





**De  
Essentie  
van alle  
Wijsheid**

*de absolute  
filosofie van het leven*

*Drs. Frans Langenkamp*



*Opgedragen aan mijn vrouw Gabriele,  
zonder wier voortdurende ondersteuning  
dit boek nooit tot stand zou zijn gekomen.*

© Drs. Frans Langenkamp  
Universal Vision Consultancy  
[www.selfrealisation.net](http://www.selfrealisation.net)  
Lelystad, Nederland  
Eerste publicatie: 1 november  
Aller Heiligen 2023  
ISBN 9789403716114

**Zoals iemand  
die het Ene niet kent  
eigenlijk niets kent,  
zo kent diegene Alles,  
die het Ene  
waarlijk  
kent.**

*~ Giordano Bruno*

**Ken datgene,  
waardoor al het andere  
gekend wordt.**

*~ Brihad Aranyaka Upanishad*

**Vereer het Goddelijke  
met of zonder vorm,  
totdat je inziet,  
dat je het  
zelf  
bent.**

*~ Ramana Maharshi*

***Agyasya duhkau gamyam,  
gyasya ananda mayam Jagat.***

***Voor diegene die zijn ware zelf niet kent,  
is de wereld vol lijden.***

***Voor diegene die zijn ware zelf kent,  
is de wereld vol geluk.***

*~ Brihad Aranyaka Upanishad*

***Het doel van de schepping  
is de uitbreiding van geluk.***

*~ Maharishi Mahesh Yogi*

***Doctrina Multiplex,  
Veritas Uno.***

***Er zijn vele leringen,  
de waarheid is één.***

*~ Latijnse wijsheid uit de Middeleeuwen*

***Ekam Sat,  
Vipra bahudha vadanti.***

***De waarheid is één,  
wijzen spreken erover  
op vele manieren.***

*~ Rig Veda 1.164.46*

***Satyat naasti  
paro dharmaha.***

***Er is geen hogere religie  
dan de waarheid.***

*~ Mahabharata*

***De religie van de toekomst  
zal een kosmische religie zijn.  
Zij moet het idee van een  
persoonlijke God overstijgen  
en dogma's en theologie vermijden.***

*~ Albert Einstein*





# Inhoudsopgave

Voorwoord	12
Inleiding	14
Een universele filosofie	15
Eigenschappen van het Zijn	21
Zijn en Bewustzijn	26
Bewustzijn als creatieve intelligentie	30
Verskillende niveaus van bewustzijn	31
De vereniging van oud en nieuw	35
Het Bewustzijn Paradigma	38
Wat de wijzen onderwezen	40
De essentie van alle wijsheid in een notendop	46
<b>Tweeëntwintig versies van dezelfde universele en eeuwige waarheid</b>	<b>58</b>
Rig Veda	59
Upanishaden	64
Krishna	73
Shankara	79
Zarathustra	85
Socrates	91
Boeddha	97
Lao Tse	109
Patanjali	118
Jezus Christus	127
Meister Eckhart	136
Helena Blavatsky	147
Khalil Gibran	156
Ramana Maharshi	160
Krishnamurti	167
Maharishi Mahesh Yogi	175
Osho	194
Nisargadatta	202
Deepak Chopra	206
Louise Hay	211
Neale Donald Walsch	218
Eckhart Tolle	225
<b>De ene essentie van al het leven</b>	<b>232</b>

Laten we nu ons gemeenschappelijke inzicht in de werkelijkheid vieren **233**  
Wat het betekent om een ziener te zijn **239**  
Laten we onze inzichten samenvatten **241**  
Wat gebeurt er als we onze aandacht naar binnen richten? **245**  
Het ego lost niet op wanneer we ons ware zelf realiseren **248**  
De ware betekenis van “verlichting” **249**

## **Twaalf Strategieën voor de ontwikkeling van geestelijke gezondheid en geestelijke volwassenheid 251**

1. Stilte oefeningen **253**
2. Introspectief lichaamsvoelen – de universele techniek  
waarmee we negatieve gevoelens en emoties kunnen managen **256**
3. Verkrijg inzicht in de zeven bewustzijnstoestanden van de mens **258**
4. Verkrijg inzicht in de zeven lichamen van de mens **265**
5. Beoefen zelfwaarneming **269**
6. Leer het onderscheid kennen tussen kinderlijke ervaringspatronen  
en geestelijk volwassen ervaringspatronen **270**
7. Verzink dagelijks in gebed: communiceer dagelijks met je hogere zelf **272**
8. Ken het verschil tussen je ego en je zelf **273**
9. Neem de verantwoordelijkheid voor al je ervaringen en wees dankbaar **276**
10. Blijf zoveel mogelijk verbonden met de natuur **278**
11. Maak je vertrouwd met de filosofie van karma  
en het natuurlijke proces van reïncarnatie **278**
12. Gebruik de Gouden Regel als leidraad  
voor al je gedachten, woorden en daden **281**

## **Enkele woorden over de bronnen 287**

## **Over de auteur 287**

## **Andere werken van de auteur 288**

# Voorwoord

*Of je nu een duidelijke of onduidelijke ervaring hebt  
van de essentie van het leven, doet er niet zo heel veel toe.*

*Het leven is geen zwart-witverhaal;*

*De essentie is alomtegenwoordig  
en alles doordringend:*

***Het is het Zijn als zodanig.***

*Het Zijn is aanwezig en beschikbaar  
op alle niveaus van het bestaan:  
materieel, energetisch, fysiologisch,  
psychologisch, spiritueel en metafysisch.*

*Je hoeft maar één ding te weten:  
er bestaat een gemeenschappelijke essentie  
van jou en mij; van jou en je partner,  
van jou en je kind, van jou en je vijand.*

*Deze gemeenschappelijke essentie  
is de gemeenschappelijke bron van al onze  
gedachten, gevoelens, woorden en daden.*

*Het Zijn is zowel transcendent als immanent:  
Het staat op zichzelf en het manifesteert zich  
in alles en iedereen.*

*Het is dus voldoende als je weet:  
Ze bestaat echt, de gemeenschappelijke essentie.  
Ze bestaat echt, de gemeenschappelijke bron.  
Ze bestaat echt, de gemeenschappelijke substantie.  
Ze bestaat echt, de onveranderlijke essentie  
van de eeuwig veranderende werkelijkheid.*

*Als je met deze kennis  
in de wereld leeft en actief bent,  
zul je meer en meer doordrongen worden  
van deze waarheid, van dit aspect  
van de werkelijkheid.*

*Zo groeit het Zijn als een boom in je bewustzijn.*

*Zoek dus niet naar een scherp contrast  
tussen het relatieve en het Absolute.  
De hele relativiteit is de uitdrukking  
en manifestatie van het Absolute.*

*Als je deze waarheid intuïtief herkent,  
kun je altijd van binnen kalm en zeker zijn:*

***Je hebt het wezenlijke begrepen,  
en daardoor zal het ware, het goede en het schone  
zich steeds meer openbaren in je leven.***

*Zo word je steeds meer één  
met wat je in wezen bent:  
zuivere gelukzaligheid!  
Zo word je vredig,  
liefdevol en  
wijs.*

*Frans Langenkamp*

# Inleiding

Het is algemeen bekend dat we voor onze lichamelijke gezondheid veel goeds kunnen doen, door dagelijks gezond voedsel tot ons te nemen. Zou het niet ook zo kunnen zijn, dat we onze *geestelijke* gezondheid ook veel goeds zouden kunnen doen, door dagelijks gezond *geestelijk voedsel* tot ons te nemen? Zouden we misschien meer geluk en vervulling kunnen ervaren, indien we ons innerlijke zelf iets doen toekomen dat ons inspireert en onze geestelijke ontwikkeling ten goede komt?

