

over
Zijnsoriëntatie
en
levenskunst



Zijn en Worden

Hans Knibbe

Inhoud |

Inleiding 7

1	Inleiding in de drie perspectieven in Zijnsoriëntatie	13
2	Neurose als niet-herkende boeddhakwaliteit	26
3	De Jakobsladder	57
4	De pre-trans-verwarring	89
5	Pre-trans-verwarringen in het Zijnsgeoriënteerde werk	120
6	Involutie en evolutie	130
7	Involutie en evolutie in de praktijk van het Zijnsgeoriënteerde werk	155
8	De transformatie van inhoud als gevolg van een hogere optiek	165
9	Het vergeten van de Spirit activeert de neurose	175
10	Zijnsoriëntatie en het werk van Otto Duintjer	184

Noten 215

Inleiding

Zijnsoriëntatie is voortgekomen uit mijn verlangen om psychologie en spiritualiteit niet van elkaar te scheiden, maar te benaderen als verschillende aspecten of dimensies van de totale persoon. Ik heb mij altijd ongemakkelijk gevoeld in eenzijdig psychologische of eenzijdig spirituele visies en werkwijzen. Ik kreeg de indruk dat daarin aspecten verwaarloosd, genegeerd, ontkend of geridiculiseerd werden.

Ik heb diep respect voor de enorme kennis die aanwezig is in moderne psychotherapie. Ik bestudeer die, en integreer haar in mijn werkwijzen. Hoeveel ik daar ook van houd en van leer, de heilige schoonheid van inspiratie vind ik er niet in.

Wanneer ik spirituele boeken lees, mediteer of spirituele oefeningen doe, voelt mijn hele wezen zich verlicht. Het is alsof er letterlijk licht aangaat; alles krijgt een glans en toont zich in schoonheid. Toch mis ik ook hier iets, namelijk waardering voor onze neurose, ons streven, de wordingsdrang in ons.

In mijn beste momenten kan ik zien dat er een continuïteit is tussen de heilige, stralende dimensie in ons, kortweg Spirit genoemd, en onze geconditioneerde, kramperige en beperkte dagelijkse manier van functioneren, de psyche.

Ik ben gaan zien dat we om te beginnen gemaakt zijn uit Liefde, Intelligentie en Licht. Dat is de bouwstof van het bestaan. Alles komt daaruit voort. Deze Bron schept alle vormen in ons: de mooie en de lelijke, de positieve en de negatieve, de schoonheid en de gekte, onze Spirit en onze psyche.

Alle vormen willen terugkeren naar de Bron; dit is een oude platoonse gedachte, maar dat is niet de enige wens. Ik zie ook dat alle vormen de schoonheid en intelligentie van de Bron tot uitdrukking willen brengen. Ik beschouw dat als een *evolutionaire* drang in de schepping: de drang om zich te vervolmaken tot de meest optimale manier van zijn.

Zo ben ik ook de psyche en onze neurose gaan begrijpen: het zijn onvolmaakte, beperkte pogingen om het mooiste in onszelf tot uitdrukking te brengen in de wereld. In plaats van me van mijn psyche en neurose te distantiëren, kan ik leren de essentiële wortel daarin te zien en die tot een betere vorm van manifestatie te laten komen. Ik kan leren de wordingsdrang die inherent aanwezig is in mijn psyche en neurose tot volle bloei te laten komen. Zo word ik een volledig mens.

We willen Zijn en we willen Worden. Beide tendensen zijn heilig, spiritueel, uitdrukkingen van onze ware aard.

Om ons het Zijn te herinneren moeten we leren *nu* present te zijn en waar te nemen zonder de filters van onze geconditioneerde geest: open, onbevangen, intentieloos, zonder gevangen te zijn in wordingsdrang. Het is de kunst om los te laten voorbij alle vormen.

Om te kunnen Worden, moeten we ontdekken wat wij zelf willen en waar de situatie om vraagt. Het vraagt openheid van geest, maar ook allerlei ego-functies als het vermogen te analyseren, te plannen, koers te houden, beslissingen te nemen enzovoort.

We moeten leren onderscheidingen aan te brengen tussen reactieve en creatieve vormen van handelen. We moeten gaan zien hoe oude aannames ons belemmeren optimaal te functioneren. We moeten bereid zijn offers te brengen voor wat we willen, allerlei moeilijkheden aan te gaan, standvastig en doelgericht te zijn. Kortom, we moeten leren onderscheidingen te maken, ons op te richten en onze vorm aan te nemen.

Deze twee schijnbaar tegengestelde bewegingen vormen in werkelijkheid een continuüm van vorm aannemen en vorm laten oplossen, inademen en uitademen, scheppen en loslaten. Te veel nadruk op Worden benadrukt de vormkant, maar leidt ook tot gebrek aan soepelheid, sensualiteit en schoonheid. Het Worden krijgt nu een verbeterd en dwangmatig karakter. Te veel nadruk op Zijn leidt tot kleurloosheid en gebrek aan ontwikkeling op sociaal en maatschappelijk gebied.

Zijnsoriëntatie is een levenskunstpad dat recht doet aan Zijn en aan Worden. Vandaar onze slogan: *Rust in Zijn en doe wat je wilt.*

HET THEMA VAN DIT BOEK

De manier waarop we waarnemen wordt bepaald door de staat van zijn van de waarnemer. Dit is een waarheid als een koe, die iedereen gemakkelijk kan verifiëren. Je ziet bijvoorbeeld je geliefde na een goed gesprek met andere ogen dan in momenten van ergernis en frustratie.

Behalve de verschillende kleuring van onze waarneming, afhankelijk van onze gemoedsgesteldheid, is er nog een andere dimensie waarop onze optiek kan variëren: er is verschil in **diepte** of **vrijheid** van waarneming. In dit boek zal ik die verschillende perspectieven uitgebreid bespreken, laten we ze nu voor het gemak even de oppervlaktekijk, de Spirit-blik en de non-duale blik noemen.

De oppervlaktekijk is onze normale blik, zoals die aangestuurd wordt door onze ideeën, overtuigingen en psychologische patronen. We schatten vanuit deze oppervlaktekijk bliksemsnel in

hoe we iets moeten plaatsen, welk belang iets voor ons heeft en wat we ermee kunnen. Het is een buitengewoon praktische benadering van de situatie. Zo konden we overleven, groeien en volwassen worden.

