

# Introductie

Dit boek verwijst naar de waarheid, naar wie jij werkelijk bent. Als je oprecht hebt gezocht en verlangd naar 'ontwaken' of 'de waarheid', laat dit boek jou dan wijzen op wie je werkelijk bent. Dit boek gaat over het einde van de zoektocht. Het is niet de zoveelste traprede op weg naar een steeds verder liggend einddoel. Het bevat geen advies over het leven of over hoe je je goed kunt voelen. Het is een boodschap van meedogenloze compassie. Als je nog steeds op zoek bent naar een goed gevoel in plaats van naar kennis van de waarheid dan is dit boek niet voor jou bestemd. Mijn doel is niet om jou te helpen. Als je dit boek leest, zal ik je simpelweg vernietigen.

En wie ben ik? Ik ben jou. Ik ben het leven zelf. Ik ben wie jij bent, voorbij wie je denkt te zijn of gelooft te zijn. Er is geen scheiding tussen ons, tussen lezer en schrijver. Besef dit voordat je verder leest. Besef dat wat hier geschreven is, door jou geschreven is. Je weet dit al. Ik wijs je op wie je bent voorbij ieder denkbeeld van de 'jij' die om bepaalde redenen heeft besloten dit boek te lezen. Je speelt een rollenspel waarin je bent vergeten wie je bent. Dit boek herinnert je op een subtiele manier

aan jezelf. Een vriendelijke stem: “Hallo! Hier ben ik!” Het vereist enkel en alleen de moed om dit werkelijk te erkennen.

Zeggen dat je de waarheid wilt ontdekken is eenvoudig, maar je zult misschien niet meer zo vastberaden zijn wanneer je doorziet dat de waarheid niet simpelweg een ervaring van liefde en vrede is. De herkenning van wie je bent zal je beroven van je diepste gekoesterde ideeën, overtuigingen, hoop en dromen. Het zal het beeld van jezelf en je leven op zijn kop zetten.

Misschien zal het lezen van dit boek onvoorstelbaar bevrijdend voor je zijn, of juist enorm uitdagend. Geen enkele reactie is goed of fout. Het is zoals het is. De boodschap van dit boek is behoorlijk radicaal en niet iedereen staat daarvoor open. Misschien vind je de zoektocht eigenlijk wel veel te fijn om ermee te stoppen, ondanks dat je zegt de waarheid te willen kennen. Hoe moet je je redden zonder deze spirituele zoektocht? Hoe anders moet je je voorzien van zulke verslavende hoogten en dieptepunten? Wees eerlijk. Als deze boodschap niet aan jou is besteed, doe dit boek dan nu dicht en leg het weg.

Als je nog doorleest, vraag jezelf dan af of je bereid bent te sterven voor het kennen van de waarheid. Niets minder dan dat is vereist. Om de liefde te leren kennen die jij bent, moet de ‘jij’ zoals je jezelf kent – je ego – sterven. Dit is niet de dood van het lichaam. Het is een sprong in het onbekende. Het is het laatste wat jij zult doen voordat je niet meer bent. Het is niet langer een onschuldige verkenningstocht, niet langer slechts een spelletje van woorden en concepten.

Ware liefde vereist niets minder dan volledige overgave. Opgaan in liefde is volledige overgave. Het is het besef dat geen ervaring, geen concept, geen interpretatie, geen toestand, geen conditie en geen persoon jou de liefde kan geven waarnaar je verlangt. Het betekent het einde van dat alles. Heb je nog niet genoeg van het altijd maar rondrennen op zoek naar een plek van rust, naar een permanente oplossing voor al jouw problemen en al jouw lijden? Geef het allemaal op en rust simpelweg uit. Laat het allemaal los. Laat je vallen in niet-weten, nooit-weten, nooit-vinden. Niets om je aan vast te houden. Besef je nog niet dat je het antwoord niet zult vinden? Het is onmogelijk om die rustplaats, die permanente vrede, te vinden.

Je bent al die tijd op zoek geweest naar rust in een wereld vol gebeurtenissen, een wereld die nooit ststaat. Je hebt gezocht naar wie je bent in een wereld met eindeloos veel identiteiten. Je hebt gezocht in je gedachten en in je verbeelding. Je hebt geprobeerd om jezelf te leren kennen via een leven van eindeloze reflecties en interpretaties. Zoveel vragen, maar geen echte antwoorden. Heb je niet gemerkt dat zodra je denkt iets te weten of een puzzel te hebben opgelost, er steeds iets met je gebeurt wat het inzicht ondermijnt en jou laat zien dat je eigenlijk helemaal niets weet? Steeds zodra je denkt het antwoord op een vraag te kennen, verschijnt wel weer iemand met een beter antwoord. Er komt geen eind aan deze antwoorden die geformuleerd zijn door het denken. Hoe lang laat je je er nog door verleiden? Hoe lang ga je nog door met geloven in gedachten in plaats van geloven in wat je echt weet? Hoe lang ga je nog door met

het verraden van de ware kennis die in je hart leeft? De moed om op te komen voor jouw ware kennis van de waarheid, wat er ook gebeurt, is de moed waarop ik doel. Dat is wat 'ontwaken' werkelijk betekent. Ontwaken tot wie je werkelijk bent.

Wie jij bent, is het leven zelf. Het leven dat leeft, ademt, is. Maar zodra je het probeert op te sporen, te beperken of te identificeren wordt het een eindeloze zoektocht. Dat is natuurlijk wel wat iedereen op een bepaalde manier probeert te doen. Mensen lijken zich veilig te voelen vanuit het idee dat ze begrijpen wat er gebeurt, waarom het gebeurt en hoe alles werkt. Hoe frustrerend het ook is, de bron van het leven of wie je werkelijk bent, kan niet worden opgespoord of op wat voor manier dan ook worden begrepen. Zodra je jezelf probeert te vinden, vind je slechts frustratie. De paradox is dat het leven speelt dat het vastomlijnd en identificeerbaar is. Het leven doet alsof het geïdentificeerd is met deze persoon hier, maar wanneer ik oprecht en eerlijk op zoek ga naar wie 'ik' ben, vind ik niemand. Wat een speelse paradox!

Jij weet al dat je onbegrensd bent. Jij weet al dat je niet afgescheiden bent, dat jij het geheel bent – dat je het leven zelf bent. Misschien herken je dit als het vage besef dat alles een soort grap is, een groots toneelstuk. Misschien herken je het als een gevoel van de zinloosheid of absurditeit van alles wat we doen. Maar hoe het besef zich ook uit, het wordt vaak over het hoofd gezien tijdens de zoektocht naar iets buiten jezelf of naar bijzondere ervaringen. Het eenvoudige, kinderlijke besef wordt overschaduwd door de ernst van het zogenaamde

‘echte leven’. Je gaat door met de zoektocht en met het leven van je leven, intussen het besef negerend wat jou toefluistert wie je werkelijk bent. En op die manier speelt het leven het paradoxale spel van het zoeken naar zichzelf. Wanneer komt het juiste moment om uit dit alles te ontwaken? Als je blijft geloven dat je je op een spiritueel pad bevindt, zal je overtuigd blijven dat ‘ontwaken’ iets is wat ooit in de toekomst zal gebeuren. Je ziet de eenvoud van