

ZELFHERINNERING

Hans Laurentius

Zelfherinnering

RUIMTE VOOR VOLLEDIGHEID

2020

Hans Laurentius
Zelfherinnering

ISBN 9789402147780

© 2020 Hans Laurentius
www.hanslaurentius.nl

Redding oorspronkelijke tekst
Minem Sezgin

Redactie
Richard van de Waarsenburg 2004 / Cecile Poels 2019

Omslag ontwerp en lay-out
Onze Ontwerpster, Kasia Wozniak
www.onzeontwerpster.nl

Alles uit dit boek mag zomaar zonder specifieke toestemming van de auteur vermenigvuldigd en verspreid worden mits voorzien van bronvermelding (naam auteur en titel boek) maar natuurlijk niet voor commerciële doeleinden – al zal dat laatste ook vast niet meevallen. :) Wil je op genoemde wijze een tekst uit dit boek, of een ander schrijfsel van me, gebruiken in een workshop of zo: no problem.

Inhoud

Voorwoord	7
Zelfherinnering	13
Inleiding	15
Deel 1 - Zoeken	17
Satsangfragmenten	19
1. Advaita	20
2. Satsang	20
3. Alle ideeën weg!	22
4. Zoeken vanuit het denken?	23
5. Problemen oplossen	29
6. Ik-gevoel	31
7. Mild zijn	32
8. Verzet	37
9. Geen conflict	38
10. Mind de mind	44
11. Emoties	60
12. Openheid	66
13. Stop	68
14. Stilte	69
Deel 2 - Wakker worden	75
Satsangfragmenten	77
1. Rechtstreekse ervaring	77
2. Eerst realisatie dan ervaring	78
3. Realiseer je absolute natuur	82
4. Je weet het	84
5. Goeroe	91
6. Ontken niet wat je bent	95
7. Beschikbaarheid en acceptatie	99
8. Realisatie = Zelfherinnering	102
9. Vrijheid hier-nu	103
10. Ruimte	107
11. Alleen maar bewustzijn	111

Deel 3 - Doorwerken	115
Realisatie en dan?	116
Leef als helden	123
Deel 4 - Het Absolute	135
Bewust van bewustzijn	135
Voorbij alles	137
Verklarende woordenlijst	140
Literatuurlijst	141
De tien fasen van het hoeden van de Os	143
Voorwoord	144
1. Het zoeken naar de Os	151
2. Het ontdekken van het spoor van de Os	152
3. De eerste glimp, het ontdekken van de Os	153
4. Het vangen van de Os	155
5. Het temmen van de Os	157
6. Thuiskomen met de Os	159
7. Os verdwenen, hoeder alleen	160
8. Os en Hoeder opgelost	161
9. Terug naar de oorsprong	162
10. Met open handen naar de marktplaats	163
In de openheid van de vraag...	167
Over Hans Laurentius	170

Voorwoord

bij de heruitgave van *Zelfherinnering – ruimte voor volledigheid*

In januari 2019, toen Kasia – mijn lief – en ik net de laatste hand hadden gelegd aan *Een handvol scherven*, kwam in Kasia ineens het idee op om een heruitgave van *Zelfherinnering* te maken. Als grafisch ontwerpster heeft ze al diverse boeken van me van gawe omslagen voorzien en de typografie en wat er verder bij komt kijken verzorgd, en ze beschikt over de kennis en software om boeken in te scannen zodat ze bewerkt kunnen worden, hoewel dat bij dit boek nog best een hoop gedoe zou worden, zo zou later na wat testjes blijken. Anyway, dit alles kwam er echter niet zo van omdat ik ondertussen bevangen was geraakt door het bestuderen van allerlei filosofische, maatschappijkritische, geschiedkundige en psychologische literatuur en vooral door Nietzsche. Dit resulteerde in een voortgezette schrijfwoede en is uitgemond in het in september 2019 gepubliceerde boek *Aan de leiband, of je eigen pad – Filosofische fragmenten over werkelijke individualiteit, Friedrich Nietzsche en andere zaken*.