Er zijn echter ook beperkingen aan deze normale 'dagelijkse zelf'-oriëntatie. De wereld wordt vanuit deze oppervlakteblik namelijk niet zozeer open en objectief waargenomen, doch gekleurd en beperkt door onze geschiedenis. We missen dus een heleboel informatie en voegen ook aan iedere situatie betekenis en gevoel toe die er helemaal niet in thuishoren. Dit leidt ertoe dat we blind zijn voor het nieuwe en ons verleden in psychologische zin hercreëren.

De Spirit-blik ontstaat wanneer wij ons bewust zijn van onze geconditioneerde bril, deze beperkte blik kunnen loslaten en in staat zijn waar te nemen vanuit de open, niet-beschreven ruimte in onze geest. We kunnen dan door de oppervlakte van iedere gedachte, ieder gevoel en iedere impuls heen kijken naar de onderliggende intenties. We kunnen de essentiële wortel ervan waarnemen: de goede bedoeling, de liefdevolle kern in iedere psychologische manifestatie. Tegelijkertijd worden we ook veel realistischer over de aard van het oppervlaktegedrag: we zien duidelijker dan ooit de beperktheid, agressie en lelijkheid van de geconditioneerde patronen.

De diepste blik ontstaat wanneer wij een innerlijke of uiterlijke meester ontmoeten. Wanneer wij ons openstellen voor de geest van de meester, verdwijnt onze preoccupatie met het probleem en met onszelf. Er ontstaat een wonderlijke lichtheid, glans, liefde en schoonheid. We zouden nog wel aandacht aan het probleem kunnen geven, maar dat lijkt een andere wereld te zijn; er is eerder een verlangen om deze staat te continueren.

We ontdekken dat onze normale wereld, met zijn spanningen en problemen, niet de enige werkelijkheid is. Er is ook een dimensie in ons die volkomen schoon en stralend is, onaangedaan door het lijden en de verwarring in onze normale wereldbeleving.

We ontdekken dat die straling alom is, in onszelf, in de ander, in de ruimte, in wat we zien, horen, voelen. Het is alsof we in een heilige ruimte zijn gekomen waar alles de lof zingt van het Grote Liefdevolle Licht.

Wanneer we ons dichter naar de Bron toe bewegen valt het gevoel weg dat we een afzonderlijk, afgescheiden wezen zijn. Er is alleen nog maar de dans van het bestaan in al zijn schakeringen. We zijn een van de golven van de zee. Het probleem dat we ervoeren bestaat misschien nog steeds in zijn objectieve gedaante (het kan nog steeds zo zijn dat er iets pijnlijks, onrechtvaardigs of schadelijks aan de hand is waar we iets aan moeten doen), maar we zitten niet meer 'in' het probleem en voelen ons op een wonderlijke manier vrij daarvan.

Hopelijk is door de hier gegeven schets duidelijk geworden dat er inderdaad verschillende **dieptes** van waarnemen bestaan, die samenhangen met de openheid en vrijheid van de waarnemer.

In het Zijnsgeoriënteerde werk onderscheiden we *drie perspectieven*, die in hoofdstuk 1, 'Inleiding in de drie perspectieven in Zijnsoriëntatie', uitgelegd worden. Elk van die drie perspectieven heeft zijn eigen manier van benaderen van de persoon, zijn eigen discipline, zijn eigen manier van omgaan met gevoelens, problemen, gewoontes enzovoort.

In hoofdstuk 2, 'Neurose als niet-herkende boeddhakwaliteit', neem ik de lezer mee op een verkenning naar de manier waarop de Spirit zich vormt tot de geconditioneerde psyche. We gaan zien dat zelfs het lelijkste in ons een uitdrukking is van de wezenlijke goedheid van onze Spirit. Onze neurose blijkt een 'niet-herkende boeddha' te zijn. Deze visie vormt een hoeksteen van het Zijnsgeoriënteerde werk.

In hoofdstuk 3, 'De Jakobsladder', laat ik de lezer zien hoe de werkwijzen van de drie perspectieven zich in de praktijk met elkaar verhouden en gebruik daartoe de metafoor van de Jakobsladder, waarin ik een opgaande bevrijdingsbeweging en een neergaande incarnatiebeweging onderscheid.

Het is in het Zijnsgeoriënteerde werk vrij gemakkelijk om contact te maken met de weldadige heelheid en goedheid als diepste grond van iedere neurotische beweging. We ontdekken keer op keer dat ons Zelf ten diepste gemaakt is van liefde, openheid en levenslust.

Nu bestaat er een groot gevaar dat die heelheid geprojecteerd wordt in de schijnbaar ongecompliceerde staat van Zijn van kinderen, natuur, natuurlvolkeren enzovoort. Er wordt aangenomen dat er om te beginnen een soort paradijselijke staat was, die verloren is gegaan door de ontwikkeling van het ego, de mens die zich van God los-denkt en zich op steeds grotere afstand van God lijkt te bevinden naarmate zijn ontwikkeling tot moderne mens voortschrijdt.

In dit 'romantische retro-denken'¹ is ons ego – in mijn termen *de psyche* – de grote boosdoener, een soort constructiefout in de schepping. We hadden nooit moeten leren denken, nooit een ik-gevoel moeten ontwikkelen, nooit van de boom van kennis moeten eten.

We moeten daarom op een of andere manier 'terug' naar de Bron. We moeten weer worden als kinderen, als natuurlvolkeren, terug naar de natuur, 'uit ons hoofd gaan', 'de wijsheid van ons lichaam vertrouwen' enzovoort. De new age-beweging, veel alternatieve therapievormen, veel spirituele ideologieën zitten vol met deze 'terug naar onschuld'-tendens.

Ken Wilber, een vooraanstaand transpersoonlijk theoreticus, heeft zelf aan deze tendens 'geleden', kwam daardoor in een grote intellectuele crisis en zag in dat hij van verkeerde veronderstellingen uitging. Op zeer overtuigende wijze heeft hij daarna deze zogeheten pre-transverwarring blootgelegd en aangetoond dat wij ons niet van God af ontwikkelen, maar juist naar

hem toe. De zogenaamde paradijselijke staat is in werkelijkheid een zeer gebonden staat waarin we ten prooi zijn aan zeer primitieve lust-onlust-mechanismen.

Door onze menselijke ontwikkeling, de ontwikkeling van een zelfgevoel, communicatievaardigheden, denken, logica enzovoort maken wij ons los uit de onbewuste verwevenheden en worden we vrijer, bewuster en verantwoordelijker. Ons leven is daardoor misschien gecompliceerder, maar ook rijker en vrijer.