Is het niet altijd de bedoeling van de wijzen geweest, om hun medemensen gezond makend geestelijk voedsel en voedsel voor de ziel aan te bieden? Is het niet altijd hun bedoeling geweest om hun medemensen in hun geestelijke, emotionele en spirituele ontwikkeling te helpen? Van nature streven alle levende wezens ernaar om gelukkig en gezond te zijn. Maar als wij aan deze behoefte willen voldoen, hebben we een zekere mate van kennis en zelfs wijsheid nodig! De wijzen waren wijs omdat zij wisten wat belangrijk is in het leven. Zij wisten wat een mens nodig heeft om gelukkig, liefdevol en wijs te worden. Zij wisten hoe we geestelijk gezond en geestelijk volwassen kunnen worden. Zij wisten wat belangrijk en essentieel is in dit proces! En hier komt het voordeel van dit boek aan het licht. Hier vind je de essentiële uitspraken van tweeëntwintig wijsheidsleraren uit Oost en West, zowel uit de oudheid als uit het heden. Dit maakt dit boek tot een schatkist gevuld met ware en nuttige wijsheid! Zuiver voedsel voor de ziel!

## In dit boek vind je twee dingen:

**1. De essentiële boodschappen van tweeëntwintig wereldberoemde wijsheids-leraren en leraressen.**

**2. De duidelijke demonstratie van het feit dat al deze wijsheids-leringen op dezelfde grondwaarheid berusten en in wezen hetzelfde betekenen.**

Ik geloof dat deze twee punten heel uniek zijn. Normaal gesproken zijn mensen gebonden aan *een* bepaalde wijsheidsleer. Dat doet hen de ogen sluiten voor andere wijsheidsleren. In onze tijd van wereldwijde en bliksemsnelle communicatie en overdracht van kennis, is het echter mogelijk geworden om vrijwel alle stromingen van wijsheid van dichtbij te bekijken en vele stromingen met elkaar te vergelijken. Dat is precies wat we hier gaan doen! **We laten de wijzen aan het woord, waarbij ze de essentie van hun leer tot uitdrukking brengen.** Door deze essentiële uitdrukkingen naast elkaar gepresenteerd te krijgen, ga je zien en beleven dat alle stromingen van wijsheid in wezen hetzelfde willen zeggen! Dit vormt de rode draad van dit boek.

**In dit boek vind je talloze universele en tijdloze inzichten, die je kunnen dienen als een dagelijkse portie geestelijke en spirituele voeding.** Door kennis te nemen van de vele uitingen van waarheid en wijsheid uit de meest uiteenlopende tradities, zul je je er automatisch bewust van worden, dat al deze stromingen voortkomen uit een gemeenschappelijke bron, en dat ze daarom *in wezen* dezelfde boodschap voor de mensheid in petto hebben.

Dit geestelijke, intellectuele en zielsvoedsel is zo rijk aan vitamines en mineralen, dat het je werkelijk kan helpen om het doel van je leven te bereiken. **Want zodra je eenmaal inzicht in de essentie van de werkelijkheid verworven hebt, en beseft dat alle mensen en alle niveaus van de werkelijkheid door deze ene essentie doordrongen worden, zul je je diepgaand geestelijk gevoed voelen, en zul je je automatisch op de snelweg naar geestelijke volwassenheid bevinden.** In de loop van dit boek zullen de kenmerken van geestelijke gezondheid en geestelijke volwassenheid uitvoerig worden besproken.

Geestelijke volwassenheid is de moderne naam voor een toestand van bewustzijn die de wijsheidsleren van vele tradities met vele namen bezingen: Verlichting, Bevrijding, Redding, Moksha, Jivan Mukta, Kaivalya, Kensho, Satori, Samadhi, Unio Mystica of als vereniging met het Goddelijke. Een bijkomend, maar groot voordeel van deze tekst is ook, dat al deze fascinerende begrippen hier eens en voor goed gedemystificeerd worden. Zo is dit boek ook een soort cursus in wat je zou kunnen noemen *Gezond Verstand Spiritualiteit*. Ik nodig je hartelijk uit om te genieten van de parels en diamanten van wijsheid die je in dit boek zult vinden, zodat je meer en meer het eenvoudige, universele, moeiteloze en steeds gelukzaliger makende pad naar de volledige ontplooiing van je innerlijke potentieel zult volgen.

## Een universele filosofie

Het leven is altijd al oneindig complex geweest, maar tegenwoordig manifesteert het zich complexer dan ooit! Door de moderne communicatie- en transportmiddelen worden we dagelijks op indringende wijze geconfronteerd met dingen die zich in verafgelegen delen van de wereld afspelen. Dit kan heel verwarrend voor ons zijn.

**De complexiteit en de keuzemogelijkheden lijken steeds groter te worden. Meer dan ooit tevoren hebben we daarom behoefte aan een kennis die ons een overzicht biedt over van de totaliteit van het leven.**

En dat is precies wat dit boek te bieden heeft. Alle mensen spreken over dit en over dat, over het een en over het ander. Het gaat altijd over dingen, mensen en situaties. Het gaat over wat er onlangs gebeurd is, of wie dit of dat gezegd heeft,

wie dit of dat gedaan heeft, of wat deze of gene wel of niet zou moeten doen. Het gaat over alledaagse dingen die ons bezighouden, en over politiek, economie, kunst, religie of wetenschap. Het gaat altijd over concrete dingen en hoe we daar mee om moeten gaan.

**In dit boek kiezen we echter een totaal andere aanpak,  
we onderbreken deze alomtegenwoordige  
gewoonte van de mens!**

**We doen hier iets heel spectaculairs,  
iets heel bijzonders, iets heel nieuws,  
ja, echt iets ongehoords ...**

**We gaan het hebben over ... de *Essentie*.  
We gaan het hebben over de gemeenschappelijke  
essentie van alles en iedereen.**

We spreken over jouw essentie en mijn essentie, over de essentie van alle mensen, over de essentie van alle dieren en planten, over de essentie van alle sterren en planeten, over de essentie van alle wetenschappen en religies. Over de essentie van alle filosofieën en kunsten. Het mooie dat daarbij spontaan aan het licht komt, is dat al deze dingen, mensen en situaties, *één en dezelfde essentie* hebben. We zullen gaan inzien dat er slechts *één* essentie van de hele werkelijkheid bestaat.