Aan de aandacht ontschoten was dat Nazmiye Oral, auteur, actrice en theatermaakster, in 2018 had aangegeven zin te hebben om *Zelfherinnering*, een boek dat ze zeer waardeert, voor me in Word te zetten, dat wil zeggen: over te schrijven (!) zodat het opnieuw beschikbaar zou komen. Nu heeft Naz het nogal druk – zo schrijft ze op *dit moment*, terwijl ik dit typ, aan een film, terwijl ze er net een theatertournee op heeft zitten. Maar! Haar vriendin Minem Sezgin heeft de klus zeer nauwgezet voor haar en mij geklaard, en dát terwijl ze nog Nederlands aan het leren is. Een dubbel bijzondere prestatie dus. Salute to you, Minem!

Dus plotsklaps, op 22 juli 2019, kreeg ik een mail van Naz met daarin de direct te bewerken bestanden - in allerlei formats bovendien. Zit ik dus net de laatste punten op allerlei i's te zetten voor '*Leiband*', word ik aangenaam verrast door de kans een inmiddels 15 jaar oud boek, waarvan velen me door de jaren heen gezegd hebben het zeer te waarderen, opnieuw uit te kunnen brengen.

Kortom: Minem en Nazmiye, hartelijk dank!

Het boek zelf is begin 2004 oorspronkelijk verschenen in een oplage van 1.000 stuks, bij Panta Rhei, dat het helaas, zonder er iets qua lay-out mee te doen, op zo'n manier uitgaf dat het van binnen een tamelijk lelijk ding werd en qua pr gebeurde er eigenlijk ook niks, maar goed, ze gaven het wel uit, dat dan weer wel. Dank daarvoor. Dat lelijke binnenwerk doet vanzelfsprekend niets af aan de inhoud, maar ik ben blij dat het er nu, dankzij Kasia, veel beter uitziet.

Het idee voor het boek kwam op in 2002. Ik had blijkbaar in die periode het idee dat er weer zoiets als *De vreugde van verlichting* moest komen, een boek gebaseerd op uitgeschreven satsangopnamen, en vroeg Richard van de Waarsenburg, die toen een 'leerling' van me was, of hij dat wilde samenstellen (hij was immers uitgever en werkzaam bij een uitgeverij). In die tijd nam ik regelmatig op mijn minidiskrecorder en digitale stereomicrofoon – ja, ja, dat was toen heel modern – satsangs op en een groepje mensen was bereid wat opnames uit te typen – waarvoor ook dank – waar Richard en ik dan doorheen gingen en een selectie van maakten. Er werden ook een paar stukken door me geschreven voor het boek en Richard zette er een aantal gedichten en verzen in en wat rudimentaire afbeeldingen (die eigenlijk bewerkt hadden moeten worden door de uitgever, en me nooit echt bevielen, dus hebben we die er nu uit gelaten) en hij deed de redactie, terwijl Toine de boel corrigeerde.

Dit speelde allemaal in de eerste fase van 'de Horizonperiode' (2000-2009). Ik woonde toen met Hetty (mijn toenmalige partner – dank voor alles wat je daar deed en was, en me op allerlei terrein leerde) en onze dochters Thalia en Naomi op het terrein van Dichterbij in Ottersum in een ruim paviljoen waar 25 mensen konden blijven slapen en eten voor weekendbijeenkomsten en vijfdaagse retraites. Het liep als een trein, werd een soort tweede huis voor velen, en we hadden het er maar druk mee. Het lag ook prachtig in de beboste omgeving nabij een bijna magisch vennetje. Behalve de bijeenkomsten en sessies op de Horizon, reisde ik ook wat door het land, zoals nu nog, voor losse bijeenkomsten in Den Bosch, Nijmegen, Amsterdam en Heerenveen, etcetera. Het lijkt allemaal bijna een vorig leven of een droom, zoals ik vaak heb met 'verleden'. De wijze van uitdrukken was in die tijd net wat anders dan nu, maar de essentie is uiteraard hetzelfde. Veel termen in het boek zoals 'Zelf'

gebruik ik nu niet meer, maar in wezen maakt dat weinig uit. Ik was sterk beïnvloed door Ramana Maharshi en natuurlijk ook door Nisargadatta, en dus sluipen er dan wat termen in zoals ‘Darshan’ enzo. Never mind. De goede verstaander...