Wilbers ontdekking sluit aan bij mijn eigen opvattingen. In de Zijnsoriëntatie was er altijd al veel waardering voor denken, willen, koers houden, zelfbeheersing, kortom, de ego-functies. Daarnaast merkte ik dat de door mij aanvankelijk zo geïdealiseerde oosterse culturen toch ook wel ernstige beperkingen hadden. Ik vond eerlijk gezegd dat wij in het Westen verder waren op sociaal, intellectueel en cultureel gebied.

Kortom, Wilbers ideeën vielen bij mij in een vruchtbare bodem, maar dwongen mij tevens een aantal pre-trans-verwarringen, die in mijn werk aanwezig waren als erfenis van de humanistische psychotherapie, op te helderen. Dit was de aanleiding voor een serie artikelen die ik gepubliceerd heb in *De Cirkel*, het halfjaarlijkse tijdschrift van de School voor Zijnsoriëntatie.

Ik moest een nieuwe manier ontwikkelen om te begrijpen hoe in Zijnsgeoriënteerde begeleiding zulke prachtige Zijnskwaliteiten ‘onder’ of ‘in’ psychologische gevoelens en tendensen aanwezig konden komen.

Vanuit een humanistisch therapeutisch model dacht ik dat de gaafheid die te voorschijn kwam de oorspronkelijke puurheid van het kind was, die bedekt was geraakt door latere neurotische ontwikkelingen. Als deze hypothese bij nadere inspectie geen stand houdt, waar komen dan die gaafheid en straling vandaan?

Hierover nadenkend, ben ik tot een nieuwe formulering gekomen betreffende de architectuur van onze geest. Ik zag een gelaagdheid in de diepte: van oppervlakte tot straling tot non-duale grond.

Deze lagen bestaan altijd, overal, in elke vorm.

Zo ben ik ertoe gekomen over *involutie* en *evolutie* van de Geest te spreken. Ieder moment wikelt het Goddelijke zich in de vormen via stappen van verdichting. Dat is involutie. De in de oppervlaktevorm gevangen optiek heeft echter ook nog een herinnering aan de glorie van de Bron. Zij wordt gedreven tot vervolmaking van dit bestaan in een poging die glorie tot vorm te brengen. Dat noem ik evolutie.

Deze theorie van involutie en evolutie vormt het omvangrijkste deel van het boek. Het beslaat de hoofdstukken 4 tot en met 9.

Het boek wordt besloten met een bewerking van een lezing die ik gegeven heb over de raakvlakken van Zijnsoriëntatie met het werk van professor Otto Duintjer. Daarin schets ik een beeld van Zijnsoriëntatie als levenskunstpad.

Ik wens de lezer van dit boek veel plezier, inzicht en inspiratie toe.

Inleiding in de drie perspectieven in Zijnsoriëntatie

Zijnsoriëntatie beweegt zich op een grensgebied tussen spiritualiteit en psychotherapie. Toch is zij niet te beschouwen als een soort hybride werkvorm die naar believen methodes uit het ene werkveld verbindt met methodes uit het andere. Dan zou het een soort lappendeken worden van psychotherapeutische en spirituele methodes en inzichten.

De aanpak is veel rigoureuzer en ambitieuzer: Zijnsoriëntatie pretendeert een werkvorm te zijn die het onderscheid tussen psychotherapie en spiritualiteit *overstijgt*. Het is een werkvorm die niet te reduceren is tot een ‘geïnspireerde psychotherapie’, noch tot een ‘psychotherapeutisch geschoold spiritueel pad’. Het is in die zin een geheel eigen, omvattende benadering van de mens, waarin oog is voor de verschillende dieptedimensies waarin de mens tegelijkertijd functioneert.

Zijnsoriëntatie is daarin uiteraard wel in hoge mate schatplichtig aan westerse psychotherapeutische stromingen als *client-centered therapy*, gestalttherapie, neo-reichiaans lichaamswerk, psychoanalyse, systeemtherapie en gedragstherapie. Zij is tevens in hoge mate schatplichtig aan oosterse spirituele stromingen, met name het Tibetaanse vajrayana-boeddhisme.

Toch is zij als visie alleen maar goed te begrijpen en toe te passen als zowel de psychotherapeutische als de spirituele paradigma’s verlaten worden. Zijnsoriëntatie heeft een ruimere doelstelling en een ruimere visie op de mens en het leven dan aanwezig is in de psychotherapeutische stromingen. Zijnsoriëntatie heeft ook een andere levensvisie en kent andere waarden dan die welke aanwezig zijn in spiritualiteit in het algemeen en in het vajrayana-boeddhisme in het bijzonder. Zowel de psychotherapeut als de boeddhist moet van zijn geloof willen vallen om Zijnsoriëntatie te begrijpen.

Het is niet zo dat Zijnsoriëntatie ruimer is dan de paradigma’s van spiritualiteit en psychotherapie omdat ze tegen de beperking van een ‘pad’ zou zijn. (Krishnamurti en andere non-duale

meesters achten een ‘pad’ bijvoorbeeld een beperking.) Integendeel, we gaan er juist prat op dat we een pad aanbieden, een methodische aanpak van onze beperkingen en verwarringen, met een weliswaar altijd wijkend maar wel degelijk duidelijk geformuleerd doel in het verschiep. Nee, het pad zelf is op een zodanige wijze ontworpen dat de splitsingen die aanwezig zijn in psychotherapie en spiritualiteit niet *gecreëerd* worden.

Dit is de kern van de zaak: wij zijn niet te reduceren tot onze conditioneringen (de tendens van psychotherapeuten) en wij hoeven ons niet in schaamte af te wenden van onze conditioneringen, onze seksualiteit, ons streven en willen (de tendens van oosterse spiritualiteit). Beide bewegingen zijn splitsend en leiden niet tot vrijheid. Wij zijn altijd al zowel onze geconditioneerde psyche als de Spirit als het non-duale Zijn. We kunnen ook zeggen: we zijn noch de psyche, noch de Spirit, noch het non-duale Zijn. Hoe dan ook, onszelf exclusief in een van die dimensies positioneren is gewelddadig jegens de andere dimensies in ons.

De psychotherapeutische wereld heeft weinig tot geen waardering voor de heilige en goddelijke wezensdimensies in ons. Die worden afgedaan als escapisme, narcisme, symbiotische eenheidsbelevingen enzovoort. Deze domheid en eenzijdigheid overstijgen is niet zo moeilijk; daarvoor is ze te evident kortzichtig.