Met andere woorden, door dit boek te lezen zullen we gaan inzien dat we op het niveau van onze gemeenschappelijke essentie allen *één* zijn. Deze essentiële eenheid tussen alle mensen en tussen al wat is, heeft altijd bestaan en zal altijd blijven bestaan. **Maar omdat de meeste mensen zich alleen maar bezig houden met concrete, praktische en oppervlakkige dingen, hebben velen de essentie uit het oog verloren.** Dit gebeurt spontaan in de geest van het Engels spreekwoord: *Out of sight, out of mind (uit het oog, uit het hart)*. Maar als we onze *ene*, gemeenschappelijke essentie niet kennen, en alleen oog hebben voor de oneindige verscheidenheid der dingen, dan kan het leven behoorlijk ingewikkeld en problematisch worden.

**Met het doel, de onvermijdelijke problemen op te lossen,  
die dan ontstaan, als we ons *niet* bewust zijn  
van onze gemeenschappelijke essentie,  
hebben ontelbare wijze mannen en vrouwen geprobeerd  
om ons een eeuwig en universeel inzicht  
in de werkelijkheid te geven.**



De wijzen hebben altijd hun best gedaan om inzichten aan hun medemensen over te dragen die voor alle mensen en te allen tijde gelden. Door de eeuwen heen hebben veel mannen en vrouwen heel essentiële ervaringen gehad en diepgaande inzichten opgedaan; ervaringen die betrekking hebben op de bovengenoemde gemeenschappelijke essentie van alles en iedereen. Het lag in de tijdgeest van de laatste twee millennia om deze essentiële ervaringen in *religieuze* termen te verwoorden. Zo zijn er op verschillende continenten verschillende religies ontstaan. Vanwege de absolute aard van deze essentiële ervaringen, had elke grondlegger van een stroming van wijsheid de indruk gekregen dat “*zijn*” inzicht absoluut, eeuwig en universeel is. **De essentie van de werkelijkheid is inderdaad absoluut, eeuwig en universeel, maar elke wijsheidsleraar formuleerde zijn tijdloze en universele ervaring in de context van de respectievelijke taal en cultuur, en in de context van de heersende tijdgeest.**

Zo ontstonden veel afzonderlijke religieuze stromingen, elk in hun eigen jargon, elk met zijn eigen symboliek, zijn eigen rituelen en ethische voorschriften, zoals die voor juist handelen en dergelijke. **De grondleggers van elke religie waren er altijd van overtuigd dat zij de sleutel tot het “juiste” leven hadden gevonden.** En inderdaad, elke ware spirituele ervaring is een *kosmische* ervaring; een ervaring van eenheid, heiligheid en de heelheid van het leven!

Daarbij kwam echter al snel een probleem aan het licht: **De stichter van de betreffende religie had weliswaar een wezenlijke ervaring opgedaan, maar de mensen in zijn omgeving en zijn volgelingen stonden daar meestal ver van af!**

Een essentiële ervaring wordt gedefinieerd als een ervaring van het absolute en universele niveau van de werkelijkheid. Het wordt meestal een spirituele ervaring genoemd. **De normale waaktoestand heeft echter geen receptoren voor wat abstract, absoluut, eeuwig, essentieel, goddelijk of kosmisch (alomtegenwoordig) is.** Wat is dit essentiële, absolute en alomtegenwoordige? *Het is het Zijn als zodanig.* Als we een filosofie willen ontwikkelen die werkelijk essentieel en universeel is, dan moet zij het Zijn als grondslag hebben, want alleen het *Zijn* is werkelijk *essentieel!* (het Latijnse *esse* betekent: *zijn*)

Een filosofie gebaseerd op het Zijn is eigenlijk heel logisch en ook heel eenvoudig te begrijpen. Laten we het volgende overwegen: **Alles wat bestaat is uiteindelijk een vorm van het Zijn; een vorm die het Zijn heeft “aangenomen”.** **Alles wat bestaat is uiteindelijk een vorm waarin het Zijn aan ons verschijnt. Je zou het ook zo kunnen zeggen: Alles wat bestaat is een vorm waarin het Zijn zich heeft gemanifesteerd.** Of noch simpeler: Alles is een zijnsvorm. Wijzelf zijn ook een vorm van Zijn, een uitdrukking van het Zijn. Ik denk dat je het met me eens zult zijn, dat de mens een nogal *bijzondere* vorm

van Zijn is ... Wat ons werkelijk heel bijzonder maakt, is dat we in principe in staat zijn om over onszelf na te denken, om over onszelf te reflecteren. **We zijn in principe in staat diep in onszelf te kijken en ons bewust te worden van onze eigen essentie.**

En als we eenmaal zo “ver” zijn dat we onze eigen essentie hebben ervaren, dan opent zich spontaan een wijde horizon. Onze essentie is immers niet alleen *onze* essentie ... het is *de* essentie. Er is maar één Zijn, en als zodanig is dit *ene* Zijn de essentie van alles en iedereen!

**Dus, aangezien er per definitie maar één essentie is, hebben we de universele, eeuwige en absolute essentie van de realiteit ervaren, zodra we eenmaal onze eigen essentie hebben ervaren!**

Het Zijn is waarlijk en zonder twijfel universeel; het is alomtegenwoordig en het is Eén! Er is slechts één Zijn, als essentie en bron van de oneindig vele vormen van Zijn. Onthoud alsjeblieft eens en voor altijd dat het Zijn niet alleen een mooi filosofisch concept is, maar een werkelijkheid ... **Zijn bestaat werkelijk; het Zijn bestaat echt!** Je zou zelfs kunnen zeggen, dat het Zijn werkelijker is dan zijn manifestaties! De manifestaties van het Zijn zijn beperkt in ruimte en tijd; zij zijn tijdelijk in de tijd, en begrenst in ruimte. Elke manifestatie, elk fenomeen is vergankelijk, maar het Zijn zelf is eeuwig en onvergankelijk! **Dus als wij in staat zijn een filosofie van de werkelijkheid te ontwikkelen die gegrond is in het Zijn, dan hebben we werkelijk een universele en eeuwige levensfilosofie!**

Zijn is dus de essentie van de hele werkelijkheid. Als een filosofie van de werkelijkheid de pretentie heeft universeel en eeuwig te zijn, dan moet zij erop gericht zijn ieder mens in staat te stellen *inzicht* te hebben in het Zijn. En misschien nog belangrijker: zij moet er ook op gericht zijn ieder mens in staat te stellen het zijn te *ervaren*.

