.” (vers 1.3 Ashtavakra Samhita)

Dit lichaam dat buiten enige wilsvaard van de eigenaar verwekt werd, gevoed en nu in stand wordt gehouden, dit lichaam is een lege ruimte met een amorfe energie. Het relatieve menselijk bewustzijn, het brein heeft géén enkele zeggenschap over dit lichaam, meer nog, het brein is deel van dit lichaam. En toch ontstond het, groeide en blijft in stand tot het opnieuw uiteen valt tot de

basale elementen.

Dit lichaam groeide en blijft in stand met voedsel dat als gelijkaardige materie beschouwd moet worden.

Het is onmiskenbaar dat deze “leegte”, energie, een intelligentie vertoont; niet alleen is dit zichtbaar in de natuur die ons omringt, waaronder het voedsel, maar evenzeer in ons lichaam, dat geheel en al functioneert zonder bewuste daad onzerzijds, behoudens het van voedsel en drinken te voorzien en te behoeden. Er is een beginsel werkzaam dat via informatie en energie alles beweegt, ook de zogenaamde dode materie, die bij nadere beschouwing uit energiek bewegende deeltjes bestaat.

Hoe wonderlijk klinkt dan dit vers (2.13) uit de Ashtavakra Samhita:

“Wonderbaarlijk ben ik! Verering voor mijzelf! Er is niemand zo vaardig als ik, die in eeuwigheid het ganse universum draag zonder het met het lichaam te beroeren.”

Dan opent zich ook het prachtig vers (4.24) uit de Bhagavad Gita (vrije weergave):

“Het Zelf als de offeraar, offert het Zelf als het offer aan het Zelf, de Opperste Heer.”

Te veronderstellen dat dit werkzaam beginsel – het raadselachtig verschijnsel in het uitgestelde keuze experiment van John Wheeler (zie Advaita en Kwantumfysica (1)), waaruit de conclusie getrokken werd dat de waarnemer het waargenomen object beïnvloedt, is een zeer sterke duiding daarvan - een beginsel van bewustzijn is, is niet al te gewaagd. Het is en blijft vooralsnog een Mysterie, dat onder diverse benamingen geduid wordt (Dat, God, Zelf, Shiva Brahman, de Vader , Neti Neti).

Een Beginsel dat mij verwekt en gewekt heeft, voedt en in stand houdt en zich als bindend element terugtrekt in de afzonderlijke elementen als “mijn” tijd gekomen is, maar niet vermindert noch vermeerdert, ondeelbaar en zichzelf blijft.

GIJ ZIJT DAT

Een Beginsel, waarvan Monteverdi in het Laudate Dominum zo intens van getuigt.

LAUDATE

SYNTHESE (3.15) Ken je zelf – pijn-angst

Als de werkelijkheid van dit lichaam het Zelf is, het Zelf dat Zuiver Bewustzijn is en onberoerd, aldoordringend en alomvattend, hoe kan er dan iets als pijn bestaan?

In de publicatie van Suzanne (de clown 5) geeft zij aan hoe zij door zuiver waarnemen haar ervaren van pijn teniet doet.

Waarop berust pijn?

Het is een nuttige signaalfunctie door gekwetste zenuwen doorgegeven aan het brein, maar een identieke verwonding wordt subjectief op een pijnschaal gequoteerd. Pijn is dus niet eenduidig.

Pijn blijkt onmiddellijk gekoppeld te zijn met angst en een haast lineaire correlatie te kunnen vertonen; het klassieke voorbeeld hiervan is de tandarts.

Pijn kan ook als genot ervaren worden.

Pijn kan eveneens uitgesteld ervaren worden; voorbeelden zijn de gewonde redders en krijgers.

Het ervaren van pijn kan ook geheel en al losgekoppeld worden van het interpreterende brein; was Suzanne meer geoefend geweest zou zij mogelijk haar concentratie hebben kunnen voortzetten tot de pijn volledig verdwenen zou zijn.

Als pijn ten nauwste samenhangt met angst, dan is de uiteindelijke bron het ik-besef. Hoe sterker het ik-besef is omtrent 'ik heb pijn' des te sterker wordt ook de pijn ervaren en zwakker dit besef is hoe geringer de pijn wordt.

In SYNTHESE (3.13) – ontkoppeling, werd reeds ingegaan op een bewust losmaken van een gevoel en dit ik-besef. Hoe nauw deze relatie ligt blijkt bijvoorbeeld uit de talrijke getuigenissen van de spontane redders die met voorbijgaan aan een mogelijk verlies van het eigen leven zich inzetten. Het is min of meer vergelijkbaar met Arnolds “ruimte” (SYNTHESE 3.5).

Maar hoe de geest ook heel bewust pijn verminderd kan doen voelen wordt getoond door de vele mensen die zich met succes oefenen in het verlagen van de (subjectieve) pijndrempel.

Een buitengewoon voorbeeld vormt de 16de Karmapa – spiritueel leider van een van de Tibetaans Boeddhistische scholen. In 1981 was hij in een Amerikaans ziekenhuis stervend aan een pijnlijke vorm van kanker en weigerde iedere pijnstillers. Desondanks bleef hij tot het einde toe zeer vriendelijk, opgewekt en zeggen dat hij geen pijn had.

Al deze vormen van het ervaren of niet ervaren of anders ervaren van pijn wijzen op de onwerkelijkheid van een van onze meest essentiële gevoelens. Cruciaal daarbij is de rol van het ik-besef en de mate waarin dit beleefd wordt, namelijk continue aanwezig, discontinue afwezig, of in het geheel afwezig. Meerdere getuigenissen in dit verband staan beschreven in “Bewust leven, bewust sterven” van Stephen Levine (uitg. Servire).

Als de identificatie met het lichaam en met het ik wordt opgegeven ontstaat een geheel andere dimensie van het ervaren van pijn.

SYNTHESE (3.16) Ken je zelf – dement

Waarom treed je als clown op voor mensen met dementie, Suzanne?
Op deze vraag heeft Suzanne onder andere dit antwoord gegeven:

“Echt weten doe ik het niet, er was die uitnodiging die ik om god weet welke reden ik niet kon afwijzen. En ik heb leren zien. Gezien hoe puur, zuiver zichzelf zij zijn in hun verwording. Zonder masker, blij, boos, ingekeerd, angstig, al of niet in staat tot enige activiteit, maar altijd eerlijk zichzelf. Vroeger zei men voor dementie “kinds” en eigenlijk is het een bijzonder treffende uitdrukking: als een kind, volmaakt zichzelf. Maar er is meer. Ook ik kan bij hen volkomen mijzelf zijn. Er is natuurlijk die rode neus en clowneske kledij, maar van binnen ben ik geen clown, zelfs geen Suzanne. Ik ben mijzelf zonder ik.

Maar ook heb ik gezien hoe ik zelf kan worden – verworden voor wie alleen de uiterlijkheid beziet. Ik heb de ziekte van Parkinson en er is een vergrote kans dat dit zich verder manifesteert in dementie. Dit was echter niet de reden om clown te worden, want de diagnose is daarna gesteld. Soms is dat confronterend, zoals die ene keer dat plots een verpleegkundige mij toefluisterde: “hij is dokter geweest”. Ik moest even terzijde – neus snuiten, adem halen – om weer verder te kunnen gaan. Het was even als een spiegel, die ingekeerde man.

Hoe zal ik dan zijn vraag ik mij wel eens af, blij of boos, geblokkeerd in mijn rolstoel, of.....wenen om wat ik niet meer kan zeggen of weet, maar wel voel en hoe zullen mijn partner en kinderen dan naar mij zien of misschien zelfs niet omzien. Alles is mogelijk en niet mogelijk, ik zie niet veel verder dan vandaag.

Toch deed ik die clownerie met hart en ziel en mocht de situatie die mij dwong te stoppen zich keren, dan zal ik met liefde de draad weer oppakken.”

Dit korte verslag gaat in de kern verder daar waar de vorige publicatie “pijn/angst” (3.15) gestopt is.

Zoals Arnold in zijn relaas 'ruimte' (synthese 3.5) ook naar het beleven van zijn gevoelens zag, zo ziet Suzanne eveneens naar haar pijn en angst. Pijn en angst worden door hen beleefd, maar leiden niet tot het achterwege laten van hun werk als vrijwilliger, integendeel.

Alleen als er de bereidheid is om naar eigen pijn en angst te zien, ja zelfs aan te gaan en te aanvaarden, dan kan deze in de ander verdragen worden. Een ongenadige spiegel tot het kunnen behulpzaam zijn voor de ander in een warm voelend zijn, omdat door een bewust eigen beleven en accepteren het ik ontkoppeld is.

SYNTHESE (3.17) Ken je zelf – geven/ontvangen

Arnold:

“ Ergens halverwege de meditatie over mijn sterven heeft mijn partner gedurende enige dagen relatief veel geweend, telkens als zij uit de cd 'mother earth carry me' het nummer 'go your way' hoorde. Zij is op de hoogte van mijn meditatie en het raakte mij diep dat zij mij deze weg alleen wilde laten reizen. Hoewel zij nadien mij vertelde dat het uit eigen belang was dat zij niet kon of wilde volgen, was ik toch erg ontroerd dat zij mij deze ruimte liet. Op mijn beurt ervoer ik opnieuw gevoelens van spijt voor die zaken waarin ik tekort geschoten ben. De meditatie over mijn sterven bracht toch meer realiteit met zich mee dan ik aanvankelijk gedacht had. Vooral toen de einddatum meer en meer in zicht kwam ontstond er stilaan steeds meer een onrust, iets van de zichzelf vervullende profetie. Dit gevoel ebde slechts langzaam weg, naarmate deze datum achter mij begon te liggen. Wel heeft het besef van mijn eindigheid zich dieper vastgezet. In de palliatieve begeleiding van Thomas heb ik mogen ervaren hoe belangrijk deze eigen beleving is geweest.”

Heel veel dank Arnold dat je deze ervaringen en die in de voorgaande publicaties hebt willen delen. Een diep besef van onze eindigheid plaatst ons in een geheel ander perspectief tegenover al wat wij zijn, wie wij zijn en wat ons omringt. Het neemt iets weg van het onbewuste taboe en schenkt de vrijheid waar Montaigne over spreekt. Het maakt het mogelijk, doordat wij naar onze eigen gevoelens hebben kunnen zien, die van de ander te kunnen aanvaarden; want in feite zijn het niet hun angst en pijn die wij zien, maar die van onszelf. En terug deinzend voor je eigen angst en pijn betekent dat je de ander niet kunt benaderen op die wijze die het meest nodig is: in de wereld van het voelen. Wanneer je ik ertussen zit, is een zuiver voelend zijn niet mogelijk. Het is analoog aan de ervaringen van Suzanne.

Een ander belangrijk aspect betreft de ruimte die tussen beide partners gelaten kon worden. Sprekend over het huwelijk zegt Kahlil Gibran : “ Laat er tussenruimte zijn en de winden tussen jullie dansen” (De Profet). Hier ligt de kern van veel problemen en onmin; het niet kunnen accepteren dat de de ander anders is en anders *moet* zijn. Met name op het vlak van spirituele ontwikkeling is dit van eminent belang, het kan letterlijk dodelijk zijn.

In deze ruimte is het geven en ontvangen een en dezelfde beweging. Arnolds partner gaf hem de ruimte, maar schiep en ontving tegelijkertijd haar eigen ruimte. Arnold ontving deze ruimte en gaf haar de ruimte om niet te volgen. Geven en ontvangen zijn volmaakt één beweging. Het juiste geven leidt tot het bijbehorende juiste ontvangen.

SYNTHESE (3.18) Ken je zelf – wilsverklaring

Synthese (3.15) Ken je zelf – pijn en angst , eindigt met de zin:

“Als de identificatie met het lichaam en met het ik wordt opgegeven ontstaat een geheel andere dimensie van het ervaren van pijn.”

In zijn mails schrijft Arnold o.a. het volgende:

“ Tijdens mijn meditatie over mijn sterven voelde ik de noodzaak om een wilsverklaring op te stellen. Het sterven kan naast de mentale pijn ook een intense fysieke pijn met zich meebrengen, hoewel een toereikende bestrijding mogelijk is. Meer nog dan dat schrok mij een comateuze toestand af van een langdurige aard en je in de onmogelijkheid verkeert je verlangens kenbaar te maken. Na veel wikken en wegen heb ik dan een verklaring kunnen opstellen in voldoende exemplaren voor partner en kinderen. Zij vonden het maar een eng idee, maar respecteerden mijn verlangen.

Ook na de meditatie heeft deze verklaring een aantal jaren stilletjes in een lade liggen wachten. Totdat.....totdat ik besefte hoezeer dit aan mijn gevoel van ik en een individualiteit appelleerde en ik alle exemplaren heb terug gevraagd en verscheurd. Ik heb geen idee hoe het zal zijn als ik er voor sta, maar nu is er een gevoel van het zal goed zijn zoals het zal gaan. In dit besef is geen moed besloten, alleen maar openheid.”

In de publicatie SYNTHESE (3.16) Ken je zelf – dement, vermeldt je Suzanne dat je Parkinson hebt. Hoe is dit voor jou wat Arnold schrijft?

“ Ook voor mij is dit juist hetzelfde. Ik vorm mij geen enkel idee omtrent wat zou kunnen gebeuren. Vanuit mijn clownerie heb ik - net als wellicht Arnold als palliatief vrijwilliger - genoeg gezien om te weten wat het is. Er zijn zoveel vormen als er bij wijze van spreken individuen zijn. De diagnose is voor iedereen hetzelfde zei mijn huisarts, het verloop is onvoorspelbaar. Misschien is het grote verschil met diverse vormen van kanker, dat Parkinson dikwijls een minder onmiddellijke directe bedreiging vormt, een vals gevoel geeft van nog de tijd te hebben. Niets is echter minder waar, na een aanvankelijk traag verloop kan het opeens relatief snel gaan, soms op enkele jaren tijds. Voor mij is elke keuze die gemaakt wordt goed. Goed in die zin, dat aan de keuze geen moreel goed of kwaad verbonden is, zij kan alleen maar juist zijn, ongeacht of deze werkelijkheid wordt of niet.

Ik heb de overtuiging dat er geen ik, geen individu is; maar of dit zo overeind

blijft als de ziekte verder evolueert, weet ik niet. Zelfs kan ik niet écht weten dat er geen ik, geen individu is. Er is geen weten, alleen maar ervaren. En zelfs dit ervaren komt soms erg onwezenlijk over. De diagnose van Parkinson is gesteld, er zijn verschijnselen die de juistheid daarvan bevestigen, maar daarmee houdt het ook op.

'Wat is kennis of wat is onwetendheid, wat is het ik, wat is dit of wat is het mijne, wat is gebondenheid of wat is bevrijding.....' vraagt Ashtavakra zich af in vers 20.3'

Ik ga op geen enkele wijze vooruit lopen op wat zou kunnen zijn of hopen dat iets niet zal zijn. Ik weet het niet en terug blikkend moet ik zeggen : ik heb nooit iets geweten van wat geweest is."

Aan deze getuigenissen behoeft niets toegevoegd te worden, in beide situaties is er vooralsnog een openheid ten aanzien wat zich aandient; een overgave aan het leven zoals zich dat kan voor doen.

Synthese (3.19) Ken je zelf – de intieme dood

In Synthese (3.5) Ken je zelf – ruimte doet Arnold getuigenis van zijn begeleiding van een terminale vrouw en zegt onder andere : “..... en in diezelfde ruimte beleef en aanvaard ik mijn eigen emoties.”

In antwoord op de vraag wat dit concreet voor hem betekende en hoe hij hiermee heeft leren omgaan, heeft Arnold het volgende geantwoord :

“Kort na het begin van de begeleiding van Liesbeth heb ik opnieuw uit de bibliotheek “De intieme dood “ van Marie de Hennezel geleend en herlezen. De ene bevestiging na de ander van mijn eigen ervaren en voelen trof ik in dit boek aan. In de periodieke dagen van opleiding werd aan de eigen emotionele aspecten voorbijgegaan of slechts terloops ter sprake gebracht.

Met stukjes en beetjes – met meer kon gewoonweg niet – lees ik de diep ontroerende en soms met een haast hemelse schoonheid beschreven getuigenissen en beleven van de schrijfster bij haar begeleiden van terminaal zieken. En tegelijkertijd is daar mijn eigen begeleiding van Liesbeth en haar man en de emoties waar ik ingedompeld wordt.

*Het ingedompeld worden en de eigen emoties ervaren is de prijs die betaald **moet** worden om te kunnen helpen en communiceren over dat wat ons het diepste raakt. De meeste mensen willen helpen, maar willen deze prijs niet betalen. Onmogelijk, verdomme het is onmogelijk om bij jezelf te komen, je allerdiepste zelf én de ander, zonder te betalen!!! Ook Marie de Hennezel stelt dat deze pijn soms intens is.*

Er wordt gezegd jezelf niet te verliezen in je hulpverlening wil je van effectieve hulp blijven. Juist, maar eerst moet je deze emoties doorleefd hebben en wellicht meermaals, want dan komt spontaan het mededogen en de kracht van het hart. Dan ontstaat de ruimte die anders door je eigen onverwerkte gevoelens vergrendeld blijft. Terecht staat er in jouw syllabus het citaat van Rainer Rilke :angsten zijn als draken die je grootste schat bewaken. En ook op de startpagina van je website het citaat van Ramana Maharshi : ...speel je rol in de wereld uit héél je hart!

Waarom dit “moeilijke” werk en waarom daarbij die lastige wijze van gaan? Ik weet het niet. Er is geen overweging, geen verlangen daartoe, niets van dat al. Er is alleen een voelend weten dit te moeten doen.

In de Upanishaden staat : “Je bent wat je diepste verlangen is; zo je verlangen is zo is je wil; zo je wil is zo zijn je daden; zo je daden zijn zo is je oogst.” Ik geloof dat dit slechts gedeeltelijk waar is. Er is iets dat nog voorbij verlangen ligt, voorbij het begrip roeping. Ik kan het niet anders zeggen dan : het is een voelend weten van zulk een intense diepte afkomstig dat het weten een niet wetend weten is.”

Synthese (3.20) Ken je zelf – Sisyphus

Uit een van Arnolds bijdragen werd het volgende geselecteerd.

“Van begin af aan heb ik als palliatief vrijwilliger opgezien tegen een eventuele hulp en verzorging bij het toilet (een ietwat preutse opvoeding was daar niet vreemd aan). Ik besepte dat ik vroeg of laat toch eens daarmee geconfronteerd zou worden.

Bij mijn allereerste bezoek aan Norbert viel hij vrijwel meteen met de deur in huis: 'ik heb soms wel eens een ongelukje' en hij weende.

Ik was ontroerd door zijn directheid voor een voor iedereen moeilijk onderwerp en zijn emotie; zonder nadenken zei ik dat het wel zou gaan. Er was een ongelukje. Met behulp van de stalen verpleegster en Norbert die rustig bleef en ik die rustig bleef werden deze 'zaken' afgewikkeld.

Stralend vertelde Norbert tegen zijn vrouw bij haar thuiskomst dat wij het samen zo goed gedaan hadden!

Zijn vooraankondiging en emotie daarbij hebben mij naar ik vermoed onmiddellijk doen beseffen dat zo iets voor iedere zieke niet gemakkelijk is en de ruimte gecreëerd om mijn geremdheden zonder verder nadenken opzij te kunnen zetten. Ook voor Norbert heeft dit bevrijdend gewerkt, waardoor ook hij rustig kon blijven. Ik heb hem met alle aandacht verzorgd, alles opgeruimd en mijn handen gewassen; dat was alles.

De tumor en vocht drukten op zijn zenuwen, waardoor er een begin van incontinentie was.

Duidelijk heb ik kunnen ervaren dat het ontbreken van helemaal niet ter zake doende gedachten, vooraf en tijdens, een zeer grote rol speelt.

Er is geen enkele onwaardigheid in deze zo-heid, er is alleen onwaardigheid in mijn denken.

Door mij te ontdoen van mijn ideeën, percepties ontstaat de ruimte voor een zuiver en aandachtig waarnemen en handelen. In deze ruimte viel ook het onderscheid hij en ik weg.”

Net zo als bij Arnolds ervaren met Juul en Jim (zie Synthese 3.10) en die van Suzanne (zie publicaties De Clown) blijken gedachten, ideeën en percepties een cruciale rol te spelen in de wijze waarop een verschijnsel, de wereld ervaren wordt. En dat dit ervaren verandert wanneer dit onbewuste en voorafgaandelijke wijze van “zien” zich wijzigt. En niet alleen verandert het werkelijke ervaren, tegelijkertijd veranderen ook de gevoelens ten opzichte van hetgeen ervaren wordt!

Een goed hulpmiddel voor het onderzoeken hiervan vormen de vier vragen van Katie

Byron : zie Syllabus de hoofdstukken het denken en het geconditioneerde ik.
Dit onderzoek volstaat niet door eenmaligheid; het domein en wijze van ervaren is zo uitgebreid in verschijnselen, maar ook zo diep verankerd in het onderbewuste, dat een onophoudelijke oefenen daarin noodzakelijk is. Een ware Sisyphusarbeid, met evenwel een gestage vooruitgang.

Wanneer de werkelijkheid van hetgeen ervaren wordt een andere werkelijkheid kan blijken te zijn rijst de vraag of ál hetgeen ervaren wordt de werkelijkheid niet is. Met andere woorden :

“Weet heel dit universum vormloos te zijn” (zie vers 1.41 en annotaties Avadhuta Gita).

“Noch u noch ik hebben naam en vorm” (zie vers 1.17 ibid).

“Het universum van naam en vorm.....zijn louter denkbeelden....” (zie vers 9 Essentie Ribhu Gita).

Een werkelijkheid voorbij de werkelijkheid van zintuigen en geest.

SYNTHESE (4.1) Beseffen – identificatie (1)

In de voorbije publicaties is meermaals gesproken over ontkoppelen en identificatie. Altijd identificeren wij onszelf met iets of iemand, of vormen een zelfbeeld waarmee wij ons vereenzelvigen. Dit strekt zich ook uit tot datgene wat begeerd wordt of afkeer opwekt.

Vanwaar deze behoefte om iets of iemand te zijn, te bezitten – inbegrepen een partner – of juist niet te willen bezitten?