Het spirituele *dédain* voor de psyche, het willen, verlangen, begeerte en agressie, wereldse strevingen, is al wat lastiger te overstijgen. Wanneer men vanuit een hogere optiek naar de bewegingen van de psyche kijkt, worden die inderdaad meestal al snel ontmaskerd als egocentrisch, beperkt, vervormend, agressief en ongeluk producerend. Het ligt dan wel heel erg voor de hand hier afstand van te nemen en onze intrek te nemen in de hogere regionen van onszelf.

Het gevolg hiervan is echter dat men zijn passies, willen, seksualiteit, creativiteit en gedrevenheid castreert. Ik zie dat er een heel elementair, rudimentair vrijheidsbeginsel aanwezig is in ons vermogen om ons los te denken van de omgeving (het ontstaansbeginsel van de duale ‘ikkramp’). Door ons los te denken kunnen we ook loskomen van de bepaaldheid door de omgeving. We krijgen bewegingsruimte, er ontstaat een centrum van macht, zelfbepaling, autonomie.

Zelfs al blijken we uiteindelijk niet los te denken van de omgeving, zelfs al is het idee dat we een apart individu zijn een vorm van gezichtsbedrog, dan nog is het een bevrijdende illusie. Het is een illusie die de motor vormt van alle vooruitgang. Ik maak een diepe buiging voor de creatieve vonk in deze ‘ik ben een apart individu’-illusie. Ze heeft ervoor gezorgd dat wij ons als individuen en als cultuur zijn gaan ontwikkelen. Het Europese verlichtingsdenken is erdoor mogelijk geworden. Het respect voor het individu is de bakermat van de emancipatie van de vrouw, de erkenning van de gevoelens van het kind, het respect voor homoseksualiteit en andersdenkenden. Zonder individuschap was vooruitgang in wetenschap, kunst en cultuur niet mogelijk geweest.

Spirituele stromingen hebben die vooruitgang onveranderlijk tegengewerkt, altijd verdacht gemaakt als een ‘van God loskomen’. Spirituele stromingen miskennen daardoor de enorme waarde van de psyche en bevestigen daarmee stagnatie, gevangenschap en ongeluk. Daarom word ik altijd ongemakkelijk van het woord ‘spiritueel’, omdat dit woord geassocieerd is met deze ‘wording’-vijandigheid. En vandaar ook dat ik het Zijnsgeoriënteerde werk niet wens te beschouwen als een ‘psychologisch onderlegde spirituele stroming’.

Toch, als ik gedwongen was mij binnen het raamwerk van de bestaande terminologie te bewegen, dan zou ik mij meer thuis voelen bij de omschrijving van mijn werk als een ‘psychologisch onderlegde spirituele stroming’ dan als een ‘geïnspireerde psychotherapie’. Deze voorkeur heeft te maken met het inzicht dat men het ‘kleine’ (het werken met de psyche) wel zijn plaats kan geven in het ‘grote’ (de herinnering en belichaming van de Spirit), maar niet andersom: men kan de Spirit niet als middel inzetten voor de doelen van de psyche. De optiek van de psyche is namelijk te beperkt om de Spirit te kunnen waarnemen. De psyche moet juist leren zich receptief en volgzzaam op te stellen jegens de boodschappen en transformerende werking van de Spirit. Uiteindelijk dient de psyche de dienaar van de Spirit te worden.

DE PRAKTIJK VAN ONS WERK

Men klopt meestal aan bij een Zijnsgeoriënteerde begeleider uit onvrede met zijn leven. Men loopt vast in relaties, stuit steeds op dezelfde moeilijkheden in het werk, heeft last van onverklaarbare gevoelens zoals angst, razernij of diepe droefheid, voelt zich niet lekker in zijn vel, durft bepaalde dingen niet meer enzovoort. Het zijn, kortom, dezelfde redenen waarvoor men naar een reguliere psychotherapeut zou kunnen gaan. En net als in ‘gewone’ psychotherapie besteedt de Zijnsgeoriënteerde begeleider aandacht aan deze klachten en zal hij proberen hierin verbetering te brengen. De manier waarop de begeleider dat doet bevat zowel elementen van psychotherapie als van een spirituele training.

In dit hoofdstuk zal ik een beeld schetsen van onze benadering aan de hand van de indeling in werkwijzen in de drie perspectieven. Omdat ik aanneem dat de lezer nog niet vertrouwd is met de definities van de perspectieven zal ik ze eerst kort omschrijven, om zo een totaaloverzicht te creëren. Daarna zal ik ieder perspectief uitgebreider bespreken.

Ik attendeer de lezer graag op andere boeken van mijn hand. Zo heeft Servire mijn eerste boek *Rusten in Zijn* en vervolgens *De niet-herkende boeddha* uitgegeven, en de School voor Zijnsoriëntatie het *Handboek Zijnsoriëntatie*, *De heilige blik* en *Voorbij het onderscheid tussen spiritualiteit en psychotherapie*.

Binnen het kader van dit boek beperk ik mij tot een summiere uitleg van Zijnsgeoriënteerde termen en hoop ik dat de lezer, wanneer iets hem niet duidelijk is, de uitgebreidere uitleg in de andere boeken weet te vinden.

KORTE BESPREKING VAN DE DRIE PERSPECTIEVEN

In de werkwijzen van het eerste perspectief wordt er met de psyche gewerkt vanuit een optiek die hoger is dan die van de psyche. Om die hogere optiek te bereiken wordt de student² een aantal meditatieve oefeningen en trainingen geboden waarmee hij³ kan leren zich op een totaal andere, vrije manier te verhouden met de inhouden van zijn psyche. Vanuit die hogere optiek kan hij dan zichzelf verkennen, doorzien en leren begeleiden. Het grootste deel van ons begeleidingswerk bestaat uit dit eerste-perspectiefwerk.

In de verhoogde optiek kan er tevens een realisatie ontstaan dat men zich ten onrechte voortdurend *identificeert* met de in het verleden opgebouwde zelfbeelden. Dat zijn maar ‘plaatjes’; ze zeggen vaak veel meer over de omgeving waarin je opgroeide dan over jezelf. Er begint een gevoel te dagen dat je veel vrijer, ruimer en stralender bent dan die plaatjes. Er ontstaat een intuïtie over wie je *oorspronkelijk* bent.