**Echte wijsheid moet erop gericht zijn, om ieder mens in staat te stellen de universele en eeuwige essentie van de werkelijkheid te begrijpen en te ervaren.**

Religies gaan er typisch van uit dat ethisch gedrag (in gedachten, woorden en daden) iemand dichter bij een spirituele, essentiële ervaring brengt. Hoewel deze opvatting bijna universeel wordt aangehangen, is zij uiteindelijk onjuist. Inderdaad, het moet gezegd worden dat het een misleidend uitgangspunt is.

Per definitie heeft een religie tot doel mensen “opnieuw te verbinden” (het Latijnse *religare* betekent: opnieuw verbinden) met de essentie, met de oorspronkelijke oorzaak, met het goddelijke. Helemaal lovenswaardig. **Maar kan dit worden bereikt door de nadruk te leggen op juist gedrag? Lukt dat met richtlijnen voor moreel handelen? De geschiedenis heeft inmiddels overtuigend bewezen dat de nadruk op moreel handelen niet het gewenste effect oplevert!** De nadruk op moreel handelen is te oppervlakkig; het reikt niet diep genoeg om een spirituele ervaring op te roepen. **Ons opnieuw verbinden met onze essentie is alleen mogelijk via de directe weg naar binnen; via stilte oefeningen, meditatie, zelfreflectie, zelfstudie. En alleen *nadat* men een spirituele ervaring heeft gehad, wordt gedrag spontaan ethischer en meer bevorderlijk voor het algemeen welzijn.**

We mogen niet vergeten dat de *oorsprong* van elke religie de spirituele ervaring van haar stichter is. Maar zijn of haar volgelingen hadden gewoonlijk geen spirituele ervaring gehad. Als “normale sterveling” konden ze hun spirituele leider slechts leren te geloven. Zonder een spirituele ervaring gehad te hebben is het niet mogelijk om te denken, te spreken of te handelen op grond van een spirituele ervaring. Elke poging om zich te gedragen volgens ideale (spirituele) normen en waarden in een normale waaktoestand, is gedoemd te mislukken. Ons gedrag is per definitie altijd een uitdrukking van onze innerlijke bewustzijnstoestand.

Helaas bieden de meeste religies geen doeltreffende methoden aan, waarmee iemand zijn essentie kan ervaren en dus een spirituele ervaring kan krijgen. **Dit is inderdaad tragisch, want zonder spirituele ervaring kan juist, ethisch gedrag zich niet manifesteren.** Ethisch en ideaal gedrag is de spontane uitdrukking van een “hogere” toestand van bewustzijn dan de gebruikelijke waaktoestand. Door zich te richten op modificaties van het gedrag in de waaktoestand, hebben religies het paard achter de wagen gespannen. De spirituele wet van het leven is gebaseerd op het tegenovergestelde principe:

**In die mate waarin we een spirituele ervaring hebben gehad,  
wordt ons gedrag spontaan juist en ethisch.**

**Het (spirituele) paard moet dus worden opgetuigd  
voor de wagen van correct gedrag.**

**Hoe meer we de ontspannen en authentieke  
ervaring van onze essentie hebben gehad,  
hoe meer ons gedrag ontspannen,  
natuurlijk en authentiek wordt.**

**Aangezien het Zijn ons ware zelf is,  
wordt ons denken, spreken en handelen  
van zelf authentiek en waarachtiger,  
naarmate we ons meer bewust worden van ons ware zelf,  
naarmate we meer gegrond zijn in ons ware zelf.**

De nadruk van *ware* wijsheid ligt daarom bij methoden en technieken waardoor de ervaring van het *Zijn* mogelijk wordt gemaakt. **Wanneer we het Zijn zelf ervaren, worden we ons er van bewust van wat het betekent gewoon te Zijn. We worden ons er van bewust dat we in *wezen* het zijn Zijn! Omdat Zijn onze essentie is, is Zijn onze ware identiteit!** Wij zijn het Zijn! Een spirituele ervaring te hebben betekent dat we ons bewust worden van ons eigen Zijn! Ons bewustzijn wordt “bewust zijn”! Ons bewustzijn wordt één met het Zijn!

**Ons bewustzijn wordt één met het  
universele, absolute en eeuwige Zijn!  
Dit is de spirituele ervaring  
die ons allen te wachten staat  
aan de bron van onze gedachten.**

Door een spirituele ervaring wordt de gewone waaktoestand verruimd en verdiept. Wanneer we ons bewust worden van het Zijn als zodanig, hebben we onze essentie ervaren en daarmee de essentie van de hele werkelijkheid. Dit is de diepste en meest *essentiële* ervaring die een mens kan hebben! Het is de diepste *spirituele* (of religieuze) ervaring die een mens kan hebben. Het is de diepste *wetenschappelijke* ervaring die een mens kan hebben. Het is de meest *intieme* ervaring die een mens kan hebben. Het is de meest *vredige* ervaring die een mens kan hebben. **Het is de ervaring die ons tegelijkertijd tot een diepe wetenschapper en een diep spiritueel mens maakt!**

Als we het eenvoudige en abstracte Zijn willen ervaren, dan hoeven we alleen maar onze geestelijke activiteit tot rust te laten komen. Om dit te doen, moeten we leren om stil te zijn van binnen. Wanneer we door dagelijkse stilte oefeningen meer en meer gewend raken aan de zuivere toestand van zijn, leren we geleidelijk aan te denken en waar te nemen vanuit de stilte van het universele Zijn. **De ervaring van het Zijn vindt plaats in een uiterst eenvoudige toestand van menselijk bewustzijn.** Deze eenvoudige ervaring van het Zijn stelt ons in staat de werkelijkheid ten diepste te doorzien en te begrijpen! In het verleden werden deze “kenners van de werkelijkheid” mystici of gnostici genoemd. Ik zou willen beweren dat het vermogen om de werkelijkheid vanaf haar essentie te begrijpen, het natuurlijke vermogen is van iemand die de toestand van geestelijke volwassenheid heeft bereikt. Wat in de verschillende spirituele tradities “verlichting” wordt genoemd, is niets anders dan geestelijke gezondheid en geestelijke volwassenheid. Maar daarover later meer.

# Eigenschappen van het Zijn

Laten we eens proberen om meer te begrijpen van het Zijn zelf, en laten we eens kijken waar dat ons brengt! Hoe meer we weten over het Zijn, des te waarschijnlijker is het dat we het Zijn persoonlijk en direct gaan ervaren. **Datgene waaraan we elke dag denken heeft de neiging zich in ons leven te manifesteren, zo luidt een oude universele wijsheid.**

Wat kunnen we te weten komen over het Zijn? **Terwijl het Zijn volkomen abstract is, stellen we vast dat het per definitie de bron is van al het concrete.** Zoals ik al zei, alles wat bestaat is een vorm van Zijn. En omdat alles *echt* bestaat, moet het Zijn ook *echt* bestaan. Zonder het Zijn, zou niets kunnen bestaan. **Hoewel het Zijn volkomen abstract is, is het een echt bestaande werkelijkheid.** Dus als we over het Zijn spreken, bedoelen we veel meer dan alleen maar een idee of een ouderwets filosofisch concept!