Ja, trouwens, dat is wel een dingetje: zoals bekend wordt een boek twee keer gemaakt: eerst door de auteur(s) en vervolgens door de lezer. Lezen kan trouwens consumeren zijn of een ‘scheppende daad’, zoals eigenlijk de bedoeling is. Maar ja, lezen is een kunst, net als luisteren, voelen, denken en schrijven, dat wordt weleens vergeten. Eigenlijk meestal, vrees ik... ☺.

Anyway. Ik was het idee alweer een beetje vergeten, want ik had in die tijd nauwelijks een neiging tot schrijven en was geheel gericht op levend onderricht, het runnen van een spiritueel centrum en het gezinsgebeuren natuurlijk – het lastigste deel van alles, voor mij dan... -, maar ik werd toch enthousiast toen Richard met een opzet voor het boek kwam en het leeuwendeel van het, voor mij althans, saaie voor- en nawerk wilde doen.

O ja. Mijn vriend Richard, die dus de redactie van dit boek deed en met wie ik trouwens tevens *Terwijl de merel zingt* maakte, is in het najaar van 2017 overleden. De ontwerper van de originele omslag van *Zelfherinnering* en van de omslagen en typografie van *Terwijl de merel zingt* en *Een herfstvol satsangs*, Chris Verschoor, overleed in het najaar van 2008. Vastgesteld kan derhalve wellicht worden dat met mij of voor mij aan m’n boeken werken tot de dood leidt, maar, en dat dient gezegd: niet met mij aan boeken werken natuurlijk ook.

Grappig trouwens dat ik in 2014 een keer aan de SAND-conferentie deelnam – wat bezielde me eigenlijk? – en onder andere een stapeltje laatste exemplaren van dit boek en van *Herfstvol* bij me had die ik daar aan een dame heb gegeven van een boekenkraam en met wie een gesprek ontstond tijdens een pauze of zoiets. Ze was van een of andere spiri-boekwinkel. Ze wilde heel graag een aantal van die boeken hebben voor de verkoop. De afspraak was dat ze die van me kreeg en de helft van het verkoopbedrag zou overmaken. Dat was goed. Uiteraard was ik vol vertrouwen en is er niks op papier gezet. Heb er vervolgens nooit meer

iets van gehoord, hoewel die laatste exemplaren voor meer werden verkocht dan hun oorspronkelijke verkoopprijs. Tof, die spirituele lui. Attent enzo, hihi.

Oké. Zoals ook in het voorwoord bij de heruitgave van *De vreugde van verlichting* in 2014 is gezegd, *is de tekst van dit boek geheel onveranderd gelaten* – met uitzondering van door Cecile gecorrigeerde druk- of typefoutjes, Kasia's lay-out [en af en toe een door mij toegevoegde opmerking tussen dit soort haakjes]. Een boek moet doen waartoe het bestemd is, naar mijn smaak. Het is een op zichzelf staande creatie en ik wil dat dus ongemoeid laten. De tekst dient een exacte replica te zijn en niet een 'verbeterde', 'geüpdatete' en daardoor verminkte variant (ik heb geen publicatiefobie zoals Husserl, zal ik maar zeggen). Een omgeschreven of 'geüpdatete' versie is trouwens ook tamelijk overbodig omdat mijn lezers en bezoekers genoeg lees-, kijk- en luistermateriaal voorhanden hebben dat gepubliceerd is in boeken, artikelen, columns en video's overeenkomstig de wijze van uitdrukken van de *hans-van-nu, de horizon voorbij*-versie, zeg maar ☺.