Het lijkt op het verhaal over het lelijke eendje dat uiteindelijk ontdekt dat het altijd al een schitterende zwaan is geweest. Zodra je dat ontdekt, lijkt het werken aan de lelijk-eendje-conditioneringen achterhaald. Waarom zou je je als zwaan nog zorgen maken over het lijden dat ontstond toen je nog dacht dat je een ‘lelijk eendje’ was? Dat is een verspilling van energie. Het lijkt er nu vooral om te gaan je te blijven herinneren dat je een ‘zwaan’ bent.

Dit is precies de werkwijze van het tweede perspectief! Deze werkwijze start met de herkenning van het stralende, oorspronkelijke zelf, het ‘zwaanschap’, en biedt een training in het continueren van deze oorspronkelijke, pure waarneming van jezelf en de wereld.

Ook dit perspectief blijkt geen eindstation te zijn. Er ontstaat in die vrije staat een intuïtie van een onderliggende eenheid in al het bestaande. Je ervaart een verbinding met alles, het gevoel van een afgesplitste ‘entiteit’ te zijn valt weg en je ervaart dat je identiek bent met het grote Zijn.

Wat in het tweede perspectief nog passend leek, namelijk het je herinneren van je stralende aard, lijkt – nu je bent samengevallen met het grote Zijn – een overbodige en geconstrueerde activiteit. Er is niemand meer: geen psyche, geen stralend zelf; er is alleen nog de onmetelijke ruimte van Zijn waarin alle waarnemingen in binnen- en buitenwereld verschijnen als vormen van dat Zijn. Je hebt je nu je non-duale aard herinnerd: dat wat je ten diepste bent, je oorspronkelijk gezicht dat nooit geboren is, geen woonplaats heeft en geen beperking of einde heeft. In de werk-

wijzen van het derde perspectief wekken we deze herinnering tot leven en trainen we de student om hierin te vertoeven.

We spreken de student dus op drie diepteniveaus aan: wie hij is geworden als gevolg van zijn conditionering, wie hij is in zijn vrije staat en wie hij ten diepste is in zijn non-duale aard.

We zullen nu de werkwijzen van de drie perspectieven uitgebreider gaan bekijken.

HET EERSTE PERSPECTIEF

Het eerste perspectief omvat alle werkwijzen waarbij er sprake is van communicatie tussen een ruimere en een verkrampde staat.

Deze communicatie kan enerzijds plaatsvinden van het ruimere naar het nauwere; hierbij traint men zich om vanuit een open, ruime houding om te gaan met verkrampde of geconditioneerde inhouden. De communicatie kan anderzijds plaatsvinden van het verkrampde naar het ruimere, bijvoorbeeld aan de hand van spirituele afstemmingsoefeningen, devotie en Gestalte-werk.

DE COMMUNICATIE VAN HET RUIMERE NAAR HET VERKRAMPTE

We kunnen spreken van eerste-perspectiefwerk wanneer het psychologische onderzoekswerk plaatsvindt vanuit contact met de 'vrije dimensie' in de cliënt. Een deel van het Zijnsgeoriënteerde werk bestaat in het trainen van het aannemen van een open, meditatieve houding. De cliënt oefent zich in meditatie en in visualisatie van de Gestalte⁴ en leert zijn waarneming verfijnen zodat hij of zij het verschil kan waarnemen tussen een geconditioneerde en een vrije optiek. Dit wordt kortweg de 'training van houding' genoemd.

Deze open houding is als het ware het licht waarmee men in de spelonken van de psyche afdaalt. Het ruimere perspectief werkt spontaan des-identificerend naar de inhouden die te voorschijn komen. Zonder dit ruimere perspectief kan men wel allerlei psychologisch verkenningswerk doen, maar men zal dan te weinig vrijheid hebben ten opzichte van de regressieve inhouden die te voorschijn komen. Men raakt gemakkelijk betoverd door de inhouden (gevoelens, impulsen, zelf- en wereldbeelden) die vrijkomen. Zodra cliënt en begeleider gaan geloven in deze dramatische en meeslepende inhouden, gaat het licht uit en is het geen eerste-perspectiefwerk meer, maar is men bezig vanuit een 'nulde perspectief'.

De gevoelens, gedachten en impulsen die vrijkomen wanneer men bij zichzelf psychologisch onderzoek doet, zijn meestal uitdrukkingen van een kinderlijke mentaliteit. Het zijn aspecten die een onderdrukt, afgesplitst of teruggetrokken bestaan hebben geleid en niet zijn opgegroeid in

het contact met de buitenwereld. Er is een enorme behoefte binnen die kinderlijke delen om alsnog gezien te worden en hun plaats te krijgen in het leven. Het is ook belangrijk dat dit gebeurt, anders blijft er een ‘gat’ in de persoonlijkheid, een lege plek waar men niet op authentieke en volwassen wijze kan reageren. Daar bestaat men als het ware niet, men kent zichzelf niet en weet niet wat men wil.

Het delicate van ons begeleidingswerk bestaat er enerzijds in verwelkomend te zijn naar deze onderdrukte en afgesplitste delen, maar anderzijds niet mee te gaan met de oplossingen en behoeftes die uit die kinddelen voortkomen. De pijn kan niet ongedaan gemaakt worden, de tekorten (aan liefde, aandacht en erkenning) kunnen nooit opgevuld worden. Het kind kan niet meer opgroeien, want je bent inmiddels een volwassene in een volwassen wereld.

Wat wel mogelijk is en zeer verrijkend blijkt te zijn, is de gevoelens, impulsen en inzichten volledig te erkennen, ze ‘waar te laten zijn’, ze te doorvoelen vanuit een ruimhartige houding.

Wanneer men dat doet, kan het gevoel, de persoonlijke presentie en de kwaliteit die in die psychische inhouden aanwezig zijn zich losmaken uit de kinderlijke verpakking en deel worden van de volwassen persoon. Vanuit die presentie kan dan gekeken worden hoe men **als volwassene** zou kunnen handelen in de wereld.

In zijn ideale vorm wordt het psychologische werk van begin tot einde vanuit het ruimere perspectief gedaan. Het hele proces lijkt dan op een actieve meditatie. En zowel de begeleider als de student voelt zich na zo’n zitting verfrist en blij en open.