**En hoewel het Zijn niet iets is in de zin van iets concreets – hoewel het dus niet iets is – is het niettemin absoluut reëel.** Het Zijn als zodanig is niet alleen de abstracte essentie van alles en iedereen; het is tevens de bron en ultimatieve substantie van alles en iedereen! **Het Zijn als zodanig is geen materie. Het is niet eens energie!** *Maar het is de bron van alle soorten energie, en dus ook de bron van alle soorten materie!* Het is de essentie en oorsprong van de hele werkelijkheid. Zonder Zijn zou er niets kunnen bestaan. Alles is immers een zijns-vorm, een vorm van het Zijn. **Daarmee is elke vorm van energie, en elke vorm van materie een uitdrukking, een manifestatie van het Zijn.** Alleen al om zuiver logische redenen moeten we uitgaan van het bestaan van het Zijn. Daarom gaan we uit van het bestaan van dit abstracte niveau van de werkelijkheid.

Is dat alles wat we kunnen zeggen over het Zijn? Of kunnen we er nog meer over te weten komen? **Zou het kunnen, dat Zijn meer is dan een *passief* niveau van bestaan? Kunnen we misschien bepaalde eigenschappen van het Zijn ontdekken?** Als we aannemen dat al het bestaan een vorm is van het Zijn, zou het dan niet zo kunnen zijn, dat het Zijn niet alleen de stille, passieve *essentie* is van alles en iedereen, maar dat het ook de *bron* of *oorzaak* van de hele relatieve schepping is? Interessante vraag, vind je niet?

Aangezien het Zijn per definitie eeuwig en onveranderlijk is, kunnen we het ook gelijkstellen met wat filosofen het “absolute” hebben genoemd. Plato en Aristoteles noemden het absolute Zijn graag de “onbewogen beweging”. Ook Boeddha had duidelijk dit abstracte, universele niveau van bestaan voor ogen toen hij sprak over *Shunya*, de Leegte: het Niets waaruit alles voortkomt. Helena Blavatski noemde het Zijn graag de “oorzaakloze oorzaak”. Albert Einstein noemde de

abstracte oorsprong van alle energie en materie het “verenigd veld”, dat hij zag als het thuis van alle natuurwetten, het “veld” van waaruit de wetten van de natuur alle natuurverschijnselen besturen.

**Aangezien alles wat we in de werkelijkheid tegenkomen – elke vorm van zijn – een opmerkelijke orde of structuur vertoont, kunnen we concluderen dat het Zijn een zekere inherente orde of structuur moet hebben.** Een kosmische orde, zo te zeggen. We zouden wellicht kunnen stellen dat orde een inherente eigenschap is van het Zijn. **En aangezien het Zijn de bron is van alle vormen van zijn, kunnen we ook concluderen dat het Zijn niet alleen gekenmerkt wordt door ordelijkheid, maar ook door een oneindige creativiteit.** Schijnbaar moeiteloos produceert het Zijn alle soorten elektromagnetische straling, alle soorten elementaire deeltjes, alle atomen, moleculen, cellen, organen, organismen, individuen, samenlevingen, ecologische systemen, planeten, zonnestelsels, melkwegstelsels, en ja, zelfs het hele zich uitdijende heelal!

Dit is nog eens wat ik creativiteit noem! Een vorm van creativiteit die ook nog eens door en door intelligent en doelgericht is! **We kunnen het Zijn dus omschrijven als een veld van oneindige creativiteit en oneindige intelligentie.**

**Hoewel het Zijn onzichtbaar en abstract is,  
hebben we al meerdere eigenschappen  
van het Zijn leren kennen.**

**Laten we eens een lijst maken van de eigenschappen  
die we kunnen toeschrijven aan het Zijn:**

- Het is abstract.
- Het is niet iets.
- Het is kleiner dan het kleinste.
- Het is groter dan het grootste.
- Het is het alomtegenwoordige niets.
- Het is alomtegenwoordig.
- Het is universeel.
- Het heeft geen begin.
- Het heeft geen einde.
- Het is onveranderlijk.
- Het is eeuwig.
- Het is tijdloos.
- Het is absoluut.
- Het is identiek voor allen die het ervaren.
- Het is oneindig creatief.

- Het heeft een absolute, inherente orde.
- Het heeft een inherente intelligente creativiteit.
- Het heeft een inherente creatieve intelligentie.
- Het is de bron van de hele relatieve schepping.
- Het heeft een oneindige *potentiële* energie.
- Het heeft een oneindige inherente dynamiek.
- Het is het absolute van de filosofen.
- Het is de leegte van de boeddhisten.
- Het is de onbewogen beweger van Aristoteles.
- Het is de oorzaakloze oorzaak van Helena Blavatsky.
- Het is Einsteins “verenigd veld”.
- Het is het nulpuntveld of de vacuümtoestand van de moderne fysica.
- Het is het tehuis van alle natuurwetten.
- Het is de essentie van alles en iedereen.
- Het is de essentie van jou en mij.
- Het is de essentie en de bron van de hele werkelijkheid.
- Als zodanig is het identiek met wat in religies “God” wordt genoemd.

Hier hebben we al een aanzienlijke hoeveelheid kennis over “iets” dat niet kan worden gezien of gehoord, aangeraakt, geroken of geproefd worden. Dit is waarschijnlijk de reden waarom bijna niemand zich bezig houdt met het Zijn! Bijna niemand denkt erover na, bijna niemand praat erover, bijna niemand weet ervan, bijna niemand ervaart het, en dus is Zijn “iets” waar de mensheid zich nauwelijks mee bezighoudt. Zelfs de wetenschappers zijn van mening dat er niets met zekerheid kan worden gezegd over het Zijn. Wat jammer, want dat is helemaal niet waar! Religies geloven ook dat zij niets te maken hebben met het universele Zijn, omdat zij gewoonlijk de voorkeur geven aan een persoonlijk, cultureel bepaald beeld van God.

**Maar in dit boek willen we het hebben over het Zijn,  
omdat we vermoeden dat we op het spoor zijn  
van iets heel belangrijks – iets essentieels.**

**Is er nog iets anders dat we  
kunnen vaststellen over het Zijn? Jazeker!  
We kunnen met een gerust hart zeggen, en met zekerheid stellen,  
dat het universele Zijn drie “aggregatietoestanden” kent:**

- 1. Het Zijn op zichzelf – stil, abstract, alomtegenwoordig,  
alles doordringend, absoluut en eeuwig.**

## 2. Het Zijn in beweging – allerlei soorten energie.

### 3. Het Zijn dat een vorm heeft aangenomen – alle soorten materie.

En omdat wij zelf ook een vorm van Zijn zijn, is het niet meer dan logisch dat ook wij deze drie aggregatietoestanden in onszelf kunnen aantreffen:

**1. Het Zijn op zichzelf** kunnen in ons zelf aantreffen (bewust worden) als de bron van onze gedachten, als onze essentie, onze ware identiteit, ons ware zelf, ons bewuste zijn, in één woord: als ons bewustzijn. Het is gewoon wat we *in essentie zijn*.

