

LEONARD
JACOBSON

LEVEN
VOORBIJ
HET Een nieuw begin
voor de aarde
EGO



AnkhHermes

Oorspronkelijke titel: *Life Beyond the Ego, a New Beginning for Humanity*,
uitgegeven door Conscious Living Publications, Verenigde Staten

Vertaling Timon Meynen
Omslag Villa Grafica
Binnenwerk Stampwerk
NUR 728

ISBN 9789020222715
ISBN e-book 9789020222722

© 2023 Leonard Jacobson
© 2025 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK|media, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

Inhoud

Voorwoord	7
Inleiding	11
1 De aard van het verstand	15
2 Een pad naar ontwaken in twee stappen	23
3 Het ego	43
4 Gevangen in de droom	105
5 Een ontwaakt leven voorbij het ego	139
Over Leonard Jacobson	157

Voorwoord

‘In den beginne is het einde!’

Sinds mijn eerste ontwaking, ruim veertig jaar geleden, heb ik gewerkt met individuen en groepen om ze een duidelijke en eenvoudige manier van ontwaken te leren. Een samenvatting van deze leer is opgenomen in dit boek. Ik begeleid mensen om te beginnen bij het leren van de kunst van het aanwezig zijn. Vanuit aanwezigheid laat ik hen vervolgens zien hoe ze zich bewust kunnen worden van alle manieren waarop zij ongewild uit de aanwezigheid worden getrokken. Ik noem dit een pad naar ontwaken in twee stappen. Stap één leidt naar de ontwaakte staat van aanwezigheid. Stap twee leidt naar het beheersen van het verstand en het ego. Beide stappen zijn wezenlijk voor het ware ontwaken.

Een belangrijk element van de leer en de primaire focus van dit boek is het onthullen van de ware aard van het ego. De weerstand van het ego is het belangrijkste obstakel voor menselijk ontwaken. Het maakt niet uit hoe vaak je het aanwezig zijn ervaart en beseft – voordat je de juiste relatie met het ego hebt kun je niet werkelijk ontwaken. Je kunt je dan niet blijvend in aanwezigheid bevinden.

In dit boek geef ik antwoorden op vragen die al veel eerder gesteld hadden moeten worden als het gaat om ontwaken.

- Wat is het ego?
- Wanneer en waarom is dat in je leven gekomen?
- Wat is de rol ervan in je leven?
- Hoe functioneert het?
- Hoe beïnvloedt het je leven en relaties?
- Waarom verzet het zich ertegen dat je aanwezig bent en hoe kun je die weerstand overwinnen?

De antwoorden op deze vragen zullen je ontwaken spectaculair versnellen. Ergens onderweg heb ik het vermogen ontwikkeld om de dialoog aan te gaan met het ego. Het verwondert me altijd weer wanneer het ego van iemand anders eerlijk en authentiek op mij reageert. Tijdens deze tientallen jaren als leermeester reageert vrijwel elk ego waar ik mee te maken krijg op een manier die uiteindelijk leidt tot ontspanning en overgave van het ego.

Het fundament van mijn vermogen om te communiceren met het ego is dat ik mijn eigen ego heel goed heb leren kennen en ik daar de juiste relatie mee heb. Mijn ego heeft zich overgegeven. Het lijkt alsof andere ego's dit kunnen ervaren en aanvoelen, en dus reageren ze op mij als op een vriend.

De andere factor die bepalend is geweest voor mijn vermogen om te communiceren met het ego is dat ik ontdekt hebt

dat er slechts één ego is, en dat alle ego's de uitdrukking zijn van dat ene ego. Dit betekent dat je alle ego's kent als je eenmaal je eigen eigen ego kent. Het is een van de grote geheimen van ons bestaan.

In de jarenlange dialoog met het ego heb ik vastgesteld hoe en waarom het zich zo verzet tegen aanwezigheid en hoe je die weerstand kunt overwinnen. Ik heb in dit boek verschillende voorbeelden van deze dialogen opgenomen om dat te laten zien. Het ego is heel bekwaam in het verzet tegen elke beweging naar aanwezigheid, en het heeft allerlei strategieën en trucs ontwikkeld om dit voor elkaar te krijgen.

Het is belangrijk om op te merken dat ik de term 'ego' niet in een psychologische betekenis gebruik. Het is niet het ego dat Freud en Jung hebben vastgesteld. Wanneer ik het heb over het ego, is dat uitsluitend in de context van het ontwaken, en volgens mij is dat een wezenlijk element dat ontbreekt in eerdere spirituele of religieuze benaderingen van ontwaken.

Dit boek helpt je om de rol van het ego in jouw leven te herkennen en erachter te komen hoe en waarom het jou uit het hier en nu houdt. Je kunt het ego niet verslaan. Het ego gedijt op de energie van strijd, oordelen en afwijzing. Maar je kunt er wel een juiste relatie mee krijgen. Als je dat doet, zal het ego zich geleidelijk ontspannen en de behoefte opgeven om de macht in handen te hebben en om jou buiten aanwezigheid te houden.

Een van de belangrijkste ontdekkingen op mijn eigen reis naar ontwaken is wat het betekent om een juiste relatie met het ego te krijgen. Het is een relatie van liefde, acceptatie en compassie, en jij zult net als ik ontdekken dat dit alleen mogelijk is vanuit aanwezigheid. Als het ego zich ontspant en je toestaat om meer aanwezig te zijn, zul je ingrijpende veranderingen in je leven en relaties doormaken. Wanneer je aanwezig bent, ben je liefde, acceptatie en compassie. Je krijgt kracht van binnenuit. Je bent zonder oordeel, en je bestaat in de realisatie van eenheid. Je leven wordt moeiteloos getransformeerd als deze kwaliteiten van aanwezigheid je dagelijks leven en je relaties instromen.