GEEN PSYCHOTHERAPIE

Het eerste-perspectiefwerk staat van de drie perspectieven weliswaar het dichtst bij het traditionele psychotherapiewerk, maar is vanuit het traditionele standpunt bekeken toch zeer radicaal. Deze radicaliteit zit hem in de onverenigbaarheid van een psychologische intentie en motivatie – die altijd gericht zijn op de verbetering van de ik-krimp⁵ – en een Zijnsgeoriënteerde motivatie, waar het eerste-perspectiefwerk in het kader van *bevrijding* staat: bevrijding door je ervan bewust te worden dat de ik-krimp een beperkt en ongeluk producerend perspectief is, dat je kunt verlaten. Het gaat dan niet meer om verbetering van de ik-krimp, maar om het bevrijden van de daarin aanwezige passie tot haar vrije vorm als Zijnskwaliteit.

Hoewel het eerste-perspectiefwerk een uitgebreide psychologische theorie kent, is het in wezen geen psychologische of psychotherapeutische methodiek – het is een **bewustzijnsweg, een bevrijdingsweg**.

Deze weg kan alleen begrepen worden wanneer men oog heeft voor de inherente vrijheid die

in ons aanwezig is en die geleefd wil worden. Deze inherente vrijheid bevindt zich in het Nu, in het Zijn, in die dimensie die voorbij ons psychisch raamwerk gaat. In het contact met deze dimensie wordt de betekenis van het psychologische verhelderingswerk vanuit het eerste perspectief duidelijk: men krijgt oog voor het illusoire karakter van de zelf- en wereldbeelden die door de ik-krimp gegeneerd worden. Men ziet hoeveel onnodig lijden hierdoor gecreëerd wordt, hoe de poging om het lijden ongedaan te maken het lijden juist doet continueren.

De cliënt wordt ertoe uitgenodigd het licht van de waarheid op deze verwarring te laten schijnen, zodat hij of zij zichzelf weer leert kennen als de vrije persoon die hij of zij eigenlijk altijd al was. Daarin komt de cliënt tot zijn werkelijke waarde, schoonheid, betekenis en vervulling.

DE COMMUNICATIE VAN DE KRAMP NAAR HET RUIMERE

Het eerste perspectief omvat niet slechts psychologische werkwijzen, maar alle werkwijzen die een communicatie op gang brengen tussen de krimp en de ruime staat. Hieronder valt ook een aantal zogenaamd spirituele methodes, zoals de Gestalte-visualisaties.

In deze werkwijzen benader je de Zijnsdimensie in eerste instantie vanuit de identificatie met het 'historische ik', of de ik-krimp. Er is weet van de Zijnsdimensie, maar deze wordt beleefd als iets wat in eerste instantie **daar** is. Je herkent jezelf niet zozeer als door en door goddelijk en perfect, maar hebt wel een intuïtie van een dimensie van heelheid, liefde, schoonheid en licht. Deze dimensie wordt als het ware aangeroepen: je wendt je daartoe in nederigheid en ontvankelijkheid. Hierdoor ga je openstaan voor de wijze boodschappen en helende krachten die in deze dimensie aanwezig zijn.

Wanneer de ik-krimp zich opent voor de Zijnsdimensie, opent het hart zich. Vaak is er een intense ontroering, voel je je geraakt door de onvoorwaardelijke liefde die de Gestalte uitstraalt. Je gaat in die openheid ook ervaren wat men heeft willen weghouden uit het bewustzijn. Onderdrukte gevoelens en inzichten komen naar de oppervlakte.

Je staat jezelf toe zacht en onverdedigd te zijn. In deze volkomen open, ontvankelijke houding ben je in communie met de Gestalte en word je zodoende deelachtig aan de kwaliteiten van de Gestalte. De ik-krimp moet bereid zijn zichzelf te geven, het hoofd te buigen, overgave te betrachten. Ook moet de ik-krimp bereid zijn een gevende in plaats van een voeding zoekende houding jegens de Gestalte aan te nemen.

Ook de beoefening van compassie, het jezelf dienstbaar maken en de tonglen-beoefening⁶ behoren tot het eerste-perspectiefwerk. Deze beoefeningen veronderstellen niet dat je jezelf al herkent als Gestalte. Je beoefent ze ook in eerste instantie niet als Gestalte; je doet ze als ik-krimp,

maar wel onder invloed van het vormveld van de Gestalte en vanuit een notie van de vrije dimensie in jezelf. Deze beoefeningen trainen je gewoontelichaam tot het aannemen van de houding van geven in plaats van nemen.

De Zijnsmeditatie zoals die in *Rusten in Zijn* is beschreven behoort ook tot de eerste-perspectiefwerkwijzen, omdat in deze fase van meditatieve oefening je identificatie niet is verschoven naar jezelf als Zijnswezen (zoals in het tweede perspectief), of alle identificaties zijn opgeheven (zoals in het derde perspectief): je doet de meditatie startend vanuit de mentaliteit die je op dat moment hebt. Je richt je aandacht op de ademhaling; daarmee haal je jezelf uit de symbiotische versmelting met allerlei gedachten en zodoende ontwikkel je presentie.

Dan is er nog een zeer praktisch niveau van eerste-perspectiefwerk dat te maken heeft met het aannemen van bewustzijnsbevorderend **gedrag** en het nalaten van bewustzijnsverduisterend of -belemmerend gedrag. Hier gaat het om het aardse, lastige, taaie niveau van gewoontegedrag in de vorm van eetpatronen, seksuele gewoontes, manieren om je vrije tijd te besteden, verslavingen aan tabak, alcohol, suiker enzovoort. Ook het afzien van sociaal schadelijk gedrag als kwaadspreken, bondjes vormen, psychologiseren, ridiculiseren enzovoort behoort tot dit gebied.

Samenvattend:

De werkwijzen van het eerste perspectief brengen een communicatie op gang tussen de kramp enerzijds en de vrije dimensie anderzijds. Door deze communicatie gaat de ik-kramp zich uiteindelijk herkennen als het vrije, oorspronkelijke zelf, los van historische conditioneringen. Wanneer dat gebeurt, is de deur geopend naar de beoefening van het tweede perspectief.

HET TWEDE PERSPECTIEF

Het tweede perspectief kunnen we definiëren als de belichaming of de viering van de open staat. De persoon herkent zichzelf als een stralend Zijnswezen en identificeert zich daar actief mee.

Het zwaartepunt, het punt van waaruit de persoon zijn waarnemingen organiseert, is verlegd van de historische persoonlijkheid naar de goddelijke oorsprong. Met het verschuiven van dat waarnemingspunt vindt er tegelijkertijd een totale verschuiving of transformatie van de waarneming van de wereld plaats. De omgeving wordt ook 'gereinigd' van alle bekende 'huis van de ouders'-beelden, zodat de beoefenaar zich in een nieuwe, uit de openheid van Zijn geboren wereld bevindt.