**2. Het Zijn in beweging** kunnen we in onszelf aantreffen als onze geestelijke activiteit. Geest is niets anders dan bewustzijn in beweging: denken, voelen, waarnemen, verlangen, wensen, willen, onderscheiden, beslissen, dromen, fantaseren, iets goeds of slecht vinden (evalueren), oordelen enz.

**3. Het Zijn dat een vorm heeft aangenomen** kunnen we aan onszelf waarnemen als ons lichaam; een geordende, intelligente, creatieve materiële structuur.

We zien dus dat het Zijn echt heel essentieel is. In de taal van de wetenschap is het Zijn het tehuis van alle natuurwetten en de bron van alle energie en materie. In religieuze termen – als we ons bevrijden van de verschillende cultureel bepaalde Godsbeelden – kunnen we het Zijn eenvoudigweg gelijkstellen aan het Goddelijke. **God of het Goddelijke is immers per definitie de bron van alles en iedereen.** Daarom gaat elke waarlijk wijze religie ervan uit dat het Goddelijke onze *essentie* is! **Mystici uit Oost en West hebben duizenden jaren lang beweerd dat zij in essentie één zijn met het Goddelijke, één zijn met God.** Voorbeelden van deze mystici zijn er in overvloed: Jezus, Rama, Krishna, Shankara, alle leraren van de Upanishaden, Patanjali (de grondlegger van de yoga-filosofie), Rumi, Lao Tse, Boeddha, Giordano Bruno, Meister Eckehart, Eckhart Tolle, Neale Donald Walsch, Louise Hay, en vele anderen.

In de spirituele ervaringen die deze en veel andere mensen hebben gehad, wordt in de *eerste* plaats duidelijk dat er *inderdaad* zoiets bestaat als een essentie. Ten *tweede* hebben zij allen ingezien dat het universele Zijn hun ware identiteit is, hun ware zelf. **In de stilte van een ervaring van het Zijn, kunnen ook wij beseffen dat het Zijn onze ware identiteit is, ons ware zelf, en als zodanig ook de bron van ons ik-besef, de bron van ons ego.**

Het ego kan gezien worden als het centrum van onze persoonlijkheid. Het ik-



beseft komt van diep van binnen, het woont in onze ziel, het komt van ons ware Zelf.

**Het ego is dus niet in zichzelf gefundeerd,  
het heeft een bron, een fundament als zijn basis.  
Het ik-beseft van het ego is een uitdrukking van het Zelf.  
Het ego heeft zijn bron in het Zelf.**

Het *ware Zelf* is absoluut en universeel; het is het Zijn als zodanig. Het *individuele ik* kan – en moet – worden begrepen als een golf van het *Universele Ik*. Het individuele ik is als een golf van de oceaan van het Zijn, de Oceaan van Bewustzijn. **Zodra we een ervaring hebben van het Zijn, beseffen we spontaan dat wij het zelf zijn. Wij zijn het Zijn! Zijn is onze ware identiteit; het Zijn is ons ware Zelf!** Dankzij een Zijns-ervaring beseffen we, dat ons persoonlijk ik-beseft – ons persoonlijk ego – zijn bron heeft in het Zijn. Dan realiseren we ons dat we niet ons ego zijn, maar dat we het Zelf zijn. Het ego is, net als alle andere relatieve verschijnselen, een uitdrukking, een manifestatie van het universele Zelf. **Zo beseffen we dat ieder mens, ja ieder levend wezen, zijn individuele ik-beseft ontleent aan het universele Zelf!** Deze eeuwige en universele waarheid werd door Meister Eckhart op een religieus getinte wijze mooi geformuleerd. Hij placht te zeggen: “*Eigenlijk kan alleen God “ik” zeggen.*”

**Als we dieper en dieper duiken in de aard van het Zijn  
– en we kunnen dit doen door dagelijks een stilte oefening  
aan onze routine toe te voegen – dan ervaren we meer en meer  
dat ons individuele bewustzijn zich geleidelijk identificeert  
met het universele Zijn, met het universele bewustzijn.  
Ons ego wordt meer en meer bewust gevestigd in ons ware Zelf.**

Net als de hierboven genoemde mystici, kunnen ook wij ervaren dat ons bewustzijn één wordt met het universele Zijn. **Beter gezegd, we kunnen ons geleidelijk bewust worden van het feit dat ons bewustzijn in essentie een is met het universele Zijn!** Hoewel we dan ons *persoonlijke* ik-beseft hebben overstegen, ervaren we dat ons ik-beseft als zodanig *niet* verdwenen is! **Wij zelf zijn niet verdwenen! Sterker nog, ons ik-beseft heeft zich uitgebreid!** Ons ik-beseft is universeel geworden! Ons individuele bewustzijn is uitgebreid tot in het oneindige; we zijn één geworden met het kosmische Zijn! **Met andere woorden: ons bewustzijn is kosmisch geworden!**

Op dat punt aangekomen, beleven we een groot aha-moment ... ons persoonlijk bewustzijn maakt een soort kwantsprong naar het oneindige, en beseft dat het in wezen *altijd* al kosmisch is geweest! We waren daar alleen niet van bewust. We wisten dat niet! **Net als een vis die het water om zich heen niet herkent, hadden wij de alomtegenwoordige en alles doordringende aard van ons bewustzijn niet herkend!** We hadden geen flauw beseft van onze onbegrensde, ja

zelfs goddelijke essentie! In de gewone waaktoestand hadden we ons vereenzelvigd met ons sterfelijk lichaam. In een Zijns-ervaring worden we spontaan bevrijd van de identificatie met materie en ervaren we wie of wat we werkelijk zijn. We ervaren dat we bewustzijn *zijn* en een lichaam *hebben*.