Een leuke toevoeging in deze heruitgave, als appendix, is een stuk dat ik schreef in 2001 genaamd *De tien fasen van het hoeden van de Os* dat via mijn vriend Ger weer boven water kwam. Deze uiteenzetting over de *zen*-fasen van het padloze pad lijkt ons een zinnige bonus en passend in deze editie – want ook deze tekst speelde een rol in de beginjaren van de *Horizon*periode en van mijn 'werkzaamheid', zoals vele oudgedienden zich zullen kunnen herinneren. Ger vond ook de korte tekst uit 2004 *In de openheid van de vraag*, deze is nu ook ingevoegd in het boek.

Right. Bij deze bieden we dus deze heruitgave aan en wensen de lezers ervan veel inspiratie, verheldering, vermaak en inzicht toe, en het vermogen de kunst van het lezen en verstaan machtig te zijn of worden.

Tot slot nog een gedeelte uit mijn oorspronkelijke voorwoord:

'Natuurlijk is er al vrij veel gepubliceerd over Advaita, Zelfrealisatie, ontwaken, verlichting, etcetera. Maar het mooie van het levende onderricht is dat waarheid steeds op nieuwe wijzen kan worden belicht,

hoewel zij nooit kan worden geobjectiveerd, dat wil zeggen: nooit tot object gemaakt kan worden.

De wonderbaarlijke schoonheid en verruiming van het hele ervaringsveld dat ontstaat wanneer we ons herinneren, werkelijk her-inneren wat-we-zijn, blijft een van de meest fascinerende aspecten van het leven als zodanig. Zelfontkenning en Zelfherinnering lijken de twee polen te zijn waar het om draait. De energie tussen beide polen bepaalt ons 'pad', maar dat alles vindt plaats in openheid, in een ruimte zonder enige begrenzing, zonder enig motief, vorm, voorkeur, afkeur. Ons hele pad, inclusief de mogelijkheid van ontkenning of herinnering vindt plaats in DAT. Ten diepste heeft Zelfherinnering geen tegenpool. Op het moment dat het Zelf herkend wordt als dat-wat-ik-ben, zijn alle polen verdwenen, zoals de twee vaasjes weer één vaas worden zodra je stopt met scheelkijken.

Het Zelf herinnert zichzelf conti-NU. En zo herinnert het Zelf jou eraan ook DAT te zijn. Dit ontwaken lijkt een proces op gang te brengen dat ik doorwerking of belichaming noem. In dit proces worden tal van zaken die tot nog toe het licht niet konden of mochten zien aan de oppervlakte gebracht. Zij krijgen eindelijk de ruimte, en die ruimte zelf ruimt het dan als het ware op. Opgeruimd staat netjes, zeggen we wel, maar het is natuurlijk: opgeruimd = weg.

Ik wens je een opgeruimd leven toe, vol-ledig vervuld van het ZELF.
HL – januari 2004'

Het ga je goed, veel leesplezier en ontdekkingen gewenst met deze heruitgave!

HL - januari 2020

ZELF

herinnering

ruimte voor
volledigheid

Op-RUIM-ing

Zoeken is ruimte

beperken tot je punt.

Wakker worden is ruimte en je punt zien.

Doorwerken is ruimte zijn waarin een punt verschijnt.

Beperk je niet tot de ruimte, ruim je beperkingen op.

PASSIE

Things happen.

So what?

Don't ask: "Why?"

Say: "Why not?"

Inleiding

Nieuwe uitdrukking

Toen Hans Laurentius in de zomer van 2002 vroeg of ik een boek wilde samenstellen op basis van uitgeschreven satsangs van 2001 en 2002 heb ik spontaan ja gezegd. Zo gaat dat. Je hart reageert en de rest kom je vanzelf tegen als het zover is.

Vanuit mijn achtergrond als uitgever kwamen er zaken naar voren die verband hielden met het werk. Het bekende, het verleden drong zich op. Fijn voor de mind en het gevoel, maar ik realiseerde me dat het volledig open was. Vanuit die openheid is dit boek tot stand gekomen. Het was een tocht vol ontdekkingen waarbij vanaf het begin slechts één ding duidelijk was: er werd gewerkt aan een boek.