De kunst van beoefening is eerst deze verschuiving van het waarnemingspunt teweeg te bren-

gen, en vervolgens in deze wereld te leven. De beoefening start daarom meestal met een evocatieve fase via visualisatie, energiewerk, mantra en gebaren. Wanneer de beoefenaar zich hier diep in begeeft, neemt zijn gevoels- of energielichaam de gedaante aan van de Gestalte of goddelijke vorm, waarop hij mediteert. De beoefenaar gaat zich nu ook identificeren met de Gestalte-vorm en bewaart zijn afstemming op dit beeld. De omgeving wordt gevisualiseerd als het 'huis van Zijn', een heilige ruimte die opgebouwd is uit Zijns kwaliteiten.

Wanneer deze afstemming en identificatie zijn opgebouwd, is de volgende stap deze zo lang mogelijk te bewaren. De beoefenaar mediteert hierop, beweegt als de Gestalte, maakt poëzie, muziek, raakt aan als Gestalte enzovoort.

De volgende stap van integratie is deze staat van Zijn mee te nemen in niet-meditatieve situaties. Men leert zijn werkomgeving als het 'huis van Zijn' te zien, zijn partner en kinderen als Gestalte-vormen enzovoort.

Ook is er een zekere progressie in de manier waarop gevisualiseerd wordt. Aanvankelijk is er een langdurige en uitgebreide visualisatie nodig om het beeld van de open staat helder te krijgen. Op den duur is het er alleen maar aan denken voldoende en hoeft er dus minder evocatief werk plaats te vinden.

Evocatie, identificatie en integratie van de open staat zijn de drie stappen in deze werkwijze.

VIERING

Het tweede-perspectiefwerk onderscheidt zich van het eerste-perspectiefwerk in die zin dat er geen communicatie meer is tussen de open staat en de krampstaat. Er is alleen de viering van de open staat. Ik gebruik het woord 'viering', omdat het een extatische, vreugdevolle, genietende werkelijkheidsbeleving is. Men neemt zoveel schoonheid waar, dat het leven zelf een viering is. Het is alsof alles een loflied zingt, alsof alles een eerbetoon is aan het grote levende Zijn.

Vanuit onze normale waarnemingspositie lijkt zoets onzinnig: hoe kan een wereld die zoveel lelijkheid, pijn en onrecht produceert nu waargenomen worden als goddelijk en schitterend? Tja, daar heb ik geen logisch antwoord op, ik kan alleen maar getuigen dat wanneer men zichzelf herkent als Zijnswezen, deze heilige extatische blik vrijkomt.

Vanuit deze blik heeft men overigens ook een scherp oog voor dergelijke misstanden; de blik is zelfs scherper dan ooit en de pijn wordt ook scherper dan ooit gevoeld. Toch vindt dit plaats in een context van rijkdom, schoonheid, liefde en straling, die het geheel een volstrekt andere toon geeft.

Het tweede perspectief onderscheidt zich, zoals gezegd, van het eerste perspectief in de zin

dat er geen aandacht meer is voor de verheldering en transformatie van de krampinhouden. Ook is er geen beoefening van compassie, dienstbaarheid, devotie enzovoort. Er is alleen de discipline van de vreugde, de viering.

In het Zijnsgeoriënteerde werk komt het tweede-perspectiefwerk op systematische wijze vooral te voorschijn in de langdurige retraite-achtige workshops en in de inspiratiekring⁷. Ook in de warming-ups aan het begin van de dag en de stijl van lichaamswerk die ontwikkeld wordt ligt de nadruk sterk op het belichamen van de open staat (in tegenstelling tot het onderzoeken en verhelderen van de kramp).

DE EINDSTAAT VAN HET TWEDE PERSPECTIEF

Wanneer men in de staat van viering is, verliest de wereld zijn concrete, solide gedaante. Alles lijkt doorstraald te worden van een Zijnslicht. Het lijkt of alles van dat licht gemaakt is. Men neemt de dingen dus niet alleen in hun verdichte, materiële vorm waar, maar ook in hun 'licht'-vorm. Alles lijkt op een wonderlijke manier bij elkaar te passen. Er is een harmonie voelbaar die adembenemend is. Het leven zoals dat nu hier plaatsvindt lijkt op een symfonie, waarbij de eigen persoon een van de stemmen in die symfonie is – enerzijds zelfstandig hoorbaar, maar toch pas vorm krijgend door het samenspel met de andere stemmen. Alles wordt in die zin transparanter, veranderlijker, en men krijgt meer oog voor de onderlinge samenhang.

Wanneer deze staat moeiteloos, dus zonder de steun van visualisatie, mantra en bewuste herinnering, gehandhaafd kan worden, wordt de overgang naar het derde perspectief mogelijk.

HET DERDE PERSPECTIEF

HET SLEUTELWOORD IS HIER: ZIJN

De inspanning die in het tweede perspectief bestond om de herinnering aan de open staat gaande te houden, wordt in dit perspectief losgelaten. Er is niemand meer; alles openbaart zich als een vorm van het Ene. Alles komt en gaat zonder een spoor achter te laten en zonder ook maar de geringste bindende kracht. Alles is schitterend in zijn vorm zonder dat de vorm gefixeerd is.

Er is geen 'ik' meer dat iets waarneemt; er is alleen maar waarneming. De waarneming neemt zichzelf waar. Er is het besef van het tijdloze Nu waar alles in plaatsvindt. Er is ook het besef van de oneindige ruimte die zich vormt tot alle 'lege' en schitterende vormen. Er is volkomen rust – de rust van Zijn zonder de duale spanning van 'ik-het' of 'ik-jij'. In deze rust vindt het spel van de

vormen plaats zonder deze oerrust ook maar enigszins te verstoren; integendeel, het zijn de ornamenten van de rust.

Dit is de oerstaat van de geest. Deze staat is niet van de psyche, van de kleine geest. Deze staat openbaart zich in volle glorie, compleet en zonder ooit nog voor verbetering vatbaar te zijn zodra we in staat zijn de symbiotische tendens van de psyche – die zich altijd aan van alles hecht – los te laten.

In deze staat is het evident dat we nooit een ‘ik’ zijn geweest. Er is geen bezitter van ervaringen, geen drager van karma, geen geschiedenis, geen weg te gaan, geen oefening te doen. Er is alleen het spel van de vormen, de vele gezichten van bewustzijn. Het bewustzijn creëert zijn eigen show. God vermaakt zich met zijn schepping. God speelt met God. Hier is de beoefenaar verdwenen. In die zin valt er niets te doen.