## Zijn en Bewustzijn

**Met de ontdekking, dat ons bewustzijn  
in wezen universeel en kosmisch van aard is,  
beseffen we in onszelf dat Zijn en Bewustzijn  
in essentie één en hetzelfde zijn.**

Bewustzijn komt niet voort uit de elektrochemische activiteiten van onze hersenen, maar omgekeerd: de elektrochemische activiteiten van onze hersenen – en de hersenen als zodanig – komen voort uit de creatieve intelligentie van het alomtegenwoordige bewuste Zijn! De hersenen zijn begrensd in tijd en ruimte, maar het bewustzijn zelf is eeuwig, universeel en kosmisch! In de ervaring van het absolute Zijn, ervaren we de waarheid die door Shankara – de grondlegger van de oeroude Vedanta-filosofie – wordt uitgedrukt in de beroemde woorden (Zie Shankara's tekst *Brahma Jnana Valimala*, vers 20): ***Jivo Brahmaiva, na parah!*** – ***Het individuele bewustzijn is kosmisch, en niets anders!*** Hierboven hebben we al uitvoerig besproken dat het Zijn eeuwig en kosmisch is. Op dit punt zou ik willen benadrukken dat het Zijn *geen onbewust* Zijn is! **Het Zijn is zich bewust van zichzelf! Het Zijn is zich bewust van zijn eigen bestaan! Zijn is per definitie bewust zijn!** Na de persoonlijke ervaring van het Zijn, beseffen we automatisch dat Zijn bewustzijn is! **We ontdekken dat het Zijn zich bewust is van Zichzelf! Bewustzijn is een inherente kwaliteit van Zijn! Zijn is identiek aan bewustzijn!** Dus hier hebben we de uiteindelijke definitie van bewustzijn: **Bewustzijn is het Zijn dat zichzelf kent en zich bewust is van zijn creatieve en intelligente kosmische aard.**

**Zijn is bewustzijn!** Dit uiteindelijke inzicht wordt in de oeroude, Indiase vedische teksten uitvoerig behandeld. Men zou zelfs kunnen stellen dat dit inzicht het centrale thema is van de 108 Upanishaden, die alle hun oorsprong vinden in de vedische beschaving. Deze teksten trachten ons uit te leggen dat het *Zijn* identiek is aan *bewustzijn*, en dat het universele bewustzijn inherent *gelukzalig* is. Deze drie kwaliteiten, zeggen de Upanishaden, zijn onafscheidelijk van elkaar. In hun wezenlijke aard zijn ze één: Zijn, bewustzijn en gelukzaligheid. In het Sanskriet kent bijna iedere Indiër de gevleugelde woorden: ***Sat Chit Ananda*** – **Zijn, Bewustzijn, Gelukzaligheid.** Meestal wordt het vertaald als: Absoluut Gelukzaligheids Bewustzijn. Dit is dus onze diepste essentie en dus de essentie van de hele werkelijkheid!

Wanneer we dit niveau van de werkelijkheid – het niveau van *Sat Chit Ananda* – eenmaal ervaren hebben, krijgen we een uiterst belangrijk, essentieel en universeel inzicht:

**Het universele Zijn is universeel Bewustzijn.  
Bewustzijn is evenzo eeuwig en kosmisch als het Zijn.  
Er is geen verschil tussen Zijn en Bewustzijn.**

Het Zijn is zich bewust van zichzelf! **Het Zijn schenkt aan ieder levend wezen niet alleen zijn bestaan ofwel zijn *Zijn*, maar ook zijn *Bewustzijn*!** En tegelijkertijd geeft het aan ieder levend wezen het geluk dat diep in zichzelf aanwezig is. Daarom nemen we waar dat elk levend wezen zich van nature verheugt om deel van de levende wereld te zijn.

**Het leven wordt meer en meer een gelukzalige ervaring,  
in de mate waarin we onze eigen essentie, de essentie van het leven,  
en de essentie van de hele werkelijkheid ervaren.**

Daarom schrijven mystici uit Oost en West dat het Zijn wordt ervaren als zuiver, onbegrensd gelukzaligheids-bewustzijn, ook wel beatitude genoemd.

Eerder hadden we al vastgesteld, dat het **Zijn onze essentie** is, maar nu kunnen we ook vaststellen dat **Bewustzijn onze essentie is**. De Essentie van onze persoonlijkheid is universeel bewustzijn. De bron van ons ik-besef, ons ego, de bron van onze gedachten en gevoelens is het universele Bewustzijn.

**Zo herkennen we in onszelf een wonderlijke paradox: hoewel het Bewustzijn als zodanig universeel en transpersoonlijk is, is het de bron van alle persoonlijkheden!** Bewustzijn is zich per definitie bewust van zichzelf, en daarom heeft het een ik-besef. Het ego – als het centrum van de persoonlijkheid – heeft zijn essentie en bron in het onpersoonlijke en universele ik-besef. **Het ego ontleent zijn persoonlijke ik-besef aan het kosmische IK-Besef.** Het kosmische, alomtegenwoordige bewustzijn is het IK-Besef van het hele universum. We zullen ons dus eraan moeten wennen, dat het universum een zelfbewust geheel is.

Je zou kunnen zeggen, zoals de Upanishaden dat doen: **Het kosmische bewustzijn is het *Zelf* van het universum. In de Upanishaden wordt het de *Atma* genoemd. Het alomtegenwoordige *Atma* is de essentie, het ware zelf van alle wezens! De Upanishaden benadrukken dat er maar één *Atma* in het hele universum bestaat.** Alle individuele egos zijn tijdelijke uitdrukkingen van de ene eeuwige *Atma*, het kosmische *Zelf*.

**Elk individueel bewustzijn,**

**elk persoonlijk ik-besef, is een uitdrukking  
van het kosmische IK-Besef, dat eigen is aan het  
Zelfbewustzijn van het alomtegenwoordige bewustzijn.**

**Alle individuele egos zijn als golven op de oceaan van kosmisch bewustzijn!** Aangezien het kosmische Bewustzijn (door religies “God” genoemd) van nature gelukzalig is, ervaren alle egos het ware levensgeluk wanneer zij zich bewust worden van hun essentie, hun ware zelf. Elk *individuele* zelf heeft zijn oorsprong in het *kosmische* Zelf! Laten we ons eens en voor goed realiseren: **Elk *individueel* ik-besef is een uitdrukking van het *Kosmische* Ik-besef.** Elk *individueel* geluk is een uitdrukking van de *Kosmische* Gelukzaligheid. Elk individueel bewustzijn heeft zijn oorsprong in het absolute gelukzaligheids-bewustzijn – in *Sat-Chit-Ananda*.

**Dit is de diepste spirituele ervaring die we kunnen hebben. Tegelijkertijd is dit de diepste wetenschappelijke ervaring die we kunnen hebben.** Deze tijdloze waarheid kan echter niet worden ervaren in de gewone waaktoestand van bewustzijn. De waaktoestand heeft geen sensoren, geen antennes voor wat abstract, eeuwig en universeel is. De waaktoestand is gebaseerd op onze zintuiglijke waarneming en houdt zich bijna uitsluitend bezig met concrete, in tijd en ruimte begrensde dingen. **We kunnen onze abstracte essentie alleen ervaren wanneer we de activiteit van onze waaktoestand pauzeren.** Daarmee bedoel ik dat we onze geestelijke activiteit even tot rust laten komen. Dit wordt officieel mediteren genoemd. **Er is geen andere weg naar deze kosmische ervaring dan de *innerlijke* weg.** Als het woord *meditatie* voor jou beladen is met bepaalde onaangename associaties, kun je het gewoon vervangen door *stilte-oefening*. In plaats van ons uitsluitend bezig te houden met concrete en wereldse dingen, zouden we er goed aan doen ons dagelijks gedurende een bepaalde tijd bezig te houden met wat wezenlijk is.