Het is een bekend verschijnsel dat jongeren hun identiteit zoeken en als volwassenen gaan wij daar onophoudelijk mee door, omdat gedurende elke periode in het leven deze identiteit verandert.

Deze gang van zaken wijst duidelijk op het steeds weer aannemen van een identiteit, een rollenspel enerzijds en anderzijds een duurzame vreugde trachten te verkrijgen van iets dat een volkomen eigen(dom) is.

En onophoudelijk ontsnapt die waarachtig gedachte identiteit en vreugde en wordt er een nieuwe versie en object gezocht en gevonden, totdat.....

Een toverspel van zelfbegoocheling lijkt het wel, dat, als het beleefd mag worden, voortduurt tot zelfs alleen nog de herinneringen zijn overgebleven.

Vanwaar deze identificatie, die soms groteske vormen aanneemt in een of ander stadion of tijdens een nationale manifestatie, en een mateloze drang tot verzamelen?

Waarom deze onophoudelijke zoektocht naar hét enig echte eigene 'dat ben ik en wat een zaligheid' of het immens gevoelen van eindelijk thuis gekomen te zijn, in een geborgenheid zoals Suzanne beschreef in haar 'poppenspel' (de clown 6)?

De bron van dit spel van zelfbetovering is in wezen de vraag 'wie ben ik'? De enige echte en blijvende 'ik' drijft deze zoektocht, dit onophoudelijk in-diepe verlangen, het zich niet langer afgescheiden voelen.

Heel terecht stelt Ramana Maharshi steeds weer: “wie is dat ik?”

En na talloze vruchteloze pogingen wordt hopelijk stilaan de conclusie helder : alles waarmee ik mij identificeer eindigt, alles! Alles, behalve het idee van 'ik'. Dit idee blijft tot de laatste ademtocht zich verzetten tegen waar het zich niet tegen kan verzetten : ik ga dood; om dan toevlucht te nemen tot een hiernamaals.

Fysici uit de wereld van de kwantumfysica hebben aangetoond dat alles wat zich tot dusverre zich aandienende als materie steeds weer een 'leegte' bleek te zijn, waarin zich toch een cohesie, een samenhang aftekende. Reden waarom zij spreken van een veld van energie, waar wij – onder andere – niet meer dan een verdichting van zijn. Deze schijnbare vastheid van het lichaam is dus niet meer dan in wezen een verdichting van een amorf veld van energie. Deze verdichting staat niet los van het niet verdichte of andere verdichtingen van dit veld; integendeel, het vormt zelfs geen deel daarvan, het is het veld zelf. Het gezegde 'de waarnemer beïnvloedt door zijn waarnemen hetgeen waargenomen wordt' van de kwantumfysicus is een ervaringskennis die sterk

in deze richting wijst.

Is het verlies van dit besef, dit weten wat wij werkelijk zijn de ware grond van de onophoudelijke behoefte om ons te identificeren? Immers een idee van het bestaan van een ik schept uit dit idee automatisch het idee van een ander en het andere en dus een eigen identiteit, iets waarmee wij ons kunnen onderscheiden van de ander en het andere. Terwijl de ander en het andere niets anders zijn dan dit ik, namelijk : een verdichting van dat ondeelbare veld.

Kan dit veld ook gezien worden als Bewustzijn? Het is evident dat voor een fysicus het moeilijk is om een nog onbekende energie te definiëren en te vervangen door een even abstract begrip als bewustzijn. Maar energie of bewustzijn zijn beide begrippen, zij het vanuit een verschillend domein van ervaringskunde, respectievelijk fysica en spiritualiteit. Vast te stellen is dat er energie of bewustzijn is, maar wát energie of bewustzijn is vormt (nog) altijd een onopgeloste vraag voor beide domeinen.

Indien aanvaard kan worden dat beide begrippen evenwaardig zijn, dan is de vaststelling van het verlies van besef wie wij werkelijk zijn, namelijk een ondeelbaar veld van energie, volledig synoniem voor het ondeelbaar veld van bewustzijn. En als wij zien naar de inherente intelligentie in de natuur en onszelf, dan dringt de conclusie zich op dat energie en bewustzijn inderdaad synoniemen zijn. Evenzo is het frappant dat deze ondeelbaarheid talloze malen benadrukt wordt in de Advaita, o.a. :

“Hoe wonderbaarlijk! In mij, de oeverloze oceaan, rijzen de golven van de individuele ik-wezens op overeenkomstig hun aard, botsen met elkander, spelen een ogenblik en lossen weer op.”

(Ashtavakra Samhita 2.25)

“ Gij zijt uit één ondeelbare Essentie. Waarlijk, er is slechts één ondeelbare Essentie. Dit alles (lees: universum) is uit één ondeelbare Essentie.”

(Ribhu Gita Sanskriet versie 4.13) .

SYNTHESE (4.2) Beseffen – identificatie (2)

Suzanne, in je relaas “Zaligheid” (De Clown 7) heb je vermeld:

“hoe ik, in dit eren zonder te eren, de meest essentiële essentie van mijn zijn, mijn wezen eer”.

Vormt dit in feite ook niet een identificatie?

“Zeker en vast. Maar een identificatie met de ware aard, natuur van het wezen dat ik ben. Als ik zeg: ik ben Dat schuilt er nog steeds iets van tweeheid in die uitspraak, een gescheidenheid, ik en Dat. De enige werkelijkheid en benoeming is: Ik ben. In deze schrijfwijze van Ik is ik volledig opgenomen.

In hen voel ik, ervaar ik, weet ik zonder te weten, dat zij Mij zijn (ook in deze schrijfwijze van Mij is mij volledig opgenomen). Voor mij zijn deze “onvolmaakte” mensen in het geheel niet onvolmaakt.

Soms geheel en al onbereikbaar, in zichzelf gekeerd – dolend of te neer gelegen – zijn zij niet van mij afgescheiden. Zij zijn evenzeer Ik ben. Dit wordt schitterend uitgedrukt in “Donder. Het volmaakt Bewustzijn”:

“.....Ik ben de vereerde en de verachte.

“Ik ben de hoer en de heilige.

“....Ik ben de staf van zijn kracht in zijn jeugd

“en hij is de stok van mijn ouderdom.

“.....”

Ben ik Ik, dan zijn zij evenzeer ik, Ik.

Dat voel ik.

Er is geen mededogen in mij jegens hen; waarom ook als ik hen voel alsof zij mij zijn. Zij zijn onveranderlijk gebleven, ook al zegt men ervan dat zij dement zijn.

Ook weet ik zeker dat er eerst het gevoel was, dat stilaan sterker werd en ik dan daardoor mij er van bewust kon worden en ging benoemen.

Het is dus een identificatie, maar niet van een clown of Suzanne of om het even iets of iemand; op die momenten is er zelfs geen clown of Suzanne. Het is zuiver een voelend zijn, het denken is dan weg”

Het denken is dan weg. In extremere situaties zien wij dit occasioneel gebeuren, bijvoorbeeld bij een redder in een noodsituatie. Maar dit kan dus ook voortkomen uit een attitude, zoals bij Suzanne, maar is nog steeds van een occasionele aard. Op diverse plaatsen in de geschriften van de Advaita wordt gewag gemaakt van het denken los te laten, dus hierin te komen tot een duurzame houding.

“.....Het offer van het denken is het totaal van alle heilige offers.....” (vers 24 Essentie van Ribhu Gita; gebaseerd op de meer poëtische Tamil versie van de Ribhu Gita).

“.....Het opgeven van het denken doet mij zodoende standvastig blijven (in het Zelf)”

(vers 12.7 Ashtavakra Samhita).

Hoofdstuk 15 van de oorspronkelijke Ribhu Gita (Sanskriet versie) bevat tal van verzen betreffend de relativiteit van het denken. Kernachtig is vers 15.13:

“Denken, inderdaad, is de wereld van de verschijnselen. Denken, waarachtig, is de vervuiling. Denken, heus, is allemaal onbewustheid. Denken, werkelijk, zijn de gevoelens en zo.”

Denken kan inderdaad een onderscheid maken tussen een voelend zijn van clown Suzanne en het voelend zijn van de mens met dementie. Voor Suzanne maakt dit onderscheid niet uit, het is van een betrekkelijk niveau – het denken – waar op het niveau van het hart geen onderscheid is; daar is geen ik en de ander.

SYNTHESE (4.03) Beseffen – denken

“.....*het denken is dan weg.*” (Suzanne in SYNTHESE (4.02))

Enerzijds is de ratio van het denken in een relatieve werkelijkheid noodzakelijk. Vaststellen dat een mens dement wordt/is. Anderzijds is het even noodzakelijk dat deze kennis in empathisch/voelend zijn terzijde gelaten moet worden. Hoe geven wij aan beide facetten de nodige ruimte om zowel de nodige (fysieke en geestelijke) hulp te kunnen geven, als wel ook om niet te vervallen tot een loutere hulpverlener zonder enig voelende betrokkenheid? Dit betreft trouwens alles wat ons omringt, ook de “gewone” natuur en de zogenaamde dode natuur.

Het zal wellicht duidelijk zijn dat een dergelijk varen tussen Scylla en Charybdis een lange tijd van leren en oefenen zal vragen. De paradox hierbij is dat toch weer een beroep gedaan moet worden op het brein, het denken.

In “Het hart van de Boeddhistische meditatie” stelt Nyanaponika: “.....In hoeverre men daarin slaagt, zal afhangen van de tegenwoordigheid van geest die men op de afzonderlijke momenten heeft en van de gewoonte vormende en groeiende kracht van een niet aflatende beoefening.....zodat uiteindelijk het onderwerp van meditatie nooit verlaten zal worden.”

En uiteindelijk wordt bekomen dat : “ Na zijn werk gedaan te hebben, verdwijnt ook de kennis zelf....” (Atmabodhah 5); met andere woorden kennis is geïntegreerd in een voelend zijn, aanvankelijk occasioneel, in een latere fase volledig.

Het onderwerp van meditatie is “wie ben ik”. Kennis omtrent je zelf leidt tot het Zelf. In de syllabus “Ken je zelf” en ook in de publicaties onder SYNTHESE (3) zijn veel aspecten reeds benaderd. Hieruit zal het wellicht duidelijk geworden zijn dat deze moeizame fase van 'een niet aflatende beoefening' niet overgeslagen kan worden op de weg naar een ultiem resultaat : het offer van het denken in een (warm) voelend zijn.

Een en ander is bijzonder goed weergegeven in de Avadhuta Gita vers 2.15 en de bijbehorende annotatie.

In dit voelend zijn rijzen - gelukkig maar - nog steeds de gevoelens op. Door daar verder geen gedachten aan te verbinden gaan deze gewoon naar de plaats vanwaar ze gekomen zijn : blauw hinein; zie ook het relaas van Suzanne in DE CLOWN (8) – Onvolmaakt.

Langs de weg van een niet aflatende aandacht naar jezelf - met als aspecten o.a. lichaam, gevoelens en gedachten - wordt deze reis gemaakt op een wetenschappelijke wijze (niet oordelend, herhalend, objectief). Ook in het domein van het geestelijke bestaat alleen maar ervaringskunde. En omdat wij alles wat wij kunnen waarnemen uitsluitend in onszelf waarnemen, is het object van ervaren noodzakelijk onszelf en het enige ter beschikking staande instrument onze geest. Advaita, Boeddhisme, Jezus en Spinoza spreken hier unisono.

De geest leidt tot inzien, beseffen, dat in steeds diepere lagen doordringt en tot een

grondhouding wordt in een geheel geïntegreerd beleven - een voelend zijn - van onszelf en al wat ons omringt.

In dit verband is de volgende toegezonden getuigenis illustrerend :

“Dag Will,

Ik zit in rouw, een van mijn zeer goede vriendinnen is gestorven en wordt zaterdag begraven. Ze is vorige vrijdag avond laat gestorven . Ik had haar enkele dagen voordien nog gezien, zo helder; maar zo mager als mensen die echt mishandeld zijn geweest. Ze vergezelde me nog tot aan de deur, niet te doen en toch deed ze het. Vrijdag laatst had ik een zeer onrustige avond en nacht. Er was iets in mij die wist dat ze stervende was. Ik wilde weg, ik wilde die pijn niet voelen, ik wilde zoveel verlies niet voelen, noch onder ogen zien, die strijd misschien ook wel haar strijd zat in mij. Tot ik tot awareness kwam, heel erg gewaar was dat ik mezelf en daardoor wellicht ook mijn vriendin dwarsboomde. Dit besef dat ik ook haar aan het saboteren was, gaf me de moed om de pijn echt te voelen, toe te laten, de gedachte aan haar dood toe te laten, ontvankelijk te zijn. Er kwam een ommekeer, ik werd kalm. Het doet goed het nu eens op te schrijven, zo dat ik het gevoel dat opkomt nu weer toelaat en daarbij erg verdrietig word. We zullen haar zaterdag begraven, mijn huis ligt wat overhoop , ik ruim het morgen op. Dank voor je antwoord.”

SYNTHESE (4.4) Beseffen – voelend zijn(1)

Wat is juist een voelend zijn, een denken dat weg is?

Suzanne verduidelijkt dit met haar hierna volgende ervaring:

“Ik was als clown aanwezig op een evenement voor mensen met zware mentaal beperktheid; verkleed als clown had ik alleen mijzelf, een pluchen olifant als knuffel en een parapluutje waarvan de steel eindigde in een beschilderd klein kopje van een clown, dat met een stalen veer aan de steel vast gemaakt was en aan het kopje zodoende een licht trillende beweging gaf; een klein rood bolletje was zijn neusje. Ik draaide de paraplu om, zodat ik het trillend kopje voor kan houden en langzaam aan, héél langzaam aan naar het gezicht kan laten gaan. Als betoverd en roerloos staat hij daar, de ogen gericht op het kopje en met een, blijde verwachtende glimlach, die zich verbreedt als het neusje zachtjes tegen het puntje van zijn neus tikt of daar op ronddraait. Zacht glijdt het kopje langs zijn neus, over zijn wangen, naar de oren...het neusje kruipt in het oor... nog altijd roerloos en een en al glimlach.....terug over de wangen, naar de ogen....omlaag naar de lippen.....en hij kust het kopje! Weeren weer!

Ook ik ben een en al aandacht in het waarnemen van wat er zich in hem afspeelt en op zijn gezicht weerspiegeld wordt; elke verandering daarin is van groot belang, omdat hij zo kwetsbaar dicht bij zijn gevoelens leeft, juist als de mens met dementie. Zowel bij hem als bij mij is er een totale aandacht en voelen; voor mij is er dan geen denken, alleen waarnemen wat zich aandient. Dat is alles”.

Het is dus een toestand van zijn, waarbij clown, attribueert en de ander zich één voelen, een toestand die creatieve mensen dikwijls kunnen ervaren bij hun scheppingswerk. In zijn voorwoord bij 'Zen in de kunst van het boogschieten' zegt D.T. Suzuki hiervan: “de mens is een denkend wezen; maar zijn grote werken worden volbracht als hij niet denkt en rekt”.

Op zulke momenten komt het ware Wezen in de mens naar buiten; 'de Meester' zegt de leermeester van het boogschieten.

Hoewel het gehele universum vervat is in en bestaat uit het Zelf is dit kunnen ervaren van het ware Wezen wellicht het grootste voorrecht dat de mens op de overige verschijnselen van het universum vermag hebben.

Op deze momenten denkt de mens en denkt toch niet, dan handelt de mens en handelt toch niet. Dan is hij Zijn penselen en verf (DE CLOWN (10)) , waarvan na volbrenging van het grote werk veelal de mens ten onrechte zegt: dat heb ik verricht. Maar als diezelfde mens vervolgens bewust deze toestand tracht op te roepen en opnieuw een groot werk te volbrengen, dan faalt hij jammerlijk.

Het ware Wezen wordt slechts waarneembaar als het **ik** - het bewuste denken en handelen - zich terug getrokken heeft in een totale overgave en aandacht.

SYNTHESE (4.5) Beseffen – voelend zijn (2)

In SYNTHESE (3.19) en (3.20) de intieme dood respectievelijk Sisyphus is het aspect voelend zijn duidelijk aanwezig.

In de relatie met onszelf en naar de ander is dit van eminent belang : het niet gehinderd zijn en worden door een denkend, oordelend brein, dat de ruimte waarin handelen of aanwezigheid vereist is afgrendelt door gedachten en gevoelens die niet ter zake zijn. En naarmate de vereiste ervaring voortschrijdt kan zelfs elk denken achterwege blijven, zodat de aandacht volkomen en alleen gericht kan zijn op de handeling of aanwezigheid. Op zulk een moment is een bewustzijnstoestand bereikt die boven de normale toestand uitgaat en kan gekomen worden tot prestaties van een on aardse kunde of schoonheid.

Deze openheid, ruimte heeft niet alleen een grote impact op de betrokkene – het subject - maar een evenzo grote invloed op het object. De gescheidenheid is opgehouden te bestaan (“Wat een zaligheid” uit De Clown 7). Op zulk een moment is er geen dementie, geen ander, geen ik. Het is een moment waarvan – indien men daarvan getuige mag zijn – de rillingen over het lijf gaan.

Uit deze totale openheid ontstaat een volledig intuïtief handelen, dat juist is. En mochten er nadien toch twijfels hieromtrent rijzen, dan zal daarna blijken dat deze twijfel steeds ongegrond is. De integriteit van subject en handeling wordt niet in twijfel getrokken; anders dan wanneer het ego erbij betrokken was. Dit sluit evenwel niet uit dat er door anderen een misbruik – ongeacht in welke hoedanigheid – van gemaakt kan worden of een verkeerde interpretatie aan gegeven.

Het ervaren van dit voelend zijn laat zich niet beschrijven; het gaat voorbij denken en verwoorden, zoals met alle intens beleefde gevoelens.

Deze onmogelijkheid om tot een heldere verwoording te geraken komt op iedereen die niet de weg kan of wil bewandelen en dus deze ervaring niet kent vreemd, ja haast ongeloofwaardig over.

Maar dit is het geval met élk gevoel dat men (nog) niet zelf ervaren heeft. Men weet niet wat 'jaloers zijn op' is als men niet zelf jaloers geweest is; men weet niet wat het betekent object van jaloersheid te zijn als men nooit daarvan het slachtoffer is geweest. Of haat als men niet gehaat heeft of gehaat is. En daarnaast is er binnen elk gevoel een eindeloos scala van individuele gradaties, zodat elke verwoording subjectief en ontoereikend moet zijn.

Boeddhisme, Spinoza en Advaita volgen heel sterk het pad van de ratio. Hoe rationeler en meer mentaal de ingesteldheid hoe moeilijker deze Rubicon over gestoken kan worden.

Op een zeker punt moet aan deze ratio voorbij gegaan worden om het domein van het intuïtieve en voelend zijn te kunnen betreden; alle grote meesters wijzen hierop en

talrijk zijn de betrouwbare getuigenissen hier over. En onverbloemd zegt de Ribhu Gita :

“Het offer van het denken is het totaal van alle heilige offers” (vers 24)

en :

“...de rusteloze geest te verstillen tot helderheid. Aldus onthult het Zelf zich natuurlijkerwijze als de absolute essentie van het wezen van de vereerder.” (vers 14)

Arnolds bijdrage - 'beginnen' (zie Synthese 3.2)
- 'palliatief' (zie Synthese 3.3)
etc.

Het zijn *voorbeelden uit het dagelijks gebeuren*, die, wanneer 'gedachteloos' hier aan voorbij gegaan wordt, niet bijdragen aan verdere verdieping en integratie van de ervaringen, de geboden lessen. In wezen betreffen de aspecten 'ken je zelf', 'beseffen' en 'integreren één en hetzelfde proces : een toekeren naar en een rationeel tot op het bot objectief onderzoeken van al wat zich aan ons voordoet.

Door met een open geest deze gebeurtenissen zorgvuldig, rationeel te beschouwen, bekomen deze uiteindelijk de diepte die nodig is tot de stap voorbij het rationele : het voelend zijn.

SYNTHESE (4.7) Beseffen – (h)erkennen

Arnold schreef :

“ Opnieuw draaiden mijn gedachten rond de situatie met Gerard en plotseling zag ik hierin het hypocriet patroon : enerzijds mijn afwijzen en anderzijds mijn stil begeren. En nu al schrijvende zie ik ook het daar onderliggend gevoel van een hoogmoedigheid!

De reflecties van Jos Stollman bij logion 25 van het Thomas-evangelie brachten mij op het spoor. 'Dóór je broeder kijk je naar jezelf, hij leert je zoveel over wat je in jezelf afwijst en verdringt.'

Een ontnuchterende vaststelling, bijna voelbaar als een desillusie, mij haast als het ware gedwongen hebben tot bescheidenheid – ingeprent door opvoeding. En dus altijd gedacht hebben bescheiden geweest te zijn. Een teleurstelling, een beeld aan gruzelementen.

Wat een verschil tussen weten dat je alle denkbare deugden en ondeugden bezit en het ervaren ervan, in het bijzonder na het eerst bij de ander veroordeeld te hebben. Zo zou een ander ook naar mij kunnen zien en oordelen. Het is om er stil van te worden.

Nu ik een aantal jaren later terugzie op wat ik eertijds geschreven heb kom ik tot de vaststelling dat ik mij niet of nog nauwelijks bewust ben van het aspect bescheiden zijn; het lijkt wel of dit in mijn houding geen enkele rol meer speelt. Toch is het aangewezen steeds alert te blijven; een vos verliest wel zijn haren.....”

Er zijn heel wat belangrijke aspecten in dit relaas van Arnold.

“Het lijkt wel of dit in mijn houding geen enkele rol meer speelt.’ luidt zijn ultieme vaststelling. Vermoedelijk is door het herkennen en erkennen van zijn 'ondeugd' een natuurlijk aanvaarden van het dualistisch aspect nederigheid versus hoogmoed tot stand gekomen. Een duidelijke hint vinden wij in de Tao Te Tjing 38 :

“ Hoge deugd is geen deugd.

Daarom juist deugd.”

Dit wil niets anders zeggen dan dat bij ware deugd er geen besef is van een deugd(zaamheid); men is gewoon zo. Dit wordt duidelijk verwoord in een 14e eeuwse mystiek werk ' De wolk van niet weten' :

“ Op zichzelf is nederigheid niets anders dan een ware kennis en een waar bewustzijn van zichzelf zoals men werkelijk is.” (Paragraaf 13)

Andere belangrijke aspecten in Arnolds tekst zijn : het herkennen en het erkennen. Het herkennen begint met het zich toekeren en objectief onderzoeken van wat zich

heeft aangediend. Dit vraagt naast de bereidheid om een netelige kwestie onder de loep te nemen en een zekere dosis moed, ook de ingesteldheid dit op een strikt rationele basis, als een getuige van zichzelf uit te voeren. Uit ervaring van velen blijkt dat deze analyse het best al schrijvend tot stand komt, omdat het schrijven de nodige afstand ten opzichte van de eigen en dikwijls dooreen buitelandse gedachten schept en de noodzakelijke aandacht sterk doet focussen op het onderwerp. Juist door deze focus kan het intuïtieve inzicht opflitsen.

Ook het erkennen vraagt de nodige zelfoverwinning; het spreekt immers niet van zelf om een zelfbeeld aan “gruzelementen” te doen gaan. Toch is dit noodzakelijk, want het gevormde zelfbeeld is een droombeeld gebleken, opgebouwd uit conditioneringen en percepties.

Dat het herkennen en erkennen bijgevolg met de nodige pijn gepaard gaat zal duidelijk zijn; hoe steviger de overtuiging des te pijnlijker is de ontluistering. Maar ter wille van 'ware kennis en een waar bewustzijn van zichzelf' zegt de auteur van 'De wolk' in paragraaf 14 : “span daarom op alle mogelijke manieren al je krachten in om jezelf te leren kennen en ervaren zoals je werkelijk bent”

Een volmaakt “onvolmaakt” wezen.

SYNTHESE (4.8) Beseffen – intuïtie

In Synthese (4.7) is het aspect intuïtief inzicht ter sprake gekomen. Een begrip dat bij de rationeel ingestelde mens veelal op de nodige scepsis onthaald wordt. Toch moet het feit dat vele eminente denkers het aspect intuïtief inzicht serieus nemen tot nadenken stemmen. Niet de minste onder hen is Spinoza. In de 'De doornen en de roos' wordt door de schrijver grondig op Spinoza's zienswijze hieromtrent ingegaan. Onder andere stelt hij dat er minstens twee voorwaarden noodzakelijk zijn om tot dergelijke inzichten te kunnen geraken, te weten:

- een ten opzichte van het subject geplaatst objectief kader, zodat er tegenover het eigen denken een refereren mogelijk wordt;
- een daadwerkelijke activiteit binnen dit kader.

Aan de eerste voorwaarde kan goed voldaan worden door het bestuderen van liefst originele (vertaalde) bronteksten uit een van de in Synthese (1) vermelde vier filosofieën.

Aan de tweede voorwaarde voldoet een systematisch en dagelijks zelfonderzoek.

In zijn commentaar bij vers 29 van 'Veertig verzen over de Werkelijkheid' van Ramana Maharshi zegt S.S. Cohen: “ het gehele proces is dialectisch en gaat gepaard met logica, totdat het eindigt in de stilte van het hart, dat alle mentale functies overstijgt.”

Zoals meermaals betoogd is wordt de interne dialoog en tegenstelling van deze dialectiek het best bereikt door een stelselmatige vastlegging hiervan. Zie hoofdstuk 8 van de syllabus 'Ken je zelf' en Synthese (3.1) voor de motivering.

Het vastleggen heeft als meest bijzondere eigenschap dat het dwingt tot het zich concentreren op het object; hoe intenser de (objectieve) waarneming hoe meer aspecten van het object kunnen oplichten. Het is een aloude techniek die ook in vers 2.15 (en annotatie) van de Avadhuta Gita vermeld wordt.

Het object van Arnold in Synthese (4.7) kan als een in de annotatie genoemd 'grof of uitgesproken object' beschouwd worden. De bekomen inzichten – hoewel het in feite één doorlopend proces betreft – kunnen evenzo als grof en subtiel onderscheiden worden.

Onder deze voorwaarden is een flits van inzicht, het zien wie men werkelijk is zoals Arnold beschreef in Synthese (4.7) mogelijk. Op geen enkele wijze is echter rationeel een dergelijke ervaring te bewerkstelligen, noch is het moment waarop en waardoor voorspelbaar. Deze flitsen van inzicht zijn een geschenk, een genade die geschonken kan worden als de voorafgaandelijke voorwaarden vervuld zijn. Ten aanzien van het moment kan nog opgemerkt worden dat zeker voor de “grove” inzichten het tijdstip een geheel andere kan zijn dan het moment van de concentratie. Uit de bijdragen van Suzanne en Arnold kan gevoeglijk afgeleid worden dat ook bij hen het fenomeen van deze flitsen van inzicht zich voor heeft gedaan.

Zowel de citaten uit 'De wolk van niet weten' (zie Synthese 4.7) als het betreffende hoofdstuk uit 'De doornen en de roos' slaan de nagel op zijn kop.

Het kennen van zichzelf, weten wie men werkelijk is, houdt evenwel niet op bij het (h)erkennen van één aspect; het is een aanhoudende arbeid tot het moment van het ervaren van de Gelukzaligheid. De weg voert evenwel ook langs de afgrond van een aan gruzelementen liggend zelfbeeld; slechts langzaam houdt men op te zijn wie men niet is.

SYNTHESE (4.9) Beseffen – eenzaamheid

Arnold :

“ Ik heb mij lange tijd om twee redenen mij 'te midden van' toch eenzaam gevoeld. Op de eerste plaats voelde ik steeds weer de onmacht om mijn echte gevoelens te verwoorden, gewoon omdat woorden altijd tekort blijven schieten om het diepste van het gevoel te verwoorden en elk beleven zo persoonlijk is dat toch op geen enkele wijze een gelijkenis mogelijk is.

Een tweede reden was dat er altijd een onbestemd gevoel, een soort oerverdriet aanwezig was.

Beide gevoelens gaven mij voortdurend een idee van afgescheiden te zijn, zonder dat ik in staat was dit nader te duiden. Misschien dat dit bedoeld wordt met existentiële eenzaamheid, gescheidenheid.

Het omgaan met stervende mensen – waarvan sommige relaties zeer intiem en indringend van aard waren – waarbij alle maskers, ook de mijne, achterwege gelaten werden en waarbij alle emoties zonder enige gêne geuit konden worden, hebben mij het inzicht gegeven dat deze verbondenheid niet tijdelijk van aard is, maar eeuwig. Dit eenheidsgevoel heeft op natuurlijke wijze elk gevoel van eenzaamheid en gescheidenheid tenietgedaan. Het is zo steeds weggeslopen, dat pas lang nadien ik plots besepte dat het er niet meer was.

Ik begreep dat het gevoel alleen maar kon bestaan in het beseff van dualiteit : een ik en de ander. Maar bij hen – de stervende mens – voelde ik mij intens verbonden; ik kan dit niet verklaren, maar het is zo. Misschien omdat zij, juist als de demente mens bij Suzanne, geen maskers meer behoeven. Er is niets meer te winnen of te verliezen.

Toentertijd heb ik van J.Krishnamurti een tekst genoteerd:

' Als wij ons eenzaam voelen haasten wij ons naar de ander, want wij willen verbondenheid ervaren. Dit is het streven naar tegendelen (lees : dualiteit) en daarin blijft de eenzaamheid altijd bestaan. Wanneer u de eenzaamheid echter onder de ogen ziet, u er ten volle in verheugt en haar met bewustheid tegemoet treedt, dan vernietigt u de eenzaamheid in het huidig moment...'

Dit is hetzelfde als wat Suzanne beschrijft in haar 'Buitenspel' (met intense aandacht naar je pijn of paniek gaan), maar voor mij is dit toen zo niet gegaan. Voor mij is het gevoel van eenzaamheid meer door inzicht uitgedoofd. Inzicht in de enorme eenheid en verbondenheid, met name bij die stervenden die ik soms ervaarde als broeder- en zusterzielen. Voor mij zijn er nu zelfs in wezen geen broeder- en zusterzielen meer, geen delen van een eenheid. Ik vind dit uitgedrukt in vers 1.15 van de Avadhuta Gita :

'Eenheid en gescheidenheid bestaan niet met betrekking tot u noch tot mij.'

Of zoals Ramana Maharshi het zegt:

'Er is alléén Bewustzijn en Bewustzijn neemt alle vormen aan.'

En tegen zijn treurende volgelingen bij zijn levenseinde zei:

'...waar kan de Bhagavan (lees : Ramana Maharshi) naar toe en hoe?'

Het gevoel dat ik ervan heb wordt het meest benaderd door Suzanne in haar bijdrage

De Clown (6) Poppenspel als zij zegt:

' Als wij sterven keren wij terug, in een totaliteit van zijn en bewustzijn, in de geborgenheid van waaruit wij voortkwamen'; met dien verstande dat dit reeds nu het geval is en altijd geweest is en zal zijn.

Ik kan echter nog niet zeggen dat het gevoel van verbondenheid zich voor mij nu uitstrekt tot al wat leeft, beweegt en is. ”

Als men spreekt over 'ik ben één met' brengt men eigenlijk tot uitdrukking dat er een tweeheid is, namelijk ik en de (het) ander(e). Als men spreekt over gescheidenheid is er eveneens ik en de (het) ander(e), dus een tweeheid. Vandaar de wijze van verwoording in vers 1.15

Opnieuw een ferme dank je wel Arnold voor jouw bijdrage! Er zijn vermoedelijk veel mensen die een dergelijk gevoel van existentiële eenzaamheid ondervinden en het is fijn dat je het zo hebt kunnen verwoorden.

SYNTHESE (4.10) Beseffen – (ver)worden

In deze publicatie gaat Arnold voort op zijn bijdrage 'eenzaamheid' in Synthese (4.9).

“ Jaren lang werd ik steeds opnieuw getroffen door twee welbepaalde gedichten van Luk Heyligen. Uit het gedicht 'Wie zal er naast ons staan?' citeer ik de eerste en laatste strofe.

*Als het er op aan komt, wie zal dan naast ons staan?
Als wij verarmd of kreupel, oud en gammel
of geslagen met duisternis niets meer zien.
Wie zal dan nog met ons zijn?*

*Als het er op aan komt, wie mag dan naast ons staan?
Zullen wij ons schamen om te verworden
of getuigen van wat wij altijd blijven?
Aan wie durven wij tonen
hoe wij zijn en wat wij zijn?*

En uit het gedicht 'Nachtwacht' het tweede deel van de laatste strofe.

*Waar eindigt de rivier en begint de zee. Waar
eindigt mijn adem en begint jouw lucht? Wanneer
begon je of ben je onbegonnen? Als je
dat herinnert is dat het einde van de nacht.*

De vragen in het eerste gedicht hebben mij in het bijzonder met het ouder worden dikwijls bezig gehouden. Het verworden is fysiek, maar ook psychisch veelal een pijnlijk proces en als palliatief vrijwilliger weet ik wat dat kan betekenen, maar ook in mijn dagelijkse realiteit ervaar ik de vermindering van mijn vermogens. Toch houd ik mij er niet echt mee bezig, misschien als een subtiel negeren, misschien als uitvloeisel van mijn geestelijke groei. Het menselijk brein, dus ook het mijne, is zo enorm sluw dat het soms razend moeilijk is de juiste beweegredenen te doorgronden. Voorlopig houd ik het op mijn geestelijk groeien in de loop van de jaren.

*Wandelend door de velden zag ik eens hoe het regenwater van die nacht een afgevallen blad met een fijn laagje leem bedekt had, zodat nog juist de contouren ervan zichtbaar waren en ik besepte dat er in de natuur geen dood bestaat, alleen één onophoudelijke transformatie.
Onmiskenaar is er in de realiteit van de zintuigen het verworden, maar tegelijkertijd is er het worden, het transformeren in andere materiële vormen. De compositie verandert, niet de ingrediënten.*

*Nooit heb ik beide gedichten met elkaar in verband gebracht tot plotseling een zin uit een van mijn meditatieschriften mij aan allebei de gedichten deed herinneren!
Het geciteerde deel van het laatste gedicht was voor mij een schitterende verwoording van de ondeelbaarheid en oneindigheid die wij zijn.*

Het tweede gedicht - althans het betreffende deel – vormt in feite een volmaakt antwoord op het eerste gedicht :

*het de compositie belevende – het bewustzijn – is onbegonnen en dus oneindig.
Beide elementen – het (ver)worden en het onophoudelijke belevende zijn in deze laatste strofe terug te vinden.”*

Opnieuw dringen zich de woorden van Swami Ram Tirth op :

“ O dood, ga voort en raak mijn lichaam. Ik zal mijn liederen zingen in de miljoenen lichamen waarin ik kan leven. Ik ga, ik ga, met niets in mijn bezit....”

Dit is de enige echte werkelijkheid : Dat, wat al wat is, met bewustzijn belevend doet bestaan. Dat, wat Arnold deed beginnen, doet ophouden en onbegonnen is.

Wij zijn de compositie, de penselen en de verf waarmede Het, de Meester, zijn droom schildert op het linnen van Zijn geest.

“ De niet-bewegende Ene, die zonder inspanning al wat beweegbaar en onbeweegbaar is beheerst, is Bewustzijn.....” (Avadhuta Gita, vers 2.3).

SYNTHESE (4.11) Beseffen – gebed

In Synthese (3.2) en (4.8) werd het schrijven als een dialectische methodiek – een dialoog van vraag en antwoord met zichzelf – tot het kennen van zichzelf aanbevolen. Deze bijdrage geeft een concreet voorbeeld van deze methodiek.

“Vanuit mijn katholieke opvoeding heb ik leren bidden. Maar eigenlijk – nu ik erop terug zie – leek het nergens op. Ofwel voorgekauwde teksten ofwel zeuren om iets te verkrijgen. Met het vaarwel van het geloof heb ik ook dit bidden verlaten. Wonderlijk : met het mediteren, het ontdekken van mijzelf ontstaat er opnieuw behoefte aan gebed.

Is het wel vanuit het mediteren? Is het niet eerder uit eenzaamheid? Of een onbestemd angstgevoel? Een onmacht? Of dit allemaal?

Maar een gebed van mijzelf, woorden, een mantra die ik voel in mijn hart. Het moet niet iets zijn dat ik wil verkrijgen. Een of twee korte gebeden, meer moet het niet zijn. Met veel wikken en wegen komt er iets en zonder een egoïstisch motief!

Nu ik er na enkel jaren erop terug zie, zie ik duidelijk dat er door de achterdeur toch een egoïstisch motief ingeslopen was, bedekt met de mantel van altruïsme.

Tot wie zou ik moeten bidden?

Is het eigenlijk niet precies hetzelfde als in vers 3.2 van de Avadhuta Gita:

“Oh dierbare vriend, hoe moet ik buigen naar het Zelf in mij Zelf?”

Is in wezen het hoogste gebed niet het gebed van voelend zijn, een zijn zoals Suzanne het uitdrukte : “door hen te eren zonder te eren eer ik de meest essentiële essentie van mijn zijn, mijn wezen.”

Eren zonder te eren is een gebed zonder bidden!

Het brengt mij tot een indringende vraag, namelijk, is bidden in zich niet een opperste uiting van het ik, het ego? Echt beseffend wie je bent doet deze behoefte – want meer is het niet, een behoefte vanuit een gevoelen – geheel en al teniet. “Oh dierbare vriend, hoe moet ik bidden tot Mijzelf in Mijzelf?”

Dan wordt uit de bijdrage van Gina 'Ingebed, in gebed' het zo eenvoudig levendig :

*“alles wordt zo eenvoudig
het luisteren en voelen
het zien en dieper schouwen
het zijn en niets meer willen.”*

SYNTHESE (4.12) Beseffen – rollenspel

Op de vraag hoe Suzanne gevoelsmatig tegenover de uitnodiging stond om clown te worden voor dementerende en mentaal gehandicapte mensen heeft zij het volgende antwoord gegeven.

“Eerder (Synthese (3.16) heb ik gezegd dat ik de redenen om clown te worden voor deze specifieke doelgroep niet kende.

Maar ook heb ik steeds de overtuiging gehad en heb ik nog dat een ieder mens een “roeping” heeft, iets waaraan hij of zij zich met hart en ziel moet toewijden. Deze gedachte speelde lange tijd aanvankelijk op louter het beroepsmatig vlak en was voor mij voor iedereen eigenlijk van toepassing, ongeacht het uitgeoefende beroep. Jaren later besepte en voelde ik dat dit nog verder reikte, dat er in mij en ieder mens een diep verlangen sluimert. Een verlangen zoals dat luidt in het vers uit de Upanishad in je publicatie van de intieme dood (Synthese (3.19). Het is niet nodig om op zoek te gaan naar een vervulling van dit diepe verlangen, het volstaat je er alleen bewust van te zijn zodat je het weet de dag dat het zich spontaan aandient. Als je op zoek gaat ben je teveel door je denken verstrikt, zodat je gevoelens onvoldoende tot zijn recht kan komen bij de herkenning. Bovendien behoeft het helemaal niet iets heroïsch te zijn. Ik denk hierbij aan de parabel van de zeven talenten uit de christelijke literatuur, maar nog meer aan het vers van Ramana Maharshi op je startpagina :

*“ Ge hebt de waarheid beseft
besloten in het hart van alle dingen.
Zonder ooit deze Werkelijkheid te verlaten,
speel je rol in de wereld, o edele, uit héél je hart.”*

Speel je rol, wat het ook is. Ik bemerk een groot verschil in kwaliteit van het werk, maar ook in kwaliteit van satisfactie, als mijn aandacht, toewijding er honderd procent op gericht is. “

Hoewel een mens gehoor moet geven aan de roepstem uit het diepst van het hart zijn er toch twee punten die de nodige aandacht behoeven.

Soms is de wens zodanig de vader van... dat niet altijd het verschil tussen de roepstem en de hartenwens waar te nemen is. Verder alert blijven is dan nodig. Een tweede punt is dat zelfs datgene wat met hart en ziel uitgevoerd wordt, achtergelaten moet worden, al dan niet om plaats te maken voor een nieuw gevolg aan die roepstem. Het wordt treffelijk geïllustreerd in 'Dood, leve de clown' (De Clown (10)

Een ander belangrijk facet in het antwoord van Suzanne is aandacht, toewijding en de

dubbele kwaliteit, die van het werk en de satisfactie. Aandacht, er kan geen toewijding zijn en geen kwaliteit zonder aandacht, zelfs niet bij de meest eenvoudige werkzaamheden. Voortdurend leven wij met de gedachte dat er iets bijzonders moet zijn, het niet bijzondere wordt door die aandacht tot het bijzondere. Niet voor niets kent de Japanse woordenschat niet het begrip kunst; kunst is voor de Japanner doorgedreven vakmanschap.

Steeds opnieuw keert het element van aandacht terug, zowel bij Suzanne, als bij Arnold, Galilei en Spinoza. Aandacht van het poetsen van de plaat tot Einsteins 'eureka' en het kennen van je zelf.

Hierin is ook besloten dat het van geen belang is welke rol in de wereld gespeeld moet worden, het een is niet anders dan het andere in het spel van de goden. De echte en hele echte roeping is in dit spel het ontdekken, het ervaren van de waarheid die besloten ligt in het hart van je zelf en alle dingen.

SYNTHESE (4.13) Beseffen – kruistocht (1)

Soms kan vanuit de literatuur de indruk gewekt worden dat het ego zo krachtig mogelijk bestreden dient te worden. Soms wordt zelfs gewag gemaakt van vernietigen; tenietdoen is een nog ietwat veilige bewoording. Is het ego wel een te overwinnen vijand? Is het noodzakelijk zich hier als een oprechte kruisvaarder tegenover op te stellen?

Het ego – zelfs onbenoemd in het nog niet ik-bewustzijn – is ten nauwste verbonden met de energie die streeft naar instandhouding en ontplooiing, conatus of karma (oorspronkelijke betekenis ; zie hiervoor Advaita en Wetenschap (7.4).

Duidelijk is te zien hoe bij een klein kind nog zonder een ik-bewustzijn, dit ego zich te weer stelt; eerst in een latere fase wordt dit ik-besef ontwikkeld, misschien zelfs louter en alleen door middel van conditionering. Het ego en ik worden tot één geheel gesmeed.

Het bestaan van een ego is een zuiver element onder alle verschijnselen – modi – van de ons bekende wereld. Om een klassieke uitdrukking te gebruiken: inherent en deel van het geheel van de schepping.

Hoe kan er op een verschijnsel ego een begrip goed of kwaad of het equivalent van heilzaam of niet heilzaam worden toegepast, zodanig dat het idee van vijand en vernietigen ontstaat? Goed en kwaad zijn slechts menselijke begrippen, die voorwaardelijk onder tijd en plaats bij consensus van toepassing zijn. Geldt dit niet evenzeer voor een meer eeuwig, maar toch altijd nog tijdelijk fenomeen als ego? Wijst het willen of wensen van een tenietdoening van het ego juist niet op het bestaan van een uiterst levendig ego?

“Als ik ben en niets meer wil
alles wordt zo eenvoudig
.....”

Heeft het ego zoals alles in het universum een dubbel aspect : dat wat geldt in het relatieve bestaan en dat in het absolute?

Hiervoor zijn er diverse aanwijzingen :

In het voorwoord van de Avadhuta Gita (blz. 4) :

“...een ego dat echt noch onecht is, maar bestaat als uitvloeisel, ontplooiing van het Maya.”

Uit een citaat van Sri Ramakrishna :

“ Slechts in die confrontatie met de omringende wereld vindt de toetsing plaats van

'zonder ik'. De Onnoembare openbaart zich d.m.v. Maya zonder welke het verwerven van verlichting niet mogelijk is; buiten deze scheppingskracht bestaat er geen ander middel om zijn wezen te doorgronden. De hoogste realiteit en zaligheid kan slechts m.b.v. Maya worden veroverd; zij vormt de oorzaak van vergankelijkheid en dualiteitsbeleven, buiten maya verliezen deze begrippen elke grond.”

Opmerking : de oorspronkelijke betekenis van maya is kracht, energie, dus in de zin van conatus, karma, het blijkt hiervoor uit het woord scheppingskracht.

In de Essentie van Ribhu Gita verzen 41/42 :

“...alle namen en vormen en alle mentale begrippen..... zijn alleen vormen van het denken.”

In de Avadhuta Gita vers 7.7 annotatie :

“...het ego sterft (lees : dooft uit) bij het besef van de Waarheid.”

De enige noodzakelijke activiteit is dus **beseffen** wie men is en terecht merkte de Boeddha op dat onwetendheid, verlangen en afkeer de grootste zonden waren. Heel helder geeft ook Ramana Maharshi aan dat het enige wat nodig is 'vichara', het zelfonderzoek is.

Hiervan uit neemt een natuurlijk proces een aanvang dat het ego op een eveneens natuurlijke wijze doet uitdoven, echter op een moment dat niet door het ik bepaald wordt (zie annotatie bij vers 7.11 Avadhuta Gita); hetgeen erop wijst dat het zich onttrekt aan elk willen van het subject.

Er is geen vijand, iets verwerpelijks of kruistocht noodzakelijk

Als je weet wie je bent houd je langzaam op te zijn wie je niet bent.

SYNTHESE (4.14) Beseffen – kruistocht (2)

In Synthese (4.13) Beseffen – kruistocht (1) werd de vraag gesteld of het ego zoals alles in het universum niet een dubbel aspect heeft, namelijk in het relatieve bestaan en in het absolute.

Wellicht dat deze vraag volmondig met ja beantwoord dient te worden.

In de Essentie van Ribhu Gita wordt in vers 60.6 gezegd :

“Waarlijk, ik ben datgene wat wordt gedacht en gezien (lees : het relatieve universum), ik ben de getuige die slecht uit Bewustzijn bestaat (lees : het Absolute) Ik ben zowel het 'zijn' (lees : het relatieve universum) als het 'niet-zijn' (lees: het Absolute).”

Het ego is én is dus niet, niet dit én niet dit (neti neti). Een verschijnsel dat behoort tot het zijn én behoort tot het niet zijn.

Met de zintuigen nemen wij dit waar en toch is dat waargenomen verschijnsel niet de echte werkelijkheid.

Dit dubbele aspect wordt ook verwoord in de Avadhuta Gita met o.a. in vers 3.8 de volgende zinnen :

“Mijn kind, Ik ben niet moeilijk waar te nemen noch verborgen in dat wat is waargenomen. Mijn kind, Ik ben niet verborgen in mijn meest nabije vormen.”

De annotaties bij vers 1.41 van de Avadhuta Gita verduidelijken dat er alléén Licht en Bewustzijn zijn; beide kunnen niet echt in woorden gevat worden (zij zijn slechts indirect waarneembaar) *hoewel dit uiteindelijk voor alle verschijnselen en begrippen van toepassing is.* En de annotatie bij vers 3.5 ibid doet dit nog eens dunnetjes over door te stellen : “....het is zelfs niet mogelijk het Zelf te beschrijven in diens waarneembare aspecten (lees :het relatieve universum), omdat gedachte of taal *zelfs de verschijnselen slechts in hun oppervlakkige aspecten kunnen omvatten. In hun diepere aspecten zijn verschijnselen....daarom onbeschrijfbaar.*”

Beide aspecten zijn dus in feite geheel en al onbenoembaar!

Met andere woorden de echte wezenlijkheid van elk object – materieel of niet materieel – kan niet bevat worden; het is niets anders dan een begrip bij conventie vastgesteld ten behoeve van communicatie. Een aspect dat de Boeddha in zijn Diamant Sutra meermaals herhaald.

Elk object wordt alléén door het denken waargenomen, oordelend én benoemend, óók in een voelend aspect.

Een object kan niet buiten de geest worden waargenomen; zodra getracht wordt een object zonder enig benoemen of oordelen waar te nemen bestaat het niet langer. Dit is ook de kern van Suzanne haar ervaren in 'Buitenspel' (De Clown 5). Geen gedachte, geen pijn, geen paniek (en ook geen boom bijvoorbeeld).

Dit kan door een eenvoudige oefening worden vastgesteld : zie bijvoorbeeld naar een

boom en tracht deze te blijven waarnemen zonder éniġ oordelen of benoemen. Er blijkt alleen maar een boom te bestaan indien gedacht wordt 'maar ik zie toch een boom of ik voel de energie van die boom'

Terecht wordt o.a. in de Essentie van Ribhu Gita vers 78 gezegd :

“Er is geen wereld buiten de geest. Wat verschijnt als de wereld (lees : de boom!) is slechts de geest. Als deze geest onderzocht wordt blijkt het niet meer te zijn dan een geheel van denken, gedachten gebaseerd op de primaire gedachte van 'ik ben het lichaam' (lees : 'maar ik zie toch een boom!') genaamd het ego. Als dit ego – ik en diens identiteit – onderzocht wordt, wordt het zonder enig spoor verzwolgen in het zuivere Bewustzijn-Zelf.”

Elk object – ego, pijn, paniek of boom – dat in zuivere aandacht, dus niet oordelend of benoemend wordt waargenomen komt niet tot bestaan of lost op! Komt niet tot bestaan of lost op : heeft er dan ooit iets bestaan behoudens bewustzijn?

Waarom dan een kruistocht tegen dat wat door inzien, beseffen, op natuurlijke wijze gewoon ophoudt te bestaan?

Het is hallucinerend, een punt waarbij de grens van het rationele bereikt lijkt te zijn. Een punt waarbij nogmaals en soms meer dan eens het rationele traject overlopen gaat worden, om terug tot dit punt te geraken. Het punt waar voorbij de verstilling begint en de eenwording met het object en tot een voelend zijn gekomen wordt of de meester in het boogschieten zegt : “Het schiet”.

Het punt waarbij Luk Heyligen zegt :” Als ik ben en niet meer wil....alles wordt zo eenvoudig.” (Het Wonderlijk Lichaam 5)

“Dit al is magie, als een luchtspiegeling in de woestijn. Slechts het absolute Zelf, van ondeelbare en ondoorgrondelijke vorm, bestaat.” (Avadhuta Gita vers 7.13)

SYNTHESE (4.15) Beseffen – masker

Suzanne :

“Aanvankelijk niet, maar nu zou ik kunnen optreden zonder de rode neus, maar dit kleinste maskertje laat alle maskers vallen.”

De clown wordt gezien als een archetype. Voor Jung een van de onbewuste, universele patronen van ideeën, iets waarin wij onszelf geheel onbewust herkennen. Maar wat gebeurt er bij deze herkenning, wat gebeurt er met de clown en met de toeschouwer?

Het maskertje bevrijdt zowel de clown als de toeschouwer van alle maskers van het artificiële zelfbeeld!

Niet voor niets staat van oudsher de clown, nar of joker als symbool voor bevrijding, in het bijzonder van een mystieke transformatie, het beseffen dat men een geestelijk wezen is.

Maar ook zonder deze ultieme transformatie gebeurt er een niet bewust beoogde transformatie : het loslaten van alle over zichzelf gevormde ideeën en percepties en zich even een bevrijd wezen voelen. Voor een korte tijd is zonder enige kruistocht (zie Synthese 4.13 en 4.14) het ego geheel opgelost.

Suzanne :

“Maar omdat wellicht niet iedereen bij het zien van een clown zonder rode neus zijn maskers kan laten vallen, houd ik mijn rode neus op.”

Het merkwaardige is dat kleine kinderen eerder met grote terughoudendheid reageren op een clown, maar dit is niet anders dan tegenover de meeste niet vertrouwde dingen. Maar ook hebben zij nog geen maskers opgebouwd, geen zelfbeeld.

Het wijst erop dat dit alles aangeleerd is en dat men veilig de poorten van zijn zelf gebouwde burcht kan open zetten. Want om ons zeker, veilig en goed te voelen omringen wij ons met muren en kleden wij ons in maskers.

In de ontmoeting met de rode neus kan de clown én de toeschouwer zonder schaamte en zonder angst zijn klederen afleggen zoals kleine kinderen (vrij naar logion 37 van het Thomas-evangelie).

Uit het gedicht van Luk Heyligen 'Op de hoogvlakte' het volgende :

“Waar niet langer moet gedaan alsof,
niets verzwegen, niemand onverwacht,
allen verwonderd zich beleven.
Waar niets nog langer zich schuilen moet,

niets verweten, niemand afgezwakt,
ieder zich wonder weten mag....”

(Zie HET WONDERLIJK LICHAAM (10))

In tegenstelling tot de tijdelijke ontmoeting met de clown, doet het kennen van het zelf, het beseffen wie men is, stilaan teniet wie men niet is; opent de poorten van de burcht van het zelf gebouwde en geconditioneerde zelfbeeld. En kan gekomen worden tot :

“.....ontdaan van hun verhullende lagen
of lichter bewegen alsof geen dansers
meer, slechts bewogenheid uit zichzelf geboren....”

(Zie ibid)

“ Waarom weent u, o geest? U, het Zelf, weest het Zelf door middel van het Zelf.
Drink, mijn kind, de suprême nectar van non-dualiteit, alle delingen overstijgend.
(Avadhuta Gita, vers 1.56)

Slechts bewogenheid, een onbewogen bewogenheid , een volkomen open burcht,
ruimte, waarin niets of niemand uitgesloten.

SYNTHESE (4.16) Beseffen – kwetsbaar

Durven wij kwetsbaar te zijn, zonder maskers, zonder kleren zoals in Synthese (4.14) werd geduid? Durven wij ons wagen buiten de veilige omgeving van een “rode neus”?

Dit is niet vanzelfsprekend. De omgeving kent ons niet en zelfs in een intiemere relatie kan er een onterechte machtsverhouding gaan ontstaan, omdat de naaste(n) hier niet mee weten om te gaan. En een uiterlijk symbool – de rode neus, een soutane in een of andere kleur – dat onze kwetsbaarheid voor de buitenwereld zichtbaar kan maken is minder opportuun.

Overigens, als de kwetsbaarheid, de naaktheid nog niet volledig is, vormt dit uiterlijk symbool niet in feite weer opnieuw een masker? Wat baten symbolen, kleren, als de naaktheid niet zó natuurlijk is, dat er geen besef meer is van naaktheid?

En tegelijkertijd is er in ieder van ons het diepe onbewuste verlangen die maskerade te kunnen achterwege laten. Dit proces kan goed waargenomen worden bij het ouder worden. Er komt hoe langer hoe meer een wegvallen van belangen waardoor de noodzaak van het bijbehorend masker ook komt te vervallen. En men begint zich ook daar naar te gedragen. Hoe langer hoe meer komt de wezenlijke structuur van de oudere mens naar buiten, als een kale boom in de wintertijd. Maar dit is geen bewuste keuze, eerder een natuurlijk gevolg van een veranderde situatie, een haast instinctief gedrag.

Onder het archetype, het oertype van de clown schuilt een nog dieper “weten”: een verlangen volmaakt jezelf te zijn, wie je bent. De essentie hiervan bestaat uit drie aspecten :

- een “wetend” verlangen, een oerverdriet;
- in een louter, zuiver zijn te mogen bestaan;
- zoals men voelt, weet, dat men werkelijk is, als in een voelend en ontkennend weten wat men nu is.

In tegenstelling tot bij het ouder worden kan hierbij een bewuste keuze gemaakt worden.

De Dhammapada – toegeschreven aan de Boeddha – vermeldt in vers 165 dat men uitsluitend en alleen zichzelf kan zuiveren. De cirkel is hiermee weer rond ; opnieuw bij onszelf. Het kennen van zichzelf, zich tot op het bot doorgronden, leidt tot een spontaan en bijzonder natuurlijke gang van zaken in dit zuiveren en het stilaan achterwege laten van maskers. Hierbij is op geen enkele wijze sprake van iets als “je moet of je moet niet....”. Ook is het gebruik van enige vorm van mantra –

bijvoorbeeld : “ ik mag mij kwetsbaar opstellen” geheel overbodig, zelfs te ontraden, daar het een subtiele vorm is van conditionering, die vroeg of laat tegen zijn grenzen botst en kraakt.

Trouwens het zuiveren mag in het geheel niet gepaard gaan met afwijzen; afwijzen duidt op iets beschouwen als niet goed of kwaad, begrippen die geen enkele objectieve grondslag hebben (zie o.a. Spinoza en Advaita (1) en (4)). Vanuit het intens waarnemen van al wat gedacht of (niet)verricht wordt, ontstaat het nalaten of juist wel doen wat nodig is, zonder het te beschouwen als iets dat goed of niet goed is. In deze context kan het mogelijk zijn om op het ene moment een verrichting uit te voeren en deze op een ander moment na te laten, zonder dat in beide gevallen een 'gewetensconflict' ontluikt.

Het is van cruciaal belang dat de geest door alleen inzien tot besef komt en niet door een (zelf) opgelegde dwang, omdat alleen hierin een overtuigende en blijvende verandering geworteld kan zijn.

Slechts een op een dergelijke manier zich veranderende geest gaat zich niet kwetsbaar weten en is daardoor voorbij de kwetsbaarheid tot onkwetsbaarheid geworden. Het is voor de clown Suzanne geen van geen enkel belang meer of zij nu speelt met of zonder rode neus.

“ Drink, mijn kind, van de suprême nectar van de non-dualiteit” (vers 1.56 van de Avadhuta Gita)

SYNTHESE (4.17) Beseffen – object “ik”

Het “ik” kan, gelijkaardig zoals naar de andere verschijnselen, zichzelf waarnemen als een object.

Als het mogelijk is om door een methode van intense aandacht zowel pijn als paniek, of om het even welk verschijnsel dan ook, niet meer als zodanig te ervaren (zoals bij Suzanne de pijn en paniek niet meer ervaren werden – zie De Clown (5) buitenspel), is het dus perfect mogelijk zichzelf niet oordelend en niet benoemend waar te nemen en het “ik” niet meer te ervaren.

Dit houdt echter niet in dat fysiek noch psychisch het zogenaamde ik van de aardbodem weggevaagd is, er is alleen een staat van bewustzijn bereikt waarin het als zodanig niet meer ervaren wordt.

Door middel van regelmatige oefening kan de geest zodanig getraind geraken dat gedurende een langere tijd de aandacht zonder enig oordelen of benoemen gericht kan blijven op het object “ik”; het eenvoudigste hierbij is het waarnemen van het lichaam. Dikwijls wordt hier eerst een gevoel van vervloeien ervaren. Echter het waarnemen van een dergelijk gevoel wijst erop, dat de geest weer aan het benoemen of oordelen is geslagen en dat in de oefening ook aan deze ervaring voorbij gegaan dient te worden. Steeds als er een gevoel ervaren wordt is dit een benoemen en dus een indicatie dat de geest in zijn normale status van bewustzijn of bewustheid is terug gekeerd.

Bijzonder duidelijke aanwijzingen die hier op betrekking hebben zijn in de diverse geschriften van de Advaita terug te vinden.

Uit de Ashtavakra Samhita het volgende vers:

“2.24 Met het gaan liggen van de wind van het denken, in mij de oeverloze oceaan, vergaat(1) de ark van het universum, ongelukkig met het jiva(2) van de handelaar.”

- (1) Vergaat – Vernietiging van het denken doet de transposities op het Zelf van naam en vorm van de werelden teniet .
- (2) Jiva – Het belichaamde zelf – jiva – is een handelaar, zijn daden zijn zijn handel en goede en slechte vruchten zijn winst en verlies; ook dit gaat tezamen met de werelden teniet als het denken vernietigd is.

Ook vers 1.31 van de Avadhuta Gita is buitengewoon helder :

“.....Wanneer de geest zuiver wordt, word ik niet enig verschil gewaar tussen de geest en het Opperwezen.”

Aansluitend hierbij het parelend vers 3.8 (ibid) :

“ Mijn kind, Ik ben niet moeilijk te bevatten noch verborgen in bewustheid. Mijn kind, Ik ben niet moeilijk waar te nemen noch verborgen in dat wat is waargenomen
Mijn kind, Ik ben niet niet verborgen in mijn meest nabije vormen....”

Het zou niet juist zijn wanneer een dergelijke ervaring beleefd wordt te denken dat de gewone geest nu een buitengewone geest geworden is. De gewone geest blijft niets anders dan een gewone geest, gelijk de gehele fysiek onveranderlijk gebleven is. Wat dit betreft brengt de publicatie 'Advaita en Wetenschap (8) geheugen' een aantal merkwaardigheden naar voren, die de gewoonheid van deze geest goed illustreren. Er is alleen een ervaring ondergaan die een dieper besef geeft van wie men is en die de uitspraak van Ramana Maharshi 'er is alleen Bewustzijn en Bewustzijn neemt alle vormen aan' nog eens onderstreept.

SYNTHESE (4.18) Beseffen – brandstapel (1)

Arnold schreef :

“Het was op een van de dagen van open huis bij mijn reikimaster; er was een vrouw met zulk een norse uitstraling, dat het mij onmogelijk was haar aan te raken om reiki te geven. Later vroeg ik hoe zo iets mogelijk was en kreeg als antwoord 'dat is omdat jullie energieën niet overeen stemmen'. Bij een andere ontmoeting stelde ik dezelfde vraag en het antwoord luidde : 'dat is omdat er iets bij jou is'. Hé? Weer nadien was de vrouw er opnieuw en ik dacht aan beide antwoorden. Ik bezag haar eens goed, terwijl zij daar op de tafel lag en vroeg mijzelf af : 'wat weet ik eigenlijk van haar, misschien is er iets geweest of nog, dat haar zo heeft doen worden?' Ik heb haar reiki gegeven, elke weerstand was weg. Later vernam ik dat zij kanker had en een reeks behandelingen achter de rug had, maar daarnaast ook alternatieve hulpbronnen zocht. Je zou van minder een minder vrolijke uitstraling kunnen krijgen! Het heeft mij geleerd erg voorzichtig om te gaan met het interpreteren van indrukken en daarop volgende oordelen.”

Zelfs als je denkt iemand te kennen, dan nog weet je vaak niet ten volle wat er in een mens omgaat, laat staan indien je die van haar noch pluim kent. En toch hoe snel is een oordeel geveld.

Op grond van zulk een oordeel sluiten wij ons af, dat wil zeggen dat wij de ander of het andere buiten sluiten.

Moet dan iedereen en alles met open armen ontvangen worden? Dit lijkt haast een ondoenbaar iets, maar er kan een neutrale houding ingenomen worden totdat er een appel op ons gedaan wordt. Een appel dat heel stil, heel subtiel gedaan kan worden, zoals bij de vrouw die op de tafel ligt en aangeraakt wil worden om de helende stroom van energie te ontvangen. Wie zijn wij dan en wie is zij dan om te weigeren?

Het is alsof er een spreidstand ingenomen moet worden tussen de wereld, een (micro)samenleving die wij op grond van (on)geschreven regels willen gerespecteerd zien en het in begrip en mededogen benaderen van de(het) ander(e). En in een relatieve wereld **zijn** deze regels noodzakelijk, wil het menselijk verkeer niet in een chaotische gemeenschap ontaarden. Maar zoals voor iedere turnster of turner kan de spreidstand slechts bereikt worden door een onophoudelijke oefening, alleen door de confrontatie met de aardse werkelijkheid – hoe pijnlijk deze ook kan zijn – is oefening mogelijk, een oefenen in het voelen wat uitsluiten en uitgesloten worden betekent. Torenhoge brandstapels met beurtelings witte en zwarte brandstof laaien er in onze binnen- en buitenwereld uit onwetendheid. Arnold leerde door zich toe te

keren, in aandacht (zich) de noodzakelijke vragen te stellen.

Altijd weer is het een zaak van toekeren naar wat zich aandient, niet afkeren om van de kostbaarheid van een gevoelde ervaring te kunnen gebruik maken.

Hoe ver reikend dit zou kunnen gaan zal uit de volgende publicatie blijken.

SYNTHESE (4.19) Beseffen – brandstapel (2)

Recent werd de volgende ontdekking gedaan :

“Een minuscuul genetisch foutje dat zich eeuwen geleden in tenminste drie Nederlands-Limburgse families nestelde, heeft in recente generaties tot enkele tientallen plotse sterfgevallen geleid. Dit blijkt uit baanbrekend onderzoek van cardiologen en genetici die aan het Maastricht UMC+ verbonden zijn. Het gaat waarschijnlijk om honderden, mogelijk zelfs duizenden inwoners van de regio Maastricht die verre familie van elkaar zijn en eenzelfde voorouder hebben.”
(Bron : publicatie Jessa ziekenhuis Maastricht)

Een gendefect blijkt veelvuldig voor te komen en vormt een bron van de talrijke aandoeningen, al of niet van dodelijke aard.

Welk gendefect zal er nog ontdekt gaan worden?

Is het al te gewaagd te veronderstellen dat een seksuele geaardheid, die van de “norm” afwijkt, kan berusten op een gendefect?

Een ander gegeven is de al meermaals geciteerde uitspraak van Ramana Maharshi : “er is alleen Bewustzijn en Bewustzijn neemt alle vormen aan.” Beseffend, echt diep beseffend dat men Dat is, met alle “plussen” en “minnen”, kan niet anders leiden dan tot een zelfde besef van de(het) ander(e). Iedere uitsluiting van de(het) ander(e) betekent een niet aanvaarden van een aspect in zichzelf, het aanvaarden van de “plussen” en verwerpen van de “minnen” die de uitdrukking zijn van Dat.

Werd in vroeger tijden datgene wat niet werd begrepen verbrand op brandstapels, dan hebben deze nog steeds een of andere vorm daarvan. In hoeverre vormt het benoemen als karma – als een persoonlijk karma – ook hier niet een brandstapel? Is elke veroordeling niet een brandstapel?

Uiteraard zijn er vormen van geaardheid die zonder meer binnen de huidige sociale codes niet gewenst zijn en is preventie aangewezen zolang de wetenschap nog niet bij machte is de bron van de afwijking op te sporen en te neutraliseren. Dit is niets anders dan een zaak van conventie, een afspraak dat wij in het verkeer rechts rijden en als volwassene de mentaal niet-volgroeienden (minderjarigen, beperkten) niet seksueel benaderen. Hetgeen niet wegneemt dat tegenover de overtreder van deze laatste conventie binnen diens isolering een ruimhartigheid aan de dag gelegd moet worden.

In het geheel van het veld van bewustzijn (vgl. Jungs collectief bewustzijn) zouden ervaringen aanwezig kunnen zijn opgebouwd uit alle voorgaande zijnsvormen die de

grondstof vormen voor een huidig “onvolmaakt” niet persoonlijk bestaan. Een dergelijke zienswijze wordt ook bij Spinoza aangetroffen. Uit 'De doornen en de roos' (blz.75) :

“Zolang het lichaam niet actueel bestaat...bestaat het als mogelijkheid die ooit noodzakelijk tot effectief bestaan komt als de orde van de natuur er rijp voor is. Deze idee (lees: mogelijkheid) bestaat vooraf als eeuwig idee tezamen met alle andere idee-essenties in Gods Intellect.”

Een gendefect is dus een gevolg, een ervaring van het manifeste Bewustzijn zoals in de lijn van de evolutie ligt; zie hiervoor ook de publicaties Advaita en Wetenschap 7.1 t/m 7.5.

Treffend is hier de tekst (selectie) uit “Donder : volmaakt Bewustzijn”, een van de Nag Hammadi geschriften :

“Ik ben de vereerde en de verachte.

“Ik ben de hoer en de heilige.

“Ik ben het die overal gehaat werd,

“en die overal werd geliefd.

“Want ik ben kennis en onwetendheid.

“Wees niet onwetend van mij,

“nergens en nimmer.”

Hoe waar en poëtisch is dan de strofe uit het gedicht 'Op de hoogvlakte' van Luk Heyligen (zie Het Wonderlijk Lichaam 10) :

Waar we niets moeten betekenen,
niets kan verhoogd, niemand kan verlaagd,
bestaan is 't bewijs van waardigheid
en dus moet niet meer gedaan alsof.
Niets is volmaakt, niemand ongevraagd,
ieder mag in 't licht staan, wordt belicht,
is verlicht door liefde die niet vraagt.

Het heeft er hoe langer hoe meer van weg dat onwetendheid dé bron van alle lijden is, onwetendheid zowel ten aanzien van de essentie van het wezen (het geestelijke, spirituele aspect), als ten aanzien van de technische bagage waarmee een ieder is uitgerust (het fysieke aspect).

SYNTHESE (4.20) Beseffen – brandstapel (3)

Naast de inwendige brandstapel – het verzet tegen de(het) ander(e) – is er nog een ander inwendig brandend vuur.

Uit het gedicht van Luk Heyligen 'Mensenkennis' (Gina : Over potentiëlen, relaties en conflicten) werd de volgen passus gelicht:

“.....slechts door 't vergeven
van 't verleden kan de toekomst zich openbaren.”

Heel expliciet sluiten hierbij de verzen 3 tot en met 5 uit de Dhammapada aan – kennelijk niet geheel toevallig reeds spoedig aan het begin van deze aan de Boeddha toegeschreven verzameling verzen – :

“Hij heeft me beledigd, aangevallen, overmeesterd, bestolen”
Wrokt hierover en nooit komt uw haat tot rust.
Laat het van u afglijden en uw haat vervluchtigt.
Want niet door wrok komt haat tot rust,
maar door niet wrokken.
Dit is een eeuwige wet.

Wellicht is dit van de drie brandstapels de felste en meest moeilijke om uit te doven. In Spinoza en Advaita (6) en (8.3) werd reeds een aanzet hiertoe gegeven. Maar ook in het licht van de beide vorige publicaties (4.18 en 4.19) lijkt het goed nogmaals op dit zo bijzonder belangrijke en moeilijke onderwerp in te gaan.

Hoewel het op basis van naastenliefde een veel gebruikte methodiek is, blijft het buitengewoon moeilijk om dit in werkelijk bijzonder schrijnende situaties op te brengen. Goed beschouwd berust een dergelijke methode op een geconditioneerd religieus besef en idee.

Een methode van ons verplaatsen in de omstandigheden en conditionering van de dader lijkt eerder aangewezen te zijn. Als illustratie kan uit een van Arnolds bijdragen het volgende dienen :

“Ik was een prille tiener en lag dikwijls met mijn moeder grondig overhoop. Bij een van deze gelegenheden lag ik razend en wenend in mijn bed. Maar als bij donderslag bij heldere hemel kwam daar opeens (ik kan niet zeggen mijn gedachte !): 'zij heeft zichzelf ook niet gemaakt!'. En alle woede ebde weg en tranen hielden op.”

Hier is de kern van de zaak : niemand heeft zichzelf gemaakt. Wij zijn allen een

product van omstandigheden en conditionering. Een conditionering die in welbepaalde en andere omstandigheden finaal aan flarden gescheurd kan worden (zowel in positieve als negatieve zin). Oorlog is hiervan een bekend verschijnsel, maar ook het intens beleven te midden van een collectief gebeuren kan het gevoel, het besef van een (geconditioneerd) ego volledig doen wegsmelten en ons tot handelen brengen waarvan wij achteraf zeggen 'welk een zalig gebeuren of hoe heb ik dat kunnen doen?'

Ieder van ons handelt uitsluitend vanuit zijn of haar bepaaldheden (conditioneringen) stelt Krishnamurti en zijn stelling wordt - ook vanuit wetenschappelijke hoek - hoe langer hoe meer onderschreven. Vanuit dit beseffen kan een begin gemaakt worden met het proces van vergeven in een specifieke situatie. In Spinoza en Advaita (8.3) werd dit proces beschreven; eenvoudigheidshalve wordt het iets gewijzigd hier herhaald :

Vermits er wellicht niemand zal zijn die zich niet door een ander gekwetst gevoeld heeft, kan iedereen zich diens kwetsing voor de geest roepen en onmiddellijk ervaren welke gevoelens dit opnieuw veroorzaakt. Voel hoe in gedachten de tweespalt ontstaat: ik en hij dit, ik en zij dat.... Voel hoe de boosheid en of angst bezit neemt en voel hoe daaronder het verlangen, de wens verborgen ligt om vrij te zijn, vrij van die beklemming. Bemerkt ook de neiging om het gewoon maar weg te duwen, vergeten, niet meer aan willen denken.

En ervaar hoe bij het willen begrijpen van die ander het ik zich uit alle macht verzet. Voel de strijd, niet de strijd van ik en de ander, maar hoe in feite dit de strijd is van het eigenste ik, dat tegelijk verlangt eigenlijk hiervan af te zijn. Er is niets buiten het zelf!

Die enorme weerstand tegen het helen van dat gekwetste ik; het wil niet geheeld worden, want daaraan toegeven doet pijn aan het ik. En paradoxaal wordt deze pijn van het weerstaan aan het ik – i.c. het op basis van begrijpen en inzien tot vergeven komen – geprefereerd boven de pijn van het gekwetst zijn.

Zuiver door een rationeel gadeslaan van de gevoelens en de gedachten kan deze paradox en strijd op de voet gevolgd worden.

Het vraagt een (grote) dosis moed om die preferentie te doorbreken. Voel het, ervaar het.

Vergeven heeft geen enkel uitstaans met mededogen, naastenliefde of religieus aanbevelen; vergeven is een uiterst rationele en "egoïstische" noodzakelijkheid. En bemerk hoe na een overtuigd vergeven, gebaseerd op begrijpen en inzicht, de gevoelens ten opzichte van daad en dader veranderd zijn. En, als het meest belangrijke, een gevoel van bevrijd zijn ontstaat; het vuur van de haat dooft stilaan uit.

SYNTHESE (5.01) (G)EENHEID

Deze ietwat wonderlijke benaming beoogt tot uitdrukking te brengen dat de essentie (Spinoza's substantie) van elk verschijnsel onnoembaar is; een equivalent van Dat, God, het Zelf, Bewustzijn, Neti-neti. En dat elk verschijnsel niets anders en zuiver en alleen is dan dat.

Het is niet iets, maar ook niet niets.

In vers 1.15 van de Avadhuta Gita wordt dit zo verwoord :

“Eenheid en gescheidenheid bestaan niet met betrekking tot u noch tot mij.”
Zou er sprake zijn van 'u en Ik zijn één', dan brengt men daarmee tot uitdrukking dat er twee subjecten in het spel zijn. Er is echter slechts één subject, het Ik, dat alles omvat en alles doordringt. Dit betreft zowel de materie als het bewustzijn, dus ook de beide aspecten van de mens, lichaam en geest. Deze zienswijze van de Advaita wordt meer en meer gedeeld door de adepten van Spinoza, hetgeen ook blijkt uit de publicatie in de blog van 'Spinoza in Vlaanderen' dat grotendeels geciteerd is in Spinoza en Advaita (13).

Als lichaam en denken op één en dezelfde substantie berusten vraagt de logica deze substantie als bewustzijn te definiëren, immers alvorens er denken kan zijn, moet er bewustzijn aanwezig zijn. Een pasgeborene denkt niet, maar beschikt wel over een bewustzijn om de basale gevoelens te kunnen waarnemen (honger, koude, aangenaam en onaangenaam).

Ook op het niveau van het lichaam – de materie – is er bewustzijn; onder andere in Synthese (3.08) en Advaita en Wetenschap (8) werd duidelijk gemaakt dat cellen weten, dat er een celbewustzijn is. Dat er dus alleen bewustzijn is dat alle vormen aanneemt, zoals Ramana Maharshi zegt, is dan bijgevolg allesbehalve denkbeeldig. Dan is de mens in zijn wezenlijkheid geen dualistisch wezen, maar in zijn totaliteit een onnoembare uitdrukking van een onnoembaar ZIJN, ZELF, één en al BEWUSTZIJN.

En als dit geldig is voor één uitdrukking, één modus, dan is dit geldig voor alle uitdrukkingen, zonder enige uitzondering.

In Advaita en Wetenschap (13) werd een korte schets gegeven van de uitermate sociale en bewustvolle gemeenschap van bonobo's. Als het mogelijk is voor primaten een sociale en empathische gemeenschap te creëren zonder enige vorm van religie of opperwezen dan dienen er vragen gesteld te worden bij de

diverse huidige gemeenschapsvormen van de mens (die evolutionair eveneens tot de primaten gerekend wordt). In de vier filosofieën die het uitgangspunt vormden voor de reeks Synthese ligt mogelijk daarop een antwoord besloten, daar deze geen van alle (mits Jezus als de esoterische Jezus beschouwt en niet als de grondlegger van een religie) een beroep doen op een religie of regulerend Opperwezen. De grondslagen voor dit mogelijke antwoord zijn samengevat in Synthese (1).

Voor al wat leeft, beweegt en is zou dan nogmaals uit het gedicht van Luk Heyligen (zie Synthese 4.19) kunnen klinken:

“ niets kan verhoogd, niemand kan verlaagd,
bestaan is 't bewijs van waardigheid “

SYNTHESE (5.02) (G)EENHEID – Lucy

Toen Lucy, de oude matriarch van de groep chimpansees , gestorven was werd zij in een kruiwagen weggedragen; de groep stond bij wijze van afscheid als een erehaag langs de gazen afsluiting. Weggedragen in een kruiwagen is daar onwaardigheid in?

Uw partner zien wegdeemsteren in dementie is daar onwaardigheid in?

Uw mentaal gehandicapt kind ter bescherming gebonden zien, is daar onwaardigheid in?

Is er onvolmaaktheid in uw dementerende partner?

Is er onvolmaaktheid in uw gehandicapt kind?

Uit de verschillende getuigenissen van Suzanne en Arnold blijkt dat voor hen dit element helemaal niet speelt.

Uiteraard is er verdriet, zelfs de chimpansees ervoeren hun emotie, waren geraakt in een empathisch voelen.

Uiteraard ervaren wij het 'anders zijn' bij dood, dementie of handicap. In zen wordt dit voortreffelijk verwoord door de uitdrukking : ' onderscheiden en toch niet onderscheiden'.

Als wij onszelf kunnen zien, ervaren als de volmaakte uitdrukking van en niets anders dan het Zelf, Bewustzijn, dan zijn wij elk moment, ongeacht onze toestand – zowel fysiek als mentaal – onophoudelijk deze volmaakte uitdrukking. Als dit uitgangspunt voor onszelf van toepassing is, is dit evenzeer van toepassing op de(het) ander(e), eveneens ongeacht het moment of toestand.

Dit houdt in, dat in het wel anders zien, het denken, door middel van een begrip of kwaliteit toe te kennen aan een verschijnsel, een cruciale rol speelt in onze relatie tot elk verschijnsel.

Lucy stierf zeggen wij, maar Lucy is nimmer Lucy geweest, alleen benoemden wij haar als Lucy om te kunnen communiceren en te kunnen onderscheiden in geval van een of andere noodzaak. Lucy was de volmaakte uitdrukking van het Zelf, Bewustzijn en toen zij stierf transformeerde zij tot de afzonderlijke elementen, die evenwel opnieuw de volmaakte uitdrukking zijn van dat Zelf, Bewustzijn.

In dit licht laat de publicatie en toelichting bij 'lichaam en geest' in de blog 'Spinoza in Vlaanderen' (zie Spinoza en Advaita (13) niets aan de verbeelding over en evenzo de diverse verzen in de teksten van de Advaita .

Het toekennen van een kwaliteit als (on)volmaakt en (on)waardig is een louter mentaal én subjectief begrip. Zorgverleners die met hart en ziel toegewijd zijn aan het verzorgen van “onvolmaakten” en “onwaardigen” bewijzen dit ten volle; zij zijn niet gehard zoals dikwijls gedacht wordt, integendeel, velen van hen blijven emotioneel geheel en al betrokken.

De getuigenissen van Suzanne en Arnold zijn hiervan het voorbeeld, daarenboven doen zij dit niet om den brode, maar om redenen die zij zelf niet kunnen duiden, maar benoemen als 'ik moest het doen'. Beiden zijn niet betrokken bij een religie, zelfs het woord empathie is niet in de mond genomen.

Hebben bonobo's en andere primaten, als ook de mens dan toch iets in hun diepste wezen besloten, dat een dergelijk handelen kan plaats vinden zonder dat dit door hen als empathie benoemd kan worden? Zonder enig beroep op een religie en zelfs niet op een Opperwezen?

Maar ook de de keerzijde van de medaille is geheel en al aanwezig, zelfs bij hen die nu in bepaalde omstandigheden empathisch handelen, zij kunnen in andere omstandigheden zich bestiaal gedragen.

Volstaat het offer van het denken dan als hoogste offer (zie Essentie Ribhu Gita vers 24) om deze dualiteit te overstijgen? In hoeverre worden toch niet opnieuw de emoties gereactiveerd en blijkt het offer een steelse conditionering te zijn?

Een gezegde in Zen luidt : “het hoogste weten is niet weten”.

Hoe kan het ook anders. Indien elke modus, elke uitdrukking een manifestatie is van het Onnoembare Zijn, Bewustzijn, hoe zou deze uitdrukking ultiem zichzelf kunnen bevatten?

In vers 4.5.15 van de Brihadaranyaka Upanishad zegt de wijze dan ook :

“ Oh Maitrea, zou men de kenner kunnen kennen?”

Alleen het zijn beleven in alle aspecten die zich aandienen zou dan als relevantie blijven.

Een viertal citaten ter onderstreping hiervan:

“Dit wonderlijke lichaam draagt alle mogelijkheden in zich om los te komen van alle wonden

en terecht te komen bij het wonder, het te benutten en het te genieten, te Zijn.“ (Gina, Het wonderlijk Lichaam (13)

“ niets kan verhoogd, niemand kan verlaagd,
bestaan is 't bewijs van waardigheid “ Luk Heyligen

“....ik ga, ik ga, met niets in mijn bezit;
ik heb miljoenen lichamen om in te leven” (Swami Ram Tirth)

“ Speel je rol in de wereld, o edele, uit héél je hart” (Ramana Maharshi)

SYNTHESE (5.03) (G)EENHEID – Empathie

Empathie of inlevingsvermogen is de vaardigheid om zich te kunnen inleven in de gevoelens van een ander.

Dit vermogen werd tot dusverre uitsluitend toegedacht als een uniek vermogen van de mens, maar wetenschappers ontdekten ook het bestaan hiervan in de dierenwereld, met als exponent de waarnemingen bij de bonobo's (zie Advaita en Wetenschap (9)).

Maar in Synthese (5.02) Lucy werd gerefereerd naar de ervaringen van Suzanne en Arnold ten aanzien van hun keuze tot palliatief- of clownvrijwilliger en zij duidelijk elk idee omtrent een keuze die door empathie mede bepaald zou zijn ontkenden, integendeel. Tot zekere hoogte kan empathie als een vorm van mededogen of naastenliefde gezien worden.

Evenwel bestaat er wel empathie, mededogen, generositas of naastenliefde? Hebben bonobo's en andere primaten, als ook de mens dan toch iets in hun diepste wezen besloten, dat een dergelijk handelen kan plaats vinden zonder dat dit door hen als empathie benoemd kan worden? Zonder enig beroep op een religie en zelfs niet op een Opperwezen? Dit waren de vragen die in Synthese 5.02 gesteld zijn. Laat ons eens zien wat diverse bronnen ter beantwoording kunnen bieden.

Eerst en vooral, indien er een kwaliteit gedefinieerd wordt dan is er daarvan ook de duale tegenhanger aanwezig (goed en kwaad, mooi en lelijk, etc.).

Kan er voor goed en kwaad geen objectief criterium bepaald worden, het is immers subjectief en tijdsgebonden (Spinoza) – dan kan dit volgens de logica evenmin voor de andere paren van tegenstelling, dus ook empathie.

In de Diamant Sutra (6), (7) en (20) zegt de Boeddha:

“....niet het denkbeeld koesteren dat dingen intrinsieke eigenschappen hebben of dat dingen verstoken zijn van intrinsieke eigenschappen .

“....eigenschappen in werkelijkheid geen eigenschappen zijn; ze worden alleen maar zo genoemd”.

“.... de waarheid (lees : de werkelijkheid) niet in woorden kan worden uitgedrukt en niet met het denken kan worden begrepen. Het is noch het is niet (lees : neti-neti)”.

In de Tao Te Tjing (38) klinkt het als volgt:

“ Hoge deugd is geen deugd, juist daarom deugd.

Lage deugd verliest geen deugd, daarom geen deugd.

Hoge deugd doet niet en het is haar er ook niet om te doen.
Lage deugd doet en het is haar er ook om te doen.

Daarom als Tao is verloren, dan komt er deugd,
deugd verloren, dan komt er menslievendheid,
menslievendheid verloren, dan komt er rechtschapenheid,
rechtschapenheid verloren, dan komt er vormelijkheid.”

Eerder zegt de Tao Te Tjing (1) :

“ Het tao dat benoemd wordt is niet het eeuwig Tao.
De naam die genoemd kan worden is niet de eeuwige Naam.”

In de Advaita is het meest helder de Ashtavakra Samhita (20.14) :

“ Wat is eenheid en wat is dualiteit “.

Dat wil zeggen dat het bevestigen van een verschijnsel even onwetend is als het ontkennen ervan; dit komt overeen met de uitspraak van de Boeddha.

Maar ook de Avadhuta Gita geeft de nodige duiding :

“ (1.4) Hoe kan ik zeggen : 'Het bestaat; het bestaat niet'?”

“ (1.20) Alle geschriften geven aan dat de Waarheid (lees : werkelijkheid) zonder eigenschappen is,”

“ (1.36) Zij kennen de Waarheid niet.....welke verstoken is van zowel dualiteit als geen dualiteit.”

“ (3.25) Hoe moet ik over, de zuiver Ene, de “niet dit” en toch de “niet dit” spreken?”

Jezus drukt zich eerder in algemene termen uit als hij in logion 22 van het Thomas-evangelie zegt :

“ Als jullie de twee tot één maken.....dan zullen jullie het koninkrijk binnengaan.”

Het moge hieruit duidelijk zijn dat de ware empathie niet te benoemen is, het is een in-diep voelen dat voorbij enig bewoording gaat; zodra er enige duiding, enig aangeven van een motief dat er bij betrokken is, betreft het een van de vormen lager dan de hoge deugd waar de Tao Te Tjing over spreekt.

Ware empathie is (g)eenheid en kan alleen ervaren worden; de ervaringen van Suzanne en Arnold berusten louter op een zeer aandachtig waarnemen van de door hen gemaakte keuze, het ervaren en de gevoelens die daarbij speelden.

In vragende vorm stelt de Avadhuta Gita in vers 1.42 dit als volgt :

“ Waarom beschouwt u het Zelf, dat kenbaar is voor Zichzelf, als onkenbaar?”

(Logion 113 Thomas-evangelie : “ Het koninkrijk van de Vader is verspreid over de aarde en de mensen zien het niet.”)

Kenbaar en ook weer niet kenbaar : (g)eenheid

SYNTHESE (5.04) (G)EENHEID – Marieke (2)

Naar aanleiding van Suzannes relaas in Synthese (5.04) – Marieke werd het volgende gedicht van Luk Heyligen ontvangen.
Het spreekt voor zich.

Telkens vergeten

En telkens moeten we vergeten wat we zagen
om te kunnen zien.
En telkens moeten we vergeten wat we wisten
om te luisteren
naar dit onafzienbaar ogenblik.

Ken jij het begin van nu of 't punt waar we kunnen
zeggen : 't is voorbij?
Dit onbegonnen meesterwerk stroomt zonder dat de
oever wordt bereikt,
enkel de stroming is herkenbaar.

Telkens moeten wij herinneren wat we waren,
niet wat we zagen,
hoe wij nog niet zichtbaar, niet ziende, toch al waren
als stenen zonder
huid of een zee zonder geluid.

Telkens moeten we herinneren dat we wisten
dat we waren, nog
voor we wisten wat, iets bedachten of verbeelden
dan hervoelen we
die leegte vol kiemen van leven.

Telkens moeten we vergeten om het te kunnen
herinneren : dit
vloeibaar, onafzienbaar ogenblik.

Luk Heyligen

SYNTHESE (5.05) (G)EENHEID – Geest

Deze publicatie gaat voort op het aspect geen geest zoals in Advaita en Wetenschap (10) blijkt.

“ De geest heeft werkelijk de vorm van ruimte. De geest is werkelijk allesomvattend.

De geest is het verleden. De geest is alles. Maar in werkelijkheid is er geen geest.”

Dit vers 1.9 uit Avadhuta Gita zou het idee kunnen geven dat er niets is, juist zoals het bestaan van het universum ontkend wordt.

Maar tegelijkertijd wordt in dezelfde publicatie gewezen op het offer van het denken (Essentie Ribhu Gita) en de uitspraak van Zenmeester Suzuki : de mens is een denkend wezen, maar zijn grootste werken verricht hij als hij niet denkt. In dit zelfde licht moet ook gezien worden dat dan de Meester verschijnt.

Ook is er het bijzondere fenomeen van de intuïtie, dat ten tonele verschijnt wanneer dit denken afwezig of naar de achtergrond gedrongen is. Of diezelfde intuïtie die het laat afweten in geval van dementie.

Arnold : Ik kan het niet anders zeggen dan :

het is een voelend weten van zulk een intense diepte afkomstig dat het weten een niet wetend weten is.” (Synthese 3.19)

Suzanne : Het zijn momenten waarnaar ik terug verlang en tegelijkertijd weet dat ik deze niet vermag te verlangen, zij worden geschonken op de momenten dat ik er niet ben.” (Synthese 5.04)

Hoe kan dit alles geplaatst, gezien worden?

Vanwaar de echte intuïtie komt is een tot dusverre niet opgehelderd verschijnsel, dat het bestaat wordt door veel bronnen, waaronder Spinoza, als zodanig (h)erkend. Om zich van de intuïtieve gedachte evenwel bewust te worden is de gewone geest noodzakelijk. Een indirect bewijs hiervoor zijn er niet alleen de talrijke ervaringen, maar ook het ontbreken – voor zover bekend – van de intuïtieve gedachte bij de demente en mentaal gehandicapte mens.

Zowel Arnold als Suzanne geven aan dat er een weten en beseffen blijft bestaan; zij geraken niet in een toestand van inertie of buiten bewustzijn, integendeel, zij blijven functioneren op de momenten “....dat ik er niet ben.”

Vers 1.9 uit de Avadhuta heeft dus de schijn van ietwat kort door de bocht te zijn. Maar dit beperkt zich niet alleen tot dit vers en de geest, het strekt zich uit tot het

gehele lichaam, als in vers 1.13 gezegd wordt : “Op geen ogenblik heeft u een lichaam.”

Er komt wat duidelijkheid door middel van de verzen 1.24 en 1.25, maar in het bijzonder door een van de eerste verzen, nl. 1.4 , “Hoe kan ik zeggen 'Het bestaat, het bestaat niet?' “

Zoals in Spinoza en Advaita (10) al werd aangegeven zal hiermee nu duidelijk worden dat er slechts één ding bestaat met twee aspecten : het relatieve aspect geest zoals dat kenbaar is in het gewone dagdagelijks leven en het absolute aspect waarbij de geest volledig samenvalt met het absolute Bewustzijn. Deze laatste staat kan ervaren worden als de denkende geest tot stilte is gekomen “even if it is a few seconds” (Naomi Feil; Synthese 5.04). Een staat van ervaren die niet te verwoorden is, maar terecht Suzanne ernaar doet terug verlangen.

Door het offer van het denken, de rusteloze geest te verstillen, onthult zich natuurlijkerwijze de absolute essentie van ons wezen (vgl. verzen 14, 24 en 25 van de Essentie van Ribhu Gita).

De Ribhu Gita vers 1.11 (Sanskriet versie) stelt klaar en duidelijk:

“ Er is niets waarvan gesproken kan worden als niet-Zelf, noch de geest als niet - Zelf, noch de wereld als niet-Zelf; weest daar zeker van.”

Het éne ding – de geest – is in werkelijkheid onverdeeld Bewustzijn, dat vanuit onze duale zienswijze als twee aspecten beschouwd kan worden.

Begrijpelijker wordt hierdoor ook de verbazingwekkende uitspraak in Donder : volmaakt Bewustzijn (Nag Hammadi geschriften) : “Ik bende gedachte waarvan de herinnering veelvuldig is.”

Advaita, Boeddha, Jezus en Spinoza zijn hier in een wonderbaarlijke concordantie.

SYNTHESE (5.06) (G)EENHEID – Aanvaarden

Meerdere keren is het onderwerp 'aanvaarden' of 'toekeren' ter sprake gekomen. Nog in de getuigenis zoals die in Synthese (4.03), waaruit blijkt dat aanvaarden niet zozeer een zaak is van een soort berusten achteraf, maar wellicht nog meer van een zich bewust wenden tot datgene wat zich op het eigenste moment aandient.

Zowel in deze getuigenis als in de 'intieme dood' (Synthese 3.19) blijkt overduidelijk met hoeveel moeite én pijn dit voorafgaand toekeren plaats heeft. Altijd weer is er het diep ingeworteld verlangen om ons af te keren van dat wat als onaangenaam ervaren wordt en ons toe te keren tot het aangename; hierbij onbewust voorbijgaand aan het feit dat (on)aangenaam een zuiver geconditioneerd begrip is en dat vroeg of laat aan alles wat vreugde of lijden veroorzaakt een einde komt. Terecht schrijft Kahlil Gibran in de 'Profeet' :

“Weet dat wat verdriet geeft u ook vreugde heeft gegeven.”

Het is niet evident om in je psychische pijn te gaan en te accepteren dat je als het ware die emotionele pijn wilt hebben. En toch.....en toch ligt hierin de bevrijding van de pijn. Angst voor pijn verhoogt juist de pijn; in Synthese (3.15) – pijn en angst is reeds uitgebreid op dit aspect ingegaan.

Betrof het tot dusverre een aanvaarden vanwege een gebeurtenis die een fysieke of psychische pijn veroorzaakt, dan kan er evenwel nog een geheel ander aspect daaraan onderkend worden.

Angst staat tegenover onbevreesd in het stelsel van paren van tegenstelling en eerder werd in het kader van hulpverlening gewezen op het aanvaarden van de eigen emoties (Synthese 3.19) i.c. de eigen angst.

“...alleen als je bereid bent naar jouw angst te kijken én te aanvaarden, zul je hem in de ander kunnen verdragen.” (Tibetaans Boek van Leven en Sterven)

Maar wij zijn een volmaakt dualistisch wezen – zoals omstandig in de Syllabus Ken je zelf in hoofdstuk 'het volmaakte onvolmaakt ik' is uiteen gezet. Concreet betekent dit dat in elk van ons alle deugden én alle ondeugden verenigd zijn.

En hier wringt de schoen : onze deugden aanvaarden wij, onze ondeugden worden door ons verworpen.

Hulpverlening en mededogen kunnen slechts echt tot ontwikkeling en bloei komen als wij bereid zijn al onze onvolmaaktheden onder ogen te zien en te aanvaarden. De ondeugden (overigens door consensus bepaalde – dus geldend voor bepaalde duur en plaats – begrippen) die niet in ons zelf door onszelf volledig aanvaard worden, kunnen ook niet door ons bij een ander aanvaard worden.

“Eerst jezelf, dan de ander,
zo besmet gij uzelf niet.”
(vers 158 Dhammapada)

Het ontwikkelen van mededogen of naastenliefde kan niet zonder het kennen van zichzelf en bij zichzelf aanvaarden wat beschouwd wordt als ondeugd. Kent men aan een verschijnsel een begrip van deugd toe, dan ontstaat bij het ontbreken hiervan gelijktijdig de tegenstelling van ondeugd. Deugd en ondeugd zijn onlosmakelijk verbonden, artificieel en in werkelijkheid niet bestaand : (g)eenheid.

SYNTHESE (5.07) (G)EENHEID – (g)een geest

Arnold schreef het volgende :

“Rond vijf uur 's nachts werden wij door onophoudelijk geblaf van honden gewekt. Mijn partner vertrok vol boosheid naar ons stille kamertje, ik bleef waar ik was en oefende mij in geen aandacht geven, dat wil zeggen : waarnemen zonder enige weerstand of gedachte. Het hondenkoor breidde zich uit, maar ik bleef bij mijn oefening. Ik ben terug in slaap gevallen!

Op een andere keer voelde ik een opkomende oorpijn, mijn gedachten sloegen op hol en mijn maag begon zure oprispingen te produceren. Door ook hier geen aandacht aan te geven ebde alles weg.

Opnieuw kon ik vaststellen dat een verschijnsel bij zuivere aandacht ophoudt te bestaan.”

Deze ervaringen van Arnold sluiten aan bij die van Suzanne (zie onder andere De Clown 5).

De gesteldheid – en dus met name de wijze van conditionering – van de geest bepaalt hoe een verschijnsel ervaren wordt. En hoe zeer deze geest berust op conditionering werd reeds in Advaita en Wetenschap (10) aangegeven. En hoezeer een veranderende houding, zienswijze, de wijze van ervaren verandert blijkt eveneens uit deze ervaringen als ook uit de getuigenis opgenomen in Synthese 4.03 denken.

Elk ervaren en wijze van dat ervaren – blaffen, pijn (fysiek of psychisch) – is relatief en bestaat in en door de geest. En elk ervaren berust op de individuele conditionering van de geest die ervaart.

Daarenboven wordt deze individuele conditionering mede bepaald door de fysieke hoedanigheid of hoedanigheden (mogelijkheden) van de waarnemer.

Aldus creëert iedere geest zijn/haar eigen relatieve werkelijkheid en wereld.

Op grond van deze voorgaande uitgangspunten – conditionering op grond van ervaring en fysieke hoedanigheid (mogelijkheden) – kan wellicht gezegd worden dat dit een geldigheid is voor iedere levensvorm. En dat bijgevolg iedere levensvorm, in een continu evolutionair proces, een bewustzijn is, dat zijn eigen doorlopend veranderende wereld schept (zie Advaita en Wetenschap 7.1 t/m 7.4 evolutie). De drijvende, bindende én gemeenschappelijke factor hierin is het Bewustzijn; het neemt alle vormen aan. In de poëtische bewoordingen van vers 2.13 uit de Ashtavakra Samhita :

“Wonderbaarlijk ben ik! Verering voor mijzelf! Er is niemand zo vaardig als ik, die in eeuwigheid het ganse universum draag zonder het met het lichaam te

beroeren.”

Maar in de ervaringen van Arnold en Suzanne schuilt nog een ander facet : het ophouden van het ervaren van een object bij een volgehouden zuivere, niet oordelende aandacht. Het is dit facet waar in de verzen 2.23 en 2.24 van de Ashtavakra Samhita naar verwezen wordt:

“Oh, in mij, de oeverloze oceaan, bij het opsteken van de wind van het denken, ontstaan myriaden van werelden.

en

“ Met het gaan liggen van de wind van het denken, in mij de oeverloze oceaan, vergaat ongelukkiglijk de ark van het universum, met het jiva”

In de Avadhuta Gita en Essentie van Ribhu Gita wordt dit op de talloze wijzen tot uitdrukking gebracht : (g)een geest, (g)een wereld.

Een staat van zijn die geduid kan worden als (G)EENHEID; als een kind zonder verleden en herinnering, zonder toekomst en verwachting. In dit kind is geen ik en geen jij, geen dit en dat.

SYNTHESE (5.08) (G)EENHEID – Wonderkind (1)

In je bijdrage 'Dood, leve de clown' (De Clown (10) zeg je Suzanne :

“En toch voel ik bij het verliezen van dit met hart en ziel beleven van mijn clown-zijn geen verlies.”

Arnold : *“Toen ik een voor mij 'kostbare' edelsteen op de stenen in duizend stukken kapot liet vallen, heb ik dit gevoeld als een moment van de meest diepe ervaring van het bezit ervan.”*

Jung zegt over het bewustzijn op het moment van sterven : “het geestelijk hoogtepunt wordt bereikt op het moment dat het leven eindigt”.

Om het diepste gevoel van bezit en leven te kunnen ervaren is het noodzakelijk het te verliezen; bezit en leven bereiken hun absolute hoogtepunt in het verlies ervan en aldus vormen zij één ondeelbaar moment van volkomen zijn, een (g)eenheid.

In deze enorme contradictie is een ervaren besloten dat, in tegenstelling tot het kind zonder verleden en herinnering, bewust beleefd kan worden, of waar, zoals in geval van het verlies van het leven, bewust naar toe geleefd kan worden.

In dat ondeelbare moment is er het wonder van het zijn, van zulk een intensiteit dat Swami Ram Tirth kon zeggen :

“.....O dood, ga voort en raak mijn lichaam, ik heb miljoenen lichamen waarin ik kan leven....”

Als in de herfst kondigt zich het verworden van geest en lichaam aan, geest en lichaam waarvan deze ten onrechte beschouwd worden als ik en van mij. “Verdraag het” (Bhagavad Gita 2.14).

Is dit wat versluierd is in “Wonder” (Het Wonderlijk Lichaam 12)?

“Dit wonderlijke lichaam
draagt alle mogelijkheden in zich
om los te komen van alle wonden
en terecht te komen bij het wonder,
het te benutten en te genieten,
te Zijn.”

En evenals in Synthese (5.07) kan geëindigd worden met : als een kind zonder verleden en herinnering, zonder toekomst en verwachting. In dit kind is geen ik en

geen jij, geen dit en dat; het wonderkind heeft een staat van zijn als : (g)eenheid.

SYNTHESE (5.09) (G)EENHEID – Wonderkind (2)

Uit Synthese (5.02) :

“Indien elke uitdrukking een manifestatie is van het Onnoembare Zijn, Bewustzijn, hoe zou deze uitdrukking ultiem zichzelf kunnen bevatten? Alleen het zijn beleven in alle aspecten die zich aandienen zou dan als relevantie blijven.”

Als een kind het beleven van *alle* aspecten betekent de schoonheid van het worden én de pijn van het verworden beleven. Maar zowel schoonheid als pijn duiden op een subjectieve kwalificatie en een zich toekeren naar het ene en het afkeren van het andere; een klein kind leeft en beleeft in verwondering het zijn, zonder enige toekenning van kwaliteit.

Het waarom van het Bewustzijn dat zich manifesteert in een eindeloze cyclus van worden en verworden is een vraag van een subject dat zich zelf blijft zien als een object, een uitdrukking van dat Bewustzijn en voorbij gaat aan dat wat het werkelijk is : een wonder van bewustzijn. De cyclus van worden en verworden is een onlosmakelijk deel, inherent, aan het karma (in de zin van energie) of conatus. Een energie die zelf onveranderlijk en ondeelbaar blijft.

“...ik heb miljoenen lichamen waar ik in kan leven! Ik ga, ik ga met niets in mijn bezit.” zo luidt het in Swami Ram Tirth's hymne. “ O dood, ga voort en raak mijn lichaam.”

In alle openheid, als een kind, ziet Ram Tirth naar de zich aankondigende dood, nodigt hem uit vanuit het besef niet dit vergankelijk lichaam te zijn, maar datgene dat dit lichaam deed ontstaan en alle andere (levens)vormen.

Heel mooi sluit dit aan bij het gedicht van Luk Heyligen “Grenzeloos” :

Grenzeloos

Men zegt dat ik grenzen overschrijd
Welke grenzen....?
Wijs mij de grenzen!
Ik zie geen grenzen
Ik zie één groot, groots,
wonder, wonderlijk
lichaam.
Waarin mensen en dieren bewegen
en sterren en kometen
en bloemen en bomen
en kinderen spelen

en bladeren vallen
en woorden zich schrijven
en klanken zich vormen.

Waar is de grens?
Ik zie geen grens.
Natuurlijk, dit tijdelijk standpunt
is beperkt in tijd en ruimte
Maar een venster is het huis niet
nog minder de bewoner van het huis
Deze tijdelijkheid, dit hier en nu bestaan
is waar doorheen mijn wezenlijkheid
zichzelf beschouwt, zich ziet
En ik zie één groot, groots
wonder, wonderlijk
lichaam
Waar in leven en sterven zijn
als een eb en vloed
Waar in mensen en bloemen groeien
en bloeien en schoon zijn
schoon als wind en water
en 't stof van sterren
dat de ruimten kruist
en woorden die van ver
van zo ver opborrelen
en klanken en 't bewegen
dat nimmer zal eindigen
noch ik, noch jij, in jouw
eeuwig grenzeloze zijn.

Arnold en Suzanne : “ *In dit mogen meeleven van het verworden en het sterven ligt het opperst moment van ons leven, van ons zijn; daar ligt voor ons het eren zonder te eren de Essentie van ons zijn. Of het ook zo mag zijn in onze eigen verwording en sterven is een vraag die niet beantwoord kan en mag worden, maar wel in stilte leeft. Belangrijk is in ieder geval zo bewust mogelijk het ouder worden te ervaren en deze bewustheid te integreren in dat ervaren. De woorden van Swami Ram Tirth en Jung weerspiegelen dat.* ” (Zie Synthese 5.08)

Uit de poëtische “stervenshymne” van Swami Ram Tirth de volgende zinsneden die als een spiegeling zijn van het gedicht “Grenzeloos” :

“Ik ben de lichtvoetige wind die verder loopt in extase...de altijd vergelijkende vorm die voortgaat als de tijd....door mij zong de nachtegaal haar wijsjes; ik klopte op

deuren en liet de slapenden ontwaken, terwijl ik de tranen van de een droogde en de sluier van het gezicht van de ander wegblies.....Ik zal mij kleden met de gloed van de maan, met de nevel van ragfijne zilverdraden.....” (uit: Waardig Heengaan; uitgeverij Servire).

Niets anders dan een zijn, een voelend zijn. Het leven beleven zoals het zich aandient, in vreugde en leed, bluts en buil. Vreugde en leed, bluts en buil zijn – opnieuw – kwalificaties die geen objectieve grondslag hebben en daarom ook voor iedereen een verschillende gevoelswaarde hebben en zelfs geheel overstegen kunnen worden tot het leven beleven zoals het is, in pure (g)eenheid van het wonderkind.

SYNTHESE (5.10) (G)EENHEID – oorlog en vrede (1)

In de publicatie over bonobo's (Advaita en Wetenschap (9) werd gesteld dat agressie een positief aspect kent in de zin dat deze noodzakelijk is voor het voorkomen van vernietiging.

In elk van ons is de dualiteit opbouwen en vernietigen aanwezig.

Onder leiding van Peter Turchin is door een groep ecologische wetenschappers een historisch onderzoek gedaan naar de drijvende krachten voor de evolutie van de samenleving; dit onderzoek werd gepubliceerd onder de titel “ War and peace and war”; eveneens werd een wiskundig model ontwikkeld dat drieduizend jaar van deze ontwikkelingen in kaart bracht en aantoonde dat agressie (oorlog) een buitengewoon drijvende kracht voor de ontwikkeling van de samenleving vormde.

Zou bijvoorbeeld een stimulans tot vereniging van de staten van Europa op gang gekomen zijn zonder de nefast geachte Tweede Wereldoorlog en het Nazisme?

Deze wetenschappers namen als uitgangspunt dat de mensheid met name energie investeert in het ontwikkelen van gemeenschappelijke doelstellingen en instellingen onder invloed van uiterst vernietigende gebeurtenissen. Het bleek dat nieuwe militaire technologieën, welke hun impuls verkregen vanuit agressieve doelstellingen, door middel van oorlog zich konden verspreiden door het vernietigen van zwakke rijken en zo de weg konden effenen voor nieuwe samenlevingsmodellen.

Het beeld van de deeltjes die elkaar scheppen en vernietigen – zie Advaita en Kwantumfysica (2) – en de continu scheppende en vernietigende god Shiva – zie Advaita en Wetenschap (7.2) is niet alleen op micro-niveau en mythologisch niveau aanwezig, maar evenzeer op macro en kosmisch niveau. Met andere woorden : het is een inherent aspect van een nog diepere of achterliggende kracht. In de publicaties Advaita en Wetenschap (7.4) en (7.5), Synthese (4.13) en (5.09) werd deze kracht aangeduid als karma – in de oorspronkelijke betekenis van energie of scheppingskracht – of conatus in de terminologie van Spinoza.

Dit is evenwel geen pleidooi voor oorlogsvoering, maar slechts een vaststellen dat deze kracht onlosmakelijk verbonden is aan het worden; worden en verworden zijn, zoals reeds eerder malen eerder gesteld is, een paar van tegenstelling in een dualistisch perspectief.

Het fenomeen oorlog als een inherent aspect van het worden, stelt de actuele situatie voor de huidige mensheid in een scherp daglicht en werd helder verwoord in een opiniebijdrage van Chams Eddine Zaougui (Arabist en journalist) in De Standaard

van 24 september jl.

Zijn mening is, dat terecht tegen het terroristisch geweld geageerd moet worden, maar dat evenmin de achterliggende oorzaak van dit geweld niet uit het oog verloren mag worden. Militaire represaille alleen is daarom geen oplossing, omdat zowel in Afghanistan als in Kenia de terreur voor de jongeren een optie tot overleven is in een samenleving die geteisterd wordt door criminaliteit en voedselschaarste. Een structurele oplossing ligt volgens de auteur in onderwijs en werk.

Heeft de Boeddha ook niet terecht opgemerkt dat eerst gezorgd moet worden voor een goede broodwinning en dat daarna de rest (geestelijke ontwikkeling ?) aan bod kan komen.

Of bevat de uitspraak van Jezus - “aan wie heeft [het geestelijke]zal gegeven worden en van wie niet heeft zal het weinige [het materiële] dat hij heeft afgenomen worden” (logion 41) - anders niet een dubbele bodem en zal dit “weinige” niet alleen bij de dood ontnomen worden, maar misschien reeds met geweld bij leven?

Als de Avadhuta Gita in vers 1.15 stelt dat “Eenheid en gescheidenheid bestaan niet in betrekking tot u noch tot mij.....alles is waarlijk het Zelf “, dan is dit geldig voor ieder van ons, niet alleen ten opzichte van het Zelf (hoewel dit ten onrechte lijkt te suggereren dat het Zelf iets buiten ons is), maar óók ten opzichte van elkaar en alles. Dit zal dan inhouden dat hoe langer hoe meer, zoals bij de bonobo's, het beschikbare gedeeld moet worden en de grenzeloze, aarde uitputtende vergaring doorbroken gaat worden. Het zal echter de geaardheid van de specimen mens in acht genomen niet anders kunnen dan onder dwang – de vorm waarin is van veel externe factoren afhankelijk, maar dat dit op een agressieve wijze kan plaats hebben is alles behalve uitgesloten; dit is trouwens de teneur van de studie “ war and peace and war”. Het is utopisch te veronderstellen dat onderwijs en werk een voldoende drijfveer zullen vormen om tot een rechtvaardige (her)verdeling te komen, hetgeen gelet op het verleden, hoogst waarschijnlijk even geldig is voor om het even welke religie; het is trouwens zeer aannemelijk te veronderstellen dat bonobo's geen religie hebben en bijzonder intrigerend wordt dan de vraag hoe zij tot deze vorm van samenwerken hebben kunnen komen.

Oorlog en vrede zijn bijgevolg een tegenstelling die in alles aanwezig is en ook voor dit paar van tegenstelling zou het niet juist zijn het ene been te aanvaarden en het ander te verwerpen, hoezeer dit ook vanwege het onnoemelijk lijden dat dit met zich meebrengt gevoelsmatig moeilijk te aanvaarden is. Zoals voor elk paar van tegenstelling geldig is, geldt voor oorlog en vrede ook : (g)eenheid.

SYNTHESE (5.11) (G)EENHEID – oorlog en vrede (2)

In de publicatie oorlog en vrede (1) is veronderstelt dat het utopisch is zonder enige dwang of agressie een voor de evolutie van de samenleving noodzakelijke verandering mogelijk zal zijn.

Daarnaast is oorlog en vrede als onlosmakelijke dualiteit aanwezig in allen en alles.

Het is wellicht even utopisch te denken dat een wereldbevolking van 7 miljard mensen en masse tot een inzicht en verlichting zal komen die deze dualiteit kan overstijgen, zelfs van een stuwende kracht van 200 miljoen boeddhisten mag deze deze krachttoer niet verwacht worden.

Betekent dit dan dat het een hopeloze zaak is, dat de mensheid in zijn geheel nimmer tot inzicht en verlichting zal kunnen komen, dat ten eeuwige dagen agressie en oorlog zullen blijven bestaan?

De kern van het probleem is en blijft de gedachte dat er iets als een individualiteit bestaat, zowel in dit hier en nu, als in het daar en dan. Dat er geen besef is ten aanzien wat men werkelijk is.

Het Boeddhisme kent twee hoofdstromen, namelijk het Hinayana (Klein voertuig) dat alleen naar een persoonlijke verlichting streeft en het Mahayana (Groot voertuig) dat streeft naar verlichting van alle wezens. Is streven naar verlichting, ongeacht of dit voor persoonlijke doeleinden is of niet, in wezen niet een ego gerichte activiteit?

In de Diamant Sutra stelt de Boeddha bij herhaling dat er niet zo iets als een persoonlijkheid of individualiteit bestaat en ook “.....wanneer alle wezens bevrijd zijn, in werkelijkheid niemand is bevrijd”.

Als de eigen verlichting iets is van het ego, als er geen enkel wezen in werkelijkheid bevrijd kan worden, welk houvast is er dan nog? Als oorlog en vrede elkaar eeuwig en altijd blijven afwisselen, zowel in onszelf als onderling, heeft het dan nog zin de moeite van het kennen van jezelf en het moeizame geploeter om langs die weg tot een zuiveren van het denken te komen, laat staan tot het “offer van het denken”?

Er is wel degelijk een uitweg in deze impasse naar een immense vrijheid.

Het besef, het diep, intens diepe besef dat het ik, de individualiteit en persoonlijkheid die altijd geacht werd er te zijn, niet bestaat en ten volle de consequenties daarvan te aanvaarden.

Swami Ram Tirth wist vooraf wanneer en hoe hij zou sterven (33 jaar oud en door verdrinken tijdens zijn bad in de Ganges) en één uur voor dit ogenblik schreef hij met tranen in zijn ogen van gelukzaligheid die wondermooie tekst, waaruit al meerdere keren geciteerd is, maar hier nu meer volledig volgt :

“ O dood , ga voort en raak mijn lichaam; ik heb miljoenen lichamen waarin ik kan

leven. Ik zal mij kleden met de gloed van de maan, met de nevel van ragfijne zilverdraden en mijn tijd verbeiden in verstilde rust. Ik zal mijn liederen zingen in de vorm van bergbeekjes en stroompjes, in de vorm van ruisende golven; ik zal verdergaan. Ik ben de lichtvoetige wind die verder loopt in extase. Ik ben de altijd verglijdende vorm die voortgaat als de tijd. Door mij barstten de rozen in lachen uit en zong de nachtegaal haar wijsjes; ik klopte op de deuren en liet de slapenden ontwaken, terwijl ik de tranen van de een droogde en de sluier van het gezicht van de ander wegblies. Ik ga, ik ga met niets in mijn bezit.”

En terwijl hij zijn bad nam en door de stroming werd meegevoerd hoorde men hem zeggen : “ Ga! Als je bent voorbestemd om op deze manier te gaan, ga dan! Om! Om! Om!”

En hij dreef stroomafwaarts naar een plaats waar de stroming hem in een grot onder water trok.

Deze getuigenis – van relatief recente tijd (1906) – illustreert een totale overgave van de persoonlijkheid en besef van het niet bestaan van een individualiteit.

In de leringen van Ramana Maharshi (redactie David Godman) wordt eveneens een gelijkaardig zienswijze vermeld :

“...er zijn twee wegen om je lot te overwinnen. De een is te ontdekken dat je ego niet echt bestaat. De ander door je eigen hulpeloosheid in te zien en je volledig over te geven aan je Meester en daarbij elk gevoel van 'ik' en 'mij' op te geven.”

In feite vloeit de tweede weg op natuurlijke wijze voort uit de eerste, ze zijn zelfs in wezen ondeelbaar. Zelfs een idee van bevrijding blijft hierbij geheel achterwege, daar het koesteren van een dergelijk idee nog altijd de kiem van een 'ik' in zich draagt.

In een werkelijk doorleefd besef, inzien dat de individualiteit slechts bestaat bij de gratie van een dualistisch denken en in volledige overgave aanvaarden dat men werkelijk is als pottenbakkersklei op het draaiend wiel van de Meester, ontstaat – hoe paradoxaal – een ervaring van een immense vrijheid. Dan wordt vers 1.11 van de Ashtavakra Samhita een gevoeld beleven : “Hij die zichzelf vrij wéét, is inderdaad vrij, en hij die zich gebonden acht, is inderdaad gebonden. Zoals een mens denkt, zo wordt hij....” En te midden van de afwisseling van oorlog en vrede gaat de vrije ziel – de avadhuta – onbekommerd zijn weg, zich niet bezig houdend met leven of dood, hier en hierna, comfort of ongerief.

De gedichten van Luk Heyligen en de context die Arnold daartussen legt in Synthese (4.10) sluiten hierbij aan; het einde van de nacht!

Laat ons dansen!

Laat ons samen dansen!!

Dansen en dansen

en drinken van de sublieme nectar van de non-dualiteit!!!

SYNTHESE (5.12) (G)EENHEID – oorlog en vrede (3)

Arnold :

“ Mijn broer is gestorven.....door eigen hand; 77 jaar en niemand weet waarom. Hij kon goed zwemmen en toch was een ondiepe plas voldoende voor hem. Dit vind ik het meest intrigerende, het lijkt mij dat als niemand iets bespeurd heeft van enige wanhoop bij hem, dat er toch veel moed voor nodig moet zijn om je als goed zwemmer te kunnen verdrinken in een ondiepe plas.

Ik buig in respect voor mijn broer.

Het leven is een geschenk zei een christelijk gelovige, een geschenk van God en euthanasie is uit de boze, laat staan zelfdoding; je moet je lijden van welke aard ook verdragen, pijn mag met medicaties bestreden worden.

Ik buig in respect voor deze gelovige.

Het leven kan een hel zijn zei een ongelovige en een ondragelijk lijden van welke aard ook mag beëindigd worden om menswaardig te kunnen sterven.

Ik buig in respect voor deze ongelovige.

Suzanne :

“ Jij eert zonder te eren, door voor hen te buigen Arnold, het enig bestaande Wezen in hen dat ook in jou de enige ware Essentie is!”

Will :

“ Vandaag [10 oktober] staat er in De Standaard een serene getuigenis van zanger Kris De Bruyne naar aanleiding van de euthanasie van zijn moeder. ' Zij was zo blij, eindelijk had zij weer iets om naar uit te kijken. Moeder is zo mooi gestorven, in haar mooiste slaapkleding, in haar eigen bed en met een glimlach om haar mond.'

Religies huldigen het standpunt dat verdediging manu militari van de staat toegelaten is en dat sneuvelen voor dit doel geen zelfdoding is en kennelijk is dit ook geldend voor een beroepskrijger. Hieruit zou de conclusie getrokken kunnen worden dat het recht op vrijheid en eigendom een hogere waarde heeft dan het geschenk van het leven.

Berusten al deze standpunten – dus ook die omtrent zelfdoding en euthanasie niet op het denken, op percepties, op (bij consensus) bepaalde sociale codes en dit alles aan verandering onderhevig is?

Is gewetensnood niets anders dan een conflict tussen een situatie en het *aangeleerde* - en dus veranderlijke - individuele stelsel van denken?

Maar nog meer van belang is, dat als één standpunt ingenomen wordt, het andere noodzakelijkerwijze afgewezen moeten worden.

Het ene standpunt is goed en het andere is het kwaad en is te bestrijden. Dus “oorlog” verbaal, fysiek, emotioneel en in ons hart.

Nooit kan men in vrede verwijlen als er iets niet aanvaard en gerespecteerd wordt, als verwerpelijk beschouwd en uit het oog verloren wordt dat al deze verwerpelijke of aanvaardbare zaken slechts een geldigheid hebben voor een bepaalde plaats en en tijd.

Arnold :

“Ik kan niet inschatten door welke hel mijn broer is gegaan, noch kan ik weten hoe zwaar zijn rugzakje geworden was en de geringheid van zijn draagkracht. Zijn pijn viel wellicht niet onder het begrip 'ondraaglijk fysiek/psychisch lijden' of was euthanasie in zijn omgeving niet bespreekbaar. Bij mijn weten heeft hij ook nimmer gevraagd om het geschenk van het leven. Hoe kan er iets bestaan als een dergelijk geschenk? Het bestaat gewoonweg in al zijn vormen en gradaties.”

Will :

“Door het te koppelen aan een begrip als 'ik' en individualiteit kan spontaan en onlosmakelijk het idee van een geschenk ontstaan. Opnieuw blijkt hoe essentieel het is de waarachtigheid van het reële bestaan van een 'ik' of individualiteit en de overtuigingen te onderzoeken.

Vers 1.24 van de Ribhu Gita [volledige versie] geeft dit zo weer:

'Is er “jij”, is er “ik”; is er geen “jij” is er geen “ik”. Als er “dit” is, is er “dat”.

Suzanne :

“ Door hen en het te eren zonder te eren, eer ik de essentie van Mijzelf.” [zie De Clown (7).]

SYNTHESE (5.13) (G)EENHEID – oorlog en vrede (4)

In Synthese (5.12) staat onder andere : “Nooit kan men in vrede verwijlen als er iets niet aanvaard wordt, als verwerpelijk beschouwd wordtHet ene standpunt is goed en het andere is het kwaad en is te bestrijden. Dus “oorlog” verbaal, fysiek, emotioneel en in ons hart.”

Dit brengt opnieuw – zie met name Spinoza en Advaita (6) en (8.3) - het aspect vergeven onder de aandacht. In het bijzonder zijn twee elementen van het proces hier belangrijk, namelijk de oorlog die met het eigen ik gevoerd wordt en de passus uit het gedicht van Luk Heyligen : “.....slechts door 't vergeven van 't verleden kan de toekomst zich openbaren.” (Synthese 4.20)

Arnold schreef :

“Hoe kan er vrede zijn in mij zolang ik ook maar iets blijf afwijzen?

Daarom moet ik vergeven; op basis van het inzicht dat ik de ander begrijp omdat ik mijzelf ken.”

Vergeven is een daad van opperst egoïsme. Door de oorlog in mijzelf aan te gaan – niet in de zin van 'ik móet vergeven' – door het begrijpen dat de ander niet anders is dan men zelf is, zeker als men in identieke omstandigheden zou verkeerd hebben. Het begrip op basis van zelfkennis is de sleutel die het slot van het vergeven kan openen. Het is op een rationele en niet religie gebonden inzicht, dat ervaren kan worden dat het vergeven leidt tot de door het ik verlangde rust en vrede.

“Niet door haten komt haat tot rust, maar door niet te haten. Dat is een eeuwige wet” stelt vers 5 uit de Dhammapada. Het is een wet gebaseerd op ervaring en de waarachtigheid daarvan kan iedereen gemakkelijk vaststellen.

De eigen vrede die versluiert zit onder de eigen oorlog! Het is paradoxaal en toch juist. Het lijkt wel of alles zo gemaskeerd is. Kon Suzanne niet door haar acceptatie van het andere niet komen tot haar uitspraak “door hen te eren zonder te eren, eer ik de essentie, het wezen van Mijzelf”? De werkelijkheid van de eigen vrede in het kleed, het maya, van de eigen oorlog.

Deze paradox werd bijzonder kernachtig weergegeven door een uitspraak die in de moslimtraditie aan Jezus wordt toegeschreven :

“Gij zult niet bereiken wat gij verlangt anders dan te lijden onder dat wat gij niet verlangt.”

SYNTHESE (5.14) (G)EENHEID – latrelatie (1)

In ons aards bestaan kan er twee aspecten van werkelijkheid onderscheiden worden. De werkelijkheid zoals wij die in het dagelijks leven ervaren (de relatieve werkelijkheid) en de ware werkelijkheid achter deze relatieve werkelijkheid (de absolute werkelijkheid).

In de relatieve werkelijkheid onderscheiden wij de dingen en binnen elk soort van ding ook veelal individuele verschillen. Beperkt door het fysieke lichaam is het op zich juist dat dit onderscheid gemaakt wordt, maar tegelijkertijd dient daarbij in het oog gehouden te worden dat deze diversiteit slechts manifestaties zijn van één en dezelfde Werkelijkheid.

Niet alleen betreft het hier dat alle verschijnselen uitingen van die ene Werkelijkheid zijn, maar ook dat deze elkaar wederzijds beïnvloeden. Een beïnvloeding op diverse niveaus – stoffelijk, psychisch en zelfs op subatomair vlak (zie Advaita en Kwantumfysica (3)).

In de Avatamsaka Sutra (eerste eeuwen van onze jaartelling) wordt dit benoemd als het ervaren van een toestand van volkomen oplossing, waarin geen onderscheid meer bestaat tussen geest en lichaam, subject en object; een toestand van wederzijdse doordringing.

Door o.a. de filosofen en psychologen William James, Richard Bucke, Aldous Huxley en P.D. Ouspensky worden deze ervaringen – soms opgewekt door middel van een drug, soms op spontane wijze – eveneens beschreven. Soms stemmen hun ervaringen overeen met die van de Boeddha toen deze zijn grote verlichting verkreeg, namelijk het zien van voorgaande levens en het ontstaan van een universum. Of dit nu ervaringen zijn door een bewuste levenshouding of dat deze zich spontaan kunnen voordoen – vergelijk Suzannes poppenspel in De Clown (6) – doet niet zozeer ter zake. Het betreft hier een verschijnsel dat zich doorheen de tijd en door diverse personen ervaren en beschreven is. De conclusie van de kwantumfysica dat de waarnemer door diens waarnemen het waargenomen object beïnvloedt is hier van groot belang. Want daarnaast is of wordt hoe langer hoe meer het idee van het bestaan van een vaste materie verlaten en vervangen door een begrip dat er een veld van energie bestaat en dat wat zich aandient als een vastheid niets anders is dan een tijdelijke verdichting van dat veld. En deze “objecten” en de “deeltjes” waaruit deze bestaan scheppen en vernietigen elkaar. Dit scheppen en vernietigen ziet men niet alleen gebeuren op subatomair niveau, maar ook op de meer verdichte niveaus tot en met het uiterste van ons begrip : het universum.

Als de werking van dat veld van energie en de verdichte vormen nader wordt bezien, dan dringt zich op, door de wijze waarop het zich gedraagt evenals de verdichtingen daarin, dat het een karakter van bewustzijn heeft. Het volstaat naar de natuur te zien en het uitgestelde keuze experiment van John Wheeler, dat de basis voor de conclusie

vormt dat de waarnemer door het waarnemen het waargenomen object beïnvloedt (zie Advaita en Kwantumfysica (3)).

Hoewel elk object op zichzelf schijnt te bestaan, is het in werkelijkheid in een onophoudelijke wisselwerking met het veld en alle daarin vervatte objecten. Living apart – in de relatieve werkelijkheid, together – in Werkelijkheid. Zen drukt dit als volgt uit: onderscheiden en toch niet onderscheiden. Dit feit wordt, door de enorme nadruk die het idee van een aparte en eigen identiteit heeft gekregen, schromelijk onderkend, met alle gevolgen van dien.

Wie eenmaal – hoe kortstondig en eenmalig ook – deze verbondenheid en inzijn in deze oergrond heeft ervaren koestert dit onverwoordbare “als een bed, als in een gebed, om de bedding in te ervaren waarin je duurzaam bent, dieper kunt vervloeien” (Luk Heyligen : “Ruimte scheppen”).

SYNTHESE (5.15) (G)EENHEID – latrelatie (2)

Suzanne :

*“De zin uit het gedicht van Luk (Synthese 5.14) ' als een bed, als in een gebed, om de bedding in te ervaren waarin je duurzaam bent ' brengt mijn ervaring met de pop (De Clown 6) weer helemaal voor ogen. Ik zou dit immens gevoel van mij geborgen weten, weten uit welke geborgenheid ik kom en naar welke geborgenheid ik terugkeer, waar ik eigenlijk nooit van gescheiden ben, dit gevoel van geborgenheid zou ik als clown willen overbrengen op de mentaal gehandicapte of dementerende mens. Als clown kan ik hen zó dicht benaderen – fysiek en psychisch – dat ik dit gevoel hen als het ware kan laten voelen. Zonder enige bewuste gedachte kan ik dat tot uitdrukking brengen, gewoon door het gevoel van geborgenheid te zijn, net zoals het idee van ' zonder te eren eer ik in hen de diepste essentie van mijzelf ' .
Waarom ik mij zo met hen verbonden voel weet ik niet. Er is geen verband met mijn persoonlijke relaties, integendeel het is op een natuurlijke wijze gegroeid, zonder enige conditionering op grond van mededogen of naastenliefde of wat dan ook. Ik heb er geen enkele verklaring voor en zoek daar ook niet naar, het is nutteloos. Als soms iemand mij zegt 'daar doe je goed werk mee' dan meesmuil ik maar een beetje, er is geen gevoel van goed werk verrichten, maar ga dat maar eens iemand wijsmaken. Integendeel, zou ik het ontkennen, dan zou dit op onbegrip stuiten en zelfs misschien negatief geïnterpreteerd worden.*

Dit gevoel van verbondenheid strekt zich niet op dezelfde natuurlijke wijze uit tot alle dingen; soms wordt mijn pogingen niet beantwoord, blijft iemand afstandelijk of in zichzelf gekeerd. Maar het is net als bij Arnold (Synthese 4.18) , wat weet ik van hen, wat heeft hen zo getekend zoals zij zijn in hun dementie? Waarom heeft een mens een verbitterde trek rond de mond gekregen of was er een erfelijke factor; wat weet een mens van een ander.....niets!

Wat heeft mij gemaakt dat ik mij zo aangetrokken voel tot hen, ik, die volmaakt onvolmaakte mens?

Will :

*“Als alles verbonden is met alles, als het veld van energie ondeelbaar en één is – en als Bewustzijn gezien zou kunnen worden – is het wellicht nog maar zeer de vraag of je kunt spreken van 'wat heeft **mij** gemaakt'. Dan krijgt ook de stelling van Spinoza, dat er geen doelgerichtheid is in de schepping en alles gewoon is wat het is, een hoog waarheidsgehalte. En als zodanig ben je gewoon in je zo-heid volledig volmaakt. De vraag 'wat heeft mij gemaakt' is in wezen de vraag 'wie ben ik'; een ik dat slechts bestaat bij de gratie van een geconditioneerd begrip en zoals alle*

begrippen de werkelijkheid niet kan weergeven. De consequenties hiervan zijn enorm. Allereerst de o.a. in Synthese (5.01) geciteerde zin uit vers 1.15 van de Avadhuta Gita : “Eenheid en gescheidenheid bestaan niet met betrekking tot u noch tot mij”. Met andere woorden, als je zegt dat alles één is, geef je aan dat er afzonderlijke verschijnselen zijn, als je zegt er is gescheidenheid geef je aan dat alles niet één is. Gewoon, je bent die Onnoembare en dus een volmaakte uitdrukking daarvan in je zo-heid.

Suzanne :

“ Soms schijnt het mij allemaal – ook al is het echt beleefd – toch zo onwerkelijk, alsof het een levensechte droom is. Tijdens een van mijn bezoeken als clown heb ik met nog twee clowns en een accordeoniste een vrouw met dementie op haar kamer bezocht. Terwijl zij zongen en speelden begroette ik haar; kuste haar, eenmaal en nog en zij beantwoorde heel bewust deze tedere begroeting! En terwijl ik haar gezicht zachtjes streelde en haar toefluisterde dat het goed was, zongen en speelden zij ingetogen verder in deze broze, ontroerende sfeer. Zoals ik een bloem ervaar en benoem en toch niet echt de werkelijkheid daarvan niet kan benoemen, zo kan ik evenmin deze ontmoeting niet echt benoemen en is deze als gedroomd.

Will :

“Het leven als een droom ervaren zien wij in diverse tijden en filosofische strekkingen terugkeren. Boeddha, Plato, de oude Indiase Ariërs via de Upanishaden tot de Advaita (zie Essentie Ribhu Gita), de Bosjesmannen – 'er is een droom die ons dromen doet' – en... de Aboriginals”.

SYNTHESE (5.16) (G)EENHEID – latrelatie (3)

Will :

“ Dat het aspect dromen gekend is bij zowel de oude Ariërs op het Euraziatische continent, als op het Afrikaanse en – het meest verwonderlijke – het Australische doet de vraag rijzen hoe er op zover uiteen liggende continenten een zelfde mythe kan bestaan?