Toch moet deze oerstaat van ons bewustzijn wel eerst ‘ontdekt’ worden. We zijn meestal dermate gevangen in onze duale toverwereld dat we hier geen contact mee hebben. De methodes om er contact mee te maken hebben het kenmerk van onmiddellijkheid in zich. Het non-duale licht slaat in als een blikseminslag in het halfduistere kamertje van het duale bewustzijn en blaast in één klap de illusoire grenzen van dat kamertje op. Je dacht dat je een ‘ik’ was die met ‘iets’ bezig was; plotseling is er alleen maar het spel van Zijn.

Dit opblazen gebeurt door de onwillekeurige hechtende tendens van onze psyche in één keer door te snijden. Dit kan gebeuren door de instructie van de leraar. Het kan ook gebeuren door zelf, juist wanneer er allerlei expansieve en ‘spirituele’ ervaringen zijn, die staat in één keer te laten exploderen met een vingerknip, of door het inwendig herhalen van het woordje ‘los’. De essentiële stap is hier de gerichtheid op ervaring los te laten. Hiermee onderscheidt het derde perspectief zich ook sterk van het tweede perspectief, dat wél een gerichtheid op een bepaalde geïnspireerde staat kent.

Wanneer alle ervaringen, alle inhouden van de psyche zichzelf mogen zijn, dus wanneer iedere verbinding, iedere vorm van kiezen, iedere vorm van toe-eigenen of onteigenen losgelaten is, schiet de beoefenaar uit het raamwerk van zijn psyche en komt hij of zij in contact met de oergrond van alles: het Zijn.

Deze Zijnsgrond is geen los van onszelf bestaande werkelijkheid. Het is de grond van ons persoonlijk bewustzijn. De Zijnsgrond is de dieptekwaliteit van onze vorm. De Zijnsgrond bestaat in geen enkel opzicht los van ons als waarnemend en bewust wezen. Zijn, Zijnsgrond en bewustzijn vormen in die zin synoniemen. ‘Rusten in Zijn’ is identiek aan rusten in de grond van ons bewustzijn.

Wat is de grond van ons bewustzijn? Dat is het kenvermogen zelf. Dat in ons wat waarneemt.

Dit kenvermogen gaat in zekere zin vooraf aan de inhouden van waarneming. De meditatiemethode van het derde perspectief maakt van deze mogelijkheid gebruik: je rust in de grond van het bewustzijn en bent van daaruit inherent vrij van de bindende kracht van de inhouden zelf. Net zoals een spiegel vrij is van de invloed van de reflecties die daarop verschijnen.

Rustend in Zijn wordt alles spontaan herkend als een vorm van Zijn. Rustend in de grond van ons bewustzijn zijn we niet gevangen in duale onderscheidingen en gaan we herkennen dat het Zijn en dus ook Bewust-Zijn aanwezig is in alle vormen. Hebben we eerst het bewustzijn vrijgemaakt van de gebondenheid aan duale interpretaties van de werkelijkheid, zodra ons bewustzijn vrij is en in zichzelf kan rusten, gaan we zien dat het bewustzijn een inherente kwaliteit is van alles wat we waarnemen.

Hoewel we ons bewustzijn vrijmaken uit de identificatie met vorm en in het derde perspectief laten rusten in iets wat primairder lijkt dan de vormen, blijkt dat we, op het meest vrije punt aangekomen, opeens met een plof op de aarde zijn beland. **Het bewustzijn staat niet los van de vormen.** Er is geen bewustzijn denkbaar zonder vormen. Er is geen Zijn, geen God ergens te vinden los van het vormenspel waar we ons allang in bevinden. Er is alleen het leven dat er is; er is niets daarbuiten. Het leven zoals het zich – nu al – manifesteert is het gezicht van God.

Het derde perspectief is in die zin niet alleen ‘rusten in bewustzijn’, het is vooral: het leven volledig aangaan vanuit de erkenning dat het leven en alle vormen daarin een vorm van Zijn of Bewustzijn zijn. Bewustzijn is in de vorm. Het schitterend juweel is in het hart van de lotus.⁸

Deze realisatie is van verstrekkende betekenis: zij verwijst ons naar het leven van alledag. Iedere neiging om enigszins ‘detached’ spiritueel bewustzijn te oefenen wordt in het derde perspectief doorbroken. We ontwaken uit de spirituele bedwelming en bevinden ons midden in het vormenspel van het leven. Zo wijst het derde perspectief als vanzelf naar de volgende fase van spirituele beoefening: de integratie van Zijnsbewustzijn in het leven van alledag, leren in alle situaties een eenvoudig, wakker en contactvol persoon te zijn.

IS HET DERDE PERSPECTIEF DE EINDSTAAT?

Vanuit bewustzijnsstandpunt is er geen subtielere, waarachtiger en vrijere staat denkbaar dan het derde perspectief. In die zin is het de eindstaat. Maar houdt het daarbij op? Is de bevrijding van onze blik het enige wat ertoe doet?

Het antwoord is ja en nee. Ja, in de zin dat het inderdaad een niet te verbeteren staat is. Nee, in de zin dat deze staat geïntegreerd wil worden in ons dagelijks leven. Dit integratieproces is een lineair, zich over de tijd uitstrekkend proces van belichaming van openheid.

Het derde perspectief start bij de altijd-al-vrije oergrond van je geest. Het beeld dat hiervoor vaak gebruikt wordt is dat van de spiegel die inherent vrij is van alle reflecties die daarop verschijnen. Dat de oergrond van je geest vrij is, betekent echter nog niet dat jij als persoon ook in alle opzichten vrij bent. Rustend in de oergrond hebben de verschillende neurotische patronen geen vat op jouw vrijheid, dat is waar, maar daarmee is die inherente vrijheid nog geen vlees en bloed geworden. Je bent nu vrij in absolute zin, maar moet deze absolute vrijheid nog leren vertalen in het relatieve veld.

Om vlees en bloed te worden heeft de inherente vrijheid een weg af te leggen van incarnatie. Het licht moet gaan schijnen op aarde, God moet mens worden. De ‘pearl beyond price’⁹ moet nog geactualiseerd worden.

In het volgende hoofdstuk zal een van de centrale methodes behandeld worden die de actualisatie van inspiratie enorm bevordert: de methode van ‘de niet-herkende boeddhakwaliteit’.