We zijn samen op een diepgaande en wonderlijke reis. Hoe kunnen we onszelf bevrijden van de pijn en beperkingen van het verleden? Hoe kunnen we meer gegrond raken in de waarheid en werkelijkheid van het hier en nu? Hoe kunnen we de weerstand van het ego overwinnen? Hoe kunnen we ophouden met oordelen? Hoe kunnen we de emoties binnen in ons uit het verleden loslaten? Hoe kunnen we onze ware aard en het werkelijke doel van ons bestaan laten ontwaken? Hoe kunnen we ons openstellen voor de realisatie van eenheid? Hoe kunnen we ons openen voor de rechtstreekse ervaring van God en de hemel op aarde? Hoe kunnen we komen tot onze bestemming hier op aarde? Dit boek geeft antwoorden op deze vragen, althans voor wie oren heeft om te horen.

Inleiding

‘In waarheid is er geen leven buiten dit moment.’

Heb je weleens gemerkt dat je verstand eigenlijk nooit zwijgt? Als je je ogen sluit om te ontspannen en even geen gedachten te hebben, zul je merken dat dat vrijwel onmogelijk is. De gedachten blijven gewoon maar komen, ook al is het niet je bedoeling of keuze om te denken. Als je goed luistert, zul je merken dat je gedachten altijd over het verleden of de toekomst gaan, en daar nemen je gedachten je mee naartoe. Ze nemen je mee naar het verleden of de toekomst. Als je gelooft dat je gedachten waar zijn, kom je gevangen te zitten in de vroegere en toekomstige wereld van het verstand. Dat is precies wat er met de mensheid is gebeurd, en de consequenties daarvan zijn buitengewoon ernstig. Het betekent dat we op deze planeet onbewust leven en steeds destructiever tegenover onszelf, elkaar en de natuur worden.

Een groot deel van de mensen leeft in een toestand van onbewustheid. We zijn verloren in ons verstand, dat een wereld is van het herinnerde verleden en de voorgestelde toekomst. Het is een wereld die bestaat uit al onze gedachten, herinneringen, fantasieën, ideeën, denkbeelden, meningen en overtuigingen. Het verstand geeft ons een idee van een leven

buiten het hier en nu, dat prettig is maar niet echt. Het is alleen maar herinnering en verbeelding. Het is een illusie, en toch is vrijwel iedereen verloren in deze wereld van illusies. Het huidige moment is het enige leven dat echt toegankelijk voor ons is, en toch slagen we erin vrijwel volledig in het verleden of de toekomst te leven, en geloven we dat onze gedachten, meningen, denkbeelden en overtuigingen op de een of andere manier waar zijn. Het is alsof we verloren zijn in een droom, en we kunnen dit pas beseffen als we wakker worden uit deze droom.

Het verstand is niet alleen een wereld van illusies, maar ook een wereld van afscheiding. Wanneer je gevangen zit in het verleden of de toekomst, heb je je afgescheiden van de waarheid van het leven zoals die in het hier en nu wordt onthuld. Je hebt je afgescheiden van de waarheid van wie je bent, namelijk die dimensie van jou die volledig aanwezig is. Je hebt je afgescheiden van de waarheid van liefde, acceptatie en compassie.

Je hebt je afgescheiden van God en de hemel op aarde. Je bent vergeten wie je bent, en je bent vergeten wat het werkelijke doel van je bestaan is. Je hebt de eenheid verlaten, en nu zit je vast in afzondering, en dat is pijnlijk.

Wanneer je in het verstand zit, leef je met alle beperkende overtuigingen en onderdrukte gevoelens die zijn ontstaan in je jeugd. Je leeft met angst, conflicten en onzekerheid. Je hebt altijd je oordeel klaar, soms over jezelf, soms over anderen. Je

bent krachteloos geworden, in de zin dat je niet weet wat je wilt of dat je hebt geleerd te accepteren wat je niet wilt. Je doet je best om te overleven in een wereld waarin niemand aanwezig is. Hierbij ben je het contact verloren met de waarheid en werkelijkheid van het hier en nu.

Ontwaken is jezelf bevrijden van de pijn en beperkingen van het verleden en de angst voor de toekomst, en je openstellen voor het hier en nu. Er wordt niet geoordeeld in aanwezigheid, en dus heb je niet altijd je oordeel klaar over jezelf of anderen, en het kan je ook niet meer schelen wat anderen van je denken. Je verstand is stil en helder, en wanneer je besluit om wel te denken, zijn je gedachten doelgericht, helder en bewust, en vrij van alle beperkingen van het verleden en angst voor de toekomst.

Ontwaken is je ware huis ontdekken en daarnaar terugkeren, en dat huis is het hier en nu. Ontwaken is het verlangen van je ziel op het diepste niveau vervullen. Ontwaken is bevrijd worden van de overheersing door het ego. Op de diepere niveaus van aanwezigheid raak je ondergedompeld in het moment van nu. Je ervaart de levende aanwezigheid van God in alle dingen die er zijn. Je opent je voor eenheid, en de hemel op aarde zal voor je opengaan.