**In plaats van onze aandacht altijd naar buiten te laten stromen,  
kunnen we het ook een poosje naar binnen richten – al is het  
maar voor 5, 10 of 15 minuten per dag.**

Zodra we onze geest de gelegenheid geven, gaat hij graag naar binnen omdat hij binnen meer vrede, rust en gelukzaligheid ervaart dan buiten! **Moeiteloos gaat de geest naar binnen, we hoeven hem alleen maar de gelegenheid te geven en hem zijn eigen tendens te laten volgen.** Dit wordt meditatie genoemd.

Dit woord komt van het Latijnse *meditare*: *Medi* betekent midden; *tare* betekent brengen. *Meditare* betekent simpelweg dat we de geest naar ons midden, naar ons hart leiden. Daar vertoeft hij graag, omdat dat gebied vredig, vrij en gelukzalig aanvoelt. In het hart voelen we dat we bij ons ware zelf zijn aangekomen, en dat is van nature aangenaam en gelukzalig. Als onze aandacht naar binnen is

gekeerd, voelt het aan als thuiskomen. Dan wordt onze rusteloze geest kalm en tevreden. En wanneer onze geest volledig stil wordt, wordt hij transparant.

**Geest is niets anders dan bewustzijn in beweging.  
Wanneer bewustzijn rustig en stil wordt,  
wordt het automatisch bewust van zijn ware aard  
en essentie: absoluut gelukzaligheids-bewustzijn.**

We kunnen geestelijke activiteit vergelijken met golven op de oceaan van bewustzijn. Als de golven tot rust komen, worden ze één met de onbegrensde oceaan.

**Dit is de essentie van elke mystieke ervaring:  
Bewustzijn wordt zich bewust van zichzelf.  
Het individuele bewustzijn ervaart  
op een directe manier dat het eeuwig,  
universeel, vrij en gelukkig is.  
Uitgedrukt in religieuze termen,  
ervaren we dat ons bewustzijn  
in essentie goddelijk is.**

Deze transcendentale ervaring is de ervaring van de Eenheid, die de bron is van alle verscheidenheid. Tijdens de ervaring van Eenheid, functioneren onze twee hersenhelften synchroon. **De wetenschapper in ons** (linker hersenhelft) **vindt zichzelf in harmonie met de kunstenaar, de mysticus, de gnosticus in ons** (rechter hersenhelft). **Onze mannelijke eigenschappen** (linker hersenhelft, intellect, ratio) **werken in harmonie met onze vrouwelijke eigenschappen** (rechter hersenhelft, gevoel, intuïtie). Kortom: tijdens deze eenheidservaring worden we “geheeld”. We zijn één geworden met ons *ware Zelf*. Wij zijn één met wat in religies God wordt genoemd.

Hier wil ik graag aan toevoegen dat het niet moeilijk is om deze ervaring te hebben. Het is eigenlijk alleen een kwestie van *ontspanning*. Door ons elke dag bewust te ontspannen, komen we na een tijdje moeiteloos en spontaan bij de innerlijke stilte terecht. Dit gebeurt volledig automatisch. We kunnen het niet tot stand brengen met onze wilskracht ... we kunnen het alleen *laten ontstaan*. We hoeven onszelf alleen maar de gelegenheid te geven om te ervaren dat het rustiger worden van binnen goed aanvoelt.

Laat je geestelijke activiteit van tijd tot tijd tot rust komen. Dan zul je ervaren dat je *geleidelijk aan* kalmer en vrediger wordt van binnen. Minder en minder gedachten houden je bezig, en je bewustzijn rust vredig in zichzelf.

**Deze Zijns-ervaring is niets spectaculairs! Het is niets sensationeels!**

## **Het is een toestand van kalmte en vrede. Het is de eenvoudigste toestand van menselijk bewustzijn.**

Als je je in de meditatie niet actief inspant om deze toestand te bereiken, zal hij zich vanzelf manifesteren – *van Zelf*. Door deze eenvoudige maar diepgaande persoonlijke ervaring, ontstaat er een nieuwe kijk op het leven en op de wereld. Er ontstaat een nieuw perspectief op onszelf. Er ontstaat een nieuwe kijk op dat wat in religies God wordt genoemd.

**Kortom, er ontstaat een nieuw wereldbeeld, een nieuw zelfbeeld en een nieuw godsbeeld ...** Hiervoor hoeven we ons alleen maar dagelijks te ontspannen, en open te staan om onze intuïtieve inzichten te herkennen.

## **Bewustzijn als creatieve intelligentie**

**Aangezien het Zijn zich bewust is van zichzelf, is het van nature creatief en intelligent. Creativiteit en intelligentie zijn immers per definitie eigenschappen van bewustzijn.** Bewustzijn, dat alle levende wezens in meer of mindere mate tot uitdrukking brengen, komt dus niet uit de lucht vallen ... het is de creatieve en intelligente uitdrukking van het alomtegenwoordige bewustzijn zelf! **De kosmische creatieve intelligentie heeft in het creatieve en intelligente evolutieproces het menselijk brein geschapen, en kan zich door middel van dit orgaan uitdrukken.**

Natuurlijk drukt de kosmische creatieve intelligentie zich niet alleen uit door middel van het menselijk brein ... **Zij is per definitie alomtegenwoordig, en drukt zich uit op alle niveaus en in alle aspecten van de schepping! Zodra we de creatieve en intelligente aard van het kosmische bewustzijn leren kennen, vinden we het logisch dat we intelligentie en creativiteit overal aan het werk zien.** Elk atoom is immers intelligent en creatief. Elke cel is intelligent en creatief. Elk organisme is intelligent en creatief. Elk dier is intelligent en creatief. Ieder mens is intelligent en creatief. Elke samenleving is intelligent en creatief. Elk ecologisch systeem is intelligent en creatief. Elke planeet is intelligent en creatief. Elke ster is intelligent en creatief. Elk sterrenstelsel is intelligent en creatief. Elk universum is intelligent en creatief, ja, het hele multiversum is intelligent en creatief.

**Nu begrijpen we – misschien voor het eerst – waar de intelligentie, de ordelijkheid en doelgerichte creativiteit van de natuur vandaan komt: uit het Zijn! Uit het kosmische, bewuste Zijn!**

De eerder genoemde reeks eigenschappen van het Zijn, kan dus ook zonder meer aan bewustzijn worden toegeschreven! We hadden al eerder vastgesteld dat Zijn identiek is aan bewustzijn. **Het hele universum kan alleen worden begrepen**