Hebben het Afrikaanse en Euraziatische continent nooit ver uiteen gelegen, dan moet er tot minstens 60 miljoen jaar terug gegaan worden, toen deze drie continenten verenigd waren in het supercontinent Gondwanaland en het Australische continent daarna vrijwel onbereikbaar werd.

Eerder dan te veronderstellen dat de mensheid of mensachtige, in tegenstelling tot de vondsten van beenderresten en hun vastgestelde ouderdom, minstens 60 miljoen jaar oud is, is bijgevolg de optie van het bestaan van een collectief bewustzijn meer aannemelijk”.

Onder bepaalde al of niet bewust nagestreefde niveaus van bewustzijn – zie Synthese (5.14) – kan kennelijk de toegang tot dit collectief bewustzijn als een bewuste ervaring bereikt beleefd worden.

De Aboriginals laten ook heden ten dage hierover geen twijfel bestaan, zoals uit het volgende kan blijken.

“Het 'Dromen' is verbonden met het scheppingsproces en de geestelijke voorouders en vindt vandaag de dag nog steeds plaats. Het 'Dromen' duidt op een geestelijke toestand waarin of tijdens welke contact met de geestelijke voorouders gemaakt wordt....

Droomtijd betekent niet iets met verleden, heden of toekomst, beter is 'Dromen' te gebruiken omdat het een situatie is waarin de Aboriginal ook vandaag nog in leeft. 'Dromen' drukt beter het tijdloze begrip van een beweging uit van 'droom' naar werkelijkheid, wat op zich een scheppingsdaad is en de basis vormt van vele Aboriginal scheppings mythen.

Al die tijd zijn wij hier, wij bestaan voortdurend door het 'Dromen' dat nu plaats heeft, er is niet zo iets als een Droomtijd.

'Dromen' en mythologie kunnen als hetzelfde beschouwd worden : de diepe psychische archetypen en beelden van wijsheid die wij ter harte nemen om geleid te worden [door de voorouderlijke geesten] als het waakbewustzijn stil is.” (Bron : Creative Spirits)

Uit deze beperkte weergave blijkt de grote verbondenheid van de Aboriginal met het collectief bewustzijn, maar ook hoe het leven als een droom beleefd wordt, gelijk de Bosjesmannen.

Opvallend is ook dat contact met het collectief bewustzijn – het voorouderlijk bewustzijn – verkregen wordt als de geest stil is. Vrijwel alle Oosterse filosofieën – die in wezen religieus zijn – benadrukken dit verstillen van de geest om tot ervaren van het collectief bewustzijn/Bewustzijn te kunnen komen.

“.....door de rusteloze geest te verstillen tot helderheid....Aldus, onthult Shiva Zichzelf natuurlijkerwijze als het enig eeuwig Zijn-Bewustzijn-Zaligheid, de absolute essentie van het wezen van de vereerder.” (Essentie Ribhu Gita vers 14)

Vormen wij op het relatieve vlak met elkaar een relatie van “living apart and together”, op het absolute vlak vormen wij een “living apart nor together”, eenheid noch gescheidenheid; of zoals Suzanne het zegt: uit de geborgenheid komen wij voort, verblijven in deze geborgenheid en keren terug naar die geborgenheid.

SYNTHESE (5.17) (G)EENHEID – geborgenheid

Met “wij komen voort uit de geborgenheid, verblijven in deze geborgenheid en keren terug naar die geborgenheid” eindigde Synthese (5.16).

Eenvoudig gezegd : er is geen beweging!

De Ribhu Gita – zie de Essentie van Ribhu Gita verzen 60.6 en 60.7 – duidt dit als volgt :

“.....Ik ben zowel het 'zijn' als het 'niet-zijn'.

“Nooit is er iets ontstaan; Waar kan datgene dat nooit ontstaan is zich bevinden? Hoe kan er evolutie zijn van ongeboren en niet bestaande dingen?”

De zintuigen van ons fysieke lichaam, dat geacht wordt uit materie te bestaan, nemen evenwel objecten waar, waarvan de materie een nog duurzamer en vastere structuur lijkt te vertonen. Echter, tot op heden zijn de fysici er niet in geslaagd ook maar iets te vinden dat deze vastheid en duurzaamheid rechtvaardigt; reden waarom zij nu spreken van een veld van energie en (tijdelijke) verdichtingen daarvan.

Eerder werd de mogelijkheid niet onwaarschijnlijk geacht dat dit veld van energie gelijk zou kunnen zijn aan een aldoordringend Bewustzijn.

Na gebruik van een drug getuigde Aldous Huxley achteraf dat hij gezien had wat Adam gezien had op de dag van zijn schepping – het mirakel van het ontstaan van het naakte bestaan. Alle dingen straalden een innerlijk licht uit.

C.D. Broad (epistemoloog en filosoof) stelde dat ieder persoon op elk ogenblik in de mogelijkheid is zich alles te herinneren wat hem ooit overkomen is en alles waar te nemen wat waar dan ook in het universum gebeurt.

Hierop stelde Huxley dat ieder van ons potentieel de Totale Geest is!

Dit ervarend weten gaat voorbij het intuïtief weten waarvan in Spinoza en Advaita (14) gesproken wordt

Het is exact wat de strekking van de voorgaande publicaties is, in de diverse toonaarden in o.a. de Ribhu Gita gezongen wordt en uit de Chandogya Upanishad voortgekomen beroemde uitspraak : “tat tvam asi - Dat zijt gij”.

In deze Upanishad wordt dit met behulp van voorbeelden steeds herhaald, om aan te geven dat er niet iets is buiten het Dat.

Geen moment zijn wij niet Dat, geen moment zijn wij niet geborgen, alleen door het duale waarnemen en denken, voelen wij ons niet geborgen, living apart.

In de derde strofe van het gedicht 'Het Licht herzien' van Luk Heyligen komt dit geborgen weten, gedragen weten tot uitbeelding :

Het Licht herzien

Nu zoeken wij weer het spoor. We verloren het op verharde aarde, meer nog in bevroren lucht, verstijfde gedachten, hoe we meenden dat het is. En het water vreesden we, de poelen verborgen we in donkerten, vergaten te voelen. We moeten opnieuw kijken, het herzien.

Ik keek en zag dat God niet dood is, enkel gans anders dan we verlangend of vrezend bedachten. Hij is niet de rechter. Enkel de mensen veroordelen. Noch is hij een trooster. Wij kregen zelf voldoende helende krachten. Hij is niet wat we verwachten. Wij moeten Hem herzien.

In een trager bewegen, in een lager ons gedragen weten, komen we het weer tegen : wat we waren en blijven, wat werkelijk is en wat aanwezigheid betekent. Hoe het stroomt en verlicht, ons beweegt en verdicht, hoe we het ontvangen, hoe we het scheppend kunnen herzien.

Ik keek en zag dat wij niet moeten klagen en minder vragen, veel meer geven en leren te herinneren hoe te luisteren zonder ik, zonder aan te passen, gewaarzijn zonder angst, bestaan zonder gehoorzaamheid aan de aangepaste modellen, authenticiteit herzien.

Wij zijn van voor de lucht zich tot verzuchtingen bevroor, voor de wateren scheidden. Wij zijn niet van steen, de poelen kunnen voelbaar herbronnen. Wij zullen het spoor hervinden, het Licht herzien.

SYNTHESE (5.18) (G) EENHEID – ratio en intuïtie

Het begrip weten omvat diverse gradaties van weten.

Allereerst het gewone dagdagelijkse weten; dit weten dat zich zelfs uitstrekt tot het domein van wetenschap en spiritualiteit is louter en alleen ervaringskunde en blijft onderhevig aan een onzekerheidsfactor. De wetmatigheden daarvan blijken slechts relatief geldig te zijn, zowel ten aanzien van de omstandigheden als ten aanzien van de tijd.

Dit weten, deze ervaringskunde wordt gewoonlijk onder de ratio begrepen; de werking hiervan met de koppeling naar de gevoelens is ruimschoots in de Syllabus uiteen gezet.

Dit weten is op grote schaal gemeenschappelijk te ervaren en te communiceren, zij het dat het ervaren toch weer voor een ieder een unieke beleving is, juist door de binding met het emotionele brein.

Het intuïtieve weten ontsnapt aan elke rationele grondslag en kan niet of in slechts zeer beperkte mate gedeeld worden. Het is een ervaring waarvan diegene die ervaart zelf veelal met opperste verbazing vervuld wordt. Een herhaling, een reproduceren ervan is voor zover bekend niet mogelijk. Dit staat al in een schrille tegenstelling tot de rationele ervaring(skunde) waarop door de grote mate van reproduceerbaarheid zekere wetmatigheden gebaseerd kunnen worden.

Vaak doet dit intuïtief zich voor op momenten van ontspanning na een opperste concentratie, de “aha” beleving.

Het intuïtief weten kent evenwel nog diepere gradaties (deze term suggereert ten onrechte het bestaan van afgebakende domeinen!). Ter illustratie :

Suzanne :

“Ik heb in 'Poppenspel' (De Clown (6) gesproken over de ervaring van geborgenheid een ervaring die zich veel later herhaalde bij het bezoek aan een dementerende en terminale vrouw. Nadien besepte ik – maar beseffen is een onjuiste term, beter zou zijn te spreken van weten – wist ik plotseling dat als ik sterf dat ik terugkeer naar de geborgenheid vanwaar ik ontsprongen ben. Rationeel kan ik dit niet hard maken en toch is dit voor mij een weten, een zo zeker weten dat het van fundamentele invloed is op mijn houding, nu en later.

Soms ontmoet ik iemand die ik niet of amper ken en toch is er het gevoel van een enorme band, zonder dat diepgaande of zelfs nauwelijks enige woorden gewisseld zijn.”

Arnold :

“Norbert (zie Synthese 3.20) zei tegen de verpleegkundige van het palliatieve team dat hij het gevoel had dat hij alles aan Arnold kon toevertrouwen. Ook dit is een weten dat voorbij gaat aan elk rationeel denken.

Waarom klikte het op zo'n buitengewone wijze van meet af aan tussen Liesbeth (zie Synthese 3.05) en mij, zodanig dat er een onvoorwaardelijk vertrouwen was dat alles weer open maakte? Welk intuïtief weten speelde hier? Een weten dat een niet-weten is, voorbij iedere rationaliteit.

Will :

“Zou misschien het lichaam – dat ook een en al bewustzijn is – via zijn energetisch veld – de aura – informatie uitzenden, die op een niet rationeel, denkend niveau wordt opgevangen en geïnterpreteerd? Per slot van rekening is het mogelijk een dergelijk veld ook fotografisch vast te leggen en worden traditioneel heiligen met een stralenkrans afgebeeld. Ook kunnen wij iemand of iets gewaar worden zonder dat er een zintuig aan te pas komt.

Arnold :

“Toen Thomas stervende was, ik hem voorzichtig vast hield en mijn ogen sloot zag ik licht. Toen het weer donkerde voor mijn nog altijd gesloten ogen heb ik ze geopend en Thomas was gestorven. Er zijn talloze getuigenissen van bijna dood ervaringen die gewag maken van licht, maar ik heb licht gezien en naar mijn gevoel was het zijn licht dat mij langs de aanraking mij bereikte.”

Will :

“Uiteraard is hier geen enkele rationele verklaring voor, maar toen ik je verhaal aan een Aboriginal arts vertelde zei hij dat men in zijn cultuur een stervende niet aanraakte om elk risico van “meegaan” met de stervende te vermijden. Voor hem was het zien van het licht van een ander niet vreemd.”

In het voorwoord van de Ashtavakra Samhita wordt gezegd dat de Vedanta/Advaita een drievoudige maatstaf erkent voor het kennen van de Werkelijkheid of Waarheid, nl. het gezag van de geschriften, de logica (lees : ratio) en een supra-rationele intuïtie, dat de ratio doet overstijgen om de Werkelijkheid direct intuïtief te kunnen ervaren. In dit licht is het intuïtief weten niet een fantasie, hoewel de ratio nodig is en blijft om ontsporingen hierin te kunnen corrigeren. Even duidelijk zal zijn dat overdracht aan en een herhaald beleven door derden van dergelijke ervaringen nagenoeg uitgesloten zal zijn en daardoor door de louter rationeel ingestelde mens met scepsis benaderd zal worden.

Dit intuïtief weten treedt in het bijzonder op als het denkend ik – het rationele brein – verstild is. Het is paradoxaal dat enerzijds de ratio noodzakelijk is en anderzijds zich moet terugtrekken om het intuïtieve weten naar buiten te kunnen laten komen in een sprakeloos spreken.

Is dit wel een paradox?

Beide vormen van bewustzijn zijn nodig om tot een bewust volwaardig wezen te ontplooien en zijn in feite één ondeelbaar bewustzijn, naadloos elkaar doordringend; in het dualistisch denken worden artificieel ter onderscheiding twee begrippen gecreëerd.

“ Elkaar voorbijgaan.
Dát enkel zwijgend moment
in één ogenblik.”

“ Een zachte streling,
terloops, in 't voorbijgaan.
Het is slechts de wind?”

SYNTHESE (5.19) (G)EENHEID – liefde (1)

Al wat benoemd kan worden is zuiver en alleen een begrip en de werkelijkheid niet. Deze bewoordingen kunnen in alle toonaarden in de geschriften van Boeddha en Advaita terug gevonden worden.

Ook de Tao Te Tjing 38 is duidelijk :

“ Hoge deugd is geen deugd, juist daarom deugd.....
is Tao verloren, dan komt er deugd.
Deugd verloren, dan komt er menslievendheid....”

Als deze twee zaken logisch benaderd worden dan moet de vraag gesteld worden of de liefde, waar door eenieder zo naar gezocht en verlangd wordt, wel zou kunnen bestaan. Zelfs indien wij liefde hoger achten dan een deugd – bijvoorbeeld mededogen of naastenliefde in diens meest altruïstische vorm – blijft nog de stelling dat het een begrip is en niet de werkelijkheid, alsook het feit dat liefde die dan hoger gesteld is als een hoge deugd dan zeker niet benoemd kan worden.

Want als er besef is van deugd is het een deugd met de wortel van het ego in zich; echte deugd heeft geen spoor van een besef in zich en is aan het ervaren, kennen, van Tao of het Zelf gelijk. Tao of het Zelf zijn onnoembaar.

Dus als er besef van liefde is, is Tao, het Zelf verloren, is het een relatieve liefde met in zich de wortel van ego en verlangen.

Sprekend over liefde bijgevolg over iets dat niet gekend kan worden, moet daarom tot onderwerp hebben dat geen liefde is, maar iets van lagere orde. Maar zelfs dan nog; kan iemand met de beste wil van de wereld zeggen wat een roos is? Wie is wijzer dan de Boeddha die zwijgend de roos omhoog hield bij wijze van duiding dat het iets onnoembaar is?

Is de liefde dan geheel en al onbestaande, benoembaar of onbenoembaar?

In de annotatie bij vers 18.36 van de Ashtavakra Samhita schijnt hierop een onvermoed licht :

18.35 In deze wereld kennen zij die zich toeleggen op verscheidene disciplines niet het Zelf, dat zuiver, intelligent, geliefd(1), volmaakt, voorbij het universum en vrij van enige smet is.

(1) Geliefd – Alleen het Zelf is object van onze liefde. Het is alleen ter wille van het Zelf dat onze liefde naar de wereldse objecten gericht wordt. [Zie ook 18.33 annotatie 2].

Brihadaranyaka Upanishad 4.5.6 : “Nooit heeft ooit een echtgenoot zijn echtgenote lief gehad ter wille van haar; het is ter wille van het Zelf dat de echtgenoot zijn echtgenote bemint.”

Dit heeft betrekking op alle objecten van de menselijke liefde.

Het is een liefde naar het al, uit een beseffen dat het al niet bestaat buiten het Zelf. In De Clown (7) en (10) werd dit door Suzanne treffend weergegeven; zij schreef :

“.....zag ik in hoe ik in dit “eren zonder te eren” de meest essentiële essentie van mijn zijn, mijn wezen eer”.

“Het Zelf wordt verhoord door te verzinken in een niets meer doen zonder iets ongedaan te laten.”

(Luk Heyligen : Nieuw seizoen; zie De tuin (3).

Eren zonder te eren, liefhebben zonder lief te hebben.

SYNTHESE (5.20) (G)EENHEID – liefde (2)

Suzanne :

“ Een van mijn weinige attributen is een in de kringloopwinkel gevonden clownspop – de Juleke – en een op de rommelmarkt gekochte poppenwagen. Tijdens een van mijn bezoeken bij een zorginstelling voor dementerenden ging ik met Juleke naast een man zitten – Frans. Terwijl ik Juleke hem met een kus liet begroeten, neemt Frans hem in zijn handen, begint Juleke te knuffelen, te kussen en op tedere manier tegen hem te praten, zoals bij een echte baby.

Dan legt hij Juleke in zijn arm en streelt heel zacht mijn hand! Het ontroert mij.... Een en al tederheid.

Later – Juleke is terug in zijn poppenwagen – kom ik terug bij Frans. Moeizaam, heel moeizaam komt hij recht en maakt een gebaar tot dansen, twee gespreide en geopende handen. In alle rust en tederheid vertrouwen wij ons aan elkaar toe, doen enkele stappen en dan.... strelen zijn handen zachtjes over mijn rug, er is alleen een eindeloze tederheid in dit zachte strelen en ik beantwoord met zachte streling over zijn rug. En wij dansen en dan voel ik zijn leven..... gewoon als een volmaakte natuurlijkheid. Toch heb ik in alle tederheid deze innigheid zacht onderbroken.....”

Will :

“Maar hoe plaats je dat tegenover je huidige partner?”

Suzanne :

“Er was geen enkel fysiek of mentaal begeren, er was alleen het volmaakt natuurlijk reageren op een zijnstoestand, van twee mensen die een moment van eenheid beleefden, waarbij een onderscheid tussen geest en lichaam niet aanwezig was. Het lichaam respondeert dan volmaakt op de geest. Het ontbreken van begeerte wijst op de afwezigheid van het ego, het ego doet begeerte ontstaan, begeerte is een willen en inherent aan het ik.

Ik kan mij niet uitspreken of ik inderdaad op een andere plaats op een ander moment mij zou hebben kunnen geven, want er zijn zoveel factoren in het spel. Er is een ongelijkheid tussen het rationele bewustzijn van Frans en het mijne; er is inderdaad het vraagteken of mijn huidige partner dit zou hebben kunnen begrijpen, mentaal én emotioneel. Er is ook het vraagteken van begrip door zijn en mijn omgeving. Maar ikzelf, als ik in mijn hart zie, voelde ik toen beslist niet enige weerstand.”

Will :

“In dit verband zijn er wellicht enkele verzen bijzonder relevant, namelijk :

“.....zijn geest verstoken van onderscheid, is hij zuiver noch onzuiver....en zelfs wat gebruikelijk is verboden, is voor hem toelaatbaar (Avadhuta Gita vers 2.39).”

“De wijze verricht vrijelijk wat dan ook zich voordoet, hetzij goed of kwaad; zijn handelen is als dat van een kind (Ashtavakra Samhita vers 18.49).”

Kun je je hierin terugvinden Suzanne?”

Suzanne :

“Dit beantwoord beslist geheel en al aan mijn gevoelens van dat moment; ik beseft echter heel goed dat het een zijnstoestand van een moment was en geen aanhoudende staat, zodat in een andere situatie of op een ander moment, zelfs tegenover Frans, de gangbare ethische codes ook voor mij geldig zijn.”

Dit gesprek met Suzanne weerspiegelt een staat van zijn waarin een elkander eren zonder te eren, een liefde zonder liefde bestaat; een benoemen van het handelen kan niet weergeven wat er ervaren werd. Een dergelijk handelen gaat voorbij de relatieve rationele werkelijkheid zoals die in het dagdagelijks leven ervaren wordt. Opnieuw is dankbaarheid tegenover Suzanne dat zij dit zo vrijelijk heeft willen delen meer dan op zijn plaats. Dank je wel Suzanne!!!

SYNTHESE (5.21) (G)EENHEID – liefde (3)

(Het wonderlijk lichaam)

Suzanne :

“ Wat ik met Frans heb kunnen – eigenlijk mogen ervaren (zie Synthese 5.20) berust op een veel breder gevoelen als ik clown ben bij mensen met dementie en mentale handicap.

Er wordt daarbij gebruik gemaakt van clowneske attributen, maar ook van knuffeldieren en poppen. Ik zelf gebruik heel weinig attributen. Bij een nabespreking gaf ik daarop als antwoord : 'ik speel met mijzelf'.

Dit intuïtieve antwoord geeft helemaal weer wat ik ervaar: met mijn lichaam – maar het is meer dan dat – met mijn hele wezen, ben ik daar voor hun en met hun. Ik knuffel, dans en speel. Mijn lichaam is het attribuut waarlangs mijn wezen spreekt en hun wezen ervaart. Mijn lichaam is het penseel waarmee de kleuren op het doek worden aangebracht. Het is een wonder van woordeloze communicatie, ja zelfs soms gedachteloze communicatie.

*Tijdens deze speeltijd is het alsof ik in een andere wereld ben geweest, althans zo ervaar ik dat **daarna**.*

Ik kan het niet benoemen, niet als liefde, niet als mededogen. Waarom zou ik het ook benoemen? Benoemen is denken en in de speeltijd is er weinig of geen denken. Het is groots om mijzelf, mijn lichaam en geest, te verliezen in hen, ongeacht of er een reactie is of niet. Ook een afwijzende reactie is er een en biedt de mogelijkheid om met deze afwijzing te spelen. Soms blijft iemand gedurende de gehele speeltijd afwijzend en dan..... bij het afscheid, als ik een voor een hen allen een kus geef, wordt ook door deze man of vrouw mijn kus beantwoord!! Dit gebeurt herhaaldelijk en steeds weer ben ik verrast en blij.

Zij zijn kinds en ik ben kind met hen; die enorme verbondenheid al is het maar voor een ogenblik!

Is dit misschien liefde? Het is verwachtingsloos, het is onvoorwaardelijk en alles is zoals het moet zijn. “ Als ik ben en niets meer wil, wordt alles zo eenvoudig” zingt Luk in een van zijn gedichten.

Ik ben daar en wil niets, er is gewoonweg niets te willen en het gebeurt.”