Ondanks dat ik met teksten van Hans werkte, was duidelijk wat mijn taak was: er een goed boek van maken. Ik werkte niet met de woorden van mijn leraar maar het leven gaf via mij opnieuw uitdrukking aan zichzelf in verschillende vormen. En steeds was ik er de toeschouwer van. En ook al werd begonnen met deel 3, daarna deel 2 en 1, ik ben blijven volgen.

Op-RUIM-ing

'Zelfherinnering' is ook een neerslag van de opruiming die bij mij heeft plaats gevonden sinds ik Hans Laurentius in de zomer van 2001 leerde kennen. Die opruiming gaat intussen gewoon door. Toen ik eind jaren zestig van de 20e eeuw voor de eerste keer hoorde over astraal- en etherlichaam, ging er letterlijk een wereld voor me open. Een bijna dertig jaar durende intensieve en soms uitputtende zoektocht was het gevolg. Via het Lectorium Rosicrucianum, Barry Long, Alexander Smit bracht het leven me in contact met Hans Laurentius. Aan zijn voeten vond ik rust, ontdekte ik de ruimte die ik altijd al was. Ontkenning maakte plaats voor zelfherinnering. Want hoe kan ik anders terugkijken op een beëindigde zoektocht?

Het Zelf herinnert mij voortdurend aan wat ik ben. Daardoor herinner ik me steeds beter wat de realisatie ervan verhinderde.

In-vallen

Tijdens satsang op de Horizon, maar ook tijdens zittingen thuis, en op de fiets naar het werk, was ik steeds getuige van in-vallen: woorden, zinnen, verzen die spontaan opkwamen zonder dat ik er iets voor deed en die steeds verband hielden met het proces dat geen proces is. Tijdens satsang declameerde ik soms spontaan, steeds vaker schreef ik de in-vallen op. Een selectie is in dit boek opgenomen.

Omdat energie zich steeds anders uitdrukt bevat dit boek dus verschillende vormen: verzen, cartoons, langere teksten uit satsangs, weergave van vraag antwoord gesprekken tijdens satsang, zowel op de Horizon als in den lande.

Horizon

De Horizon is een bijzondere plek. In een nieuwsbrief versde ik eens:

Horizontaal

*De horizon geeft
de illusie van het einde.
De Horizon betekent
het einde van de illusie.*

Via de Horizon thuisgekomen op de plek waar ik nooit weggeweest ben, wordt de uitdrukking van leven in alles steeds helderder. Een niet aflatende thuisbioscoop vertoont in mij wonderlijke films in allerlei soorten en maten. De hoofdrolspeler is steeds dezelfde body/mind. Dank aan het leven dat via de vraag van Hans Laurentius de gelegenheid bood veel nieuwe filmfragmenten te bekijken waardoor ruimte weer vollediger werd. En ruimhartig, zoals het altijd was.

Richard van de Waarsenburg
Januari 2004

Deel 1 - Zoeken

Zoeken

Zoeken is niet vinden.

Vinden is niet zoeken.

Jij vindt niets.

Niets vindt jou.

Mind?

Terwijl:

hoog zet de mind in en zoekt:

ruimte stilte vrijheid openheid bewustzijn realisatie

Want:

wil bezig zijn doet moeite start weer een project

droomt zoekt het verleden zoekt weerstand maakt

plaatjes wil begrijpen vergelijkt interpreteert

verleidt maakt keuzes zweet bij ervaringen

Dus:

Ik trucs wil er vanaf labelt wijst af wil een ander gevoel

bewijst onvolmaaktheid gelooft ontkent zoekt oude kennis

leest boeken vraagt raad luistert niet probeert controleert

discussieert creëert mechanismen ja maar accepteert

niet wat er is forceert

Maar:

de mind is niet de vijand, niet de vrager, niet de doener,

niet het probleem

Mind? Persoon? Ego?

Niet jij!

Niets hoeft eraf niets hoeft erbij.

Vreugde van herkenning

vrijheid van erkenning

Extase van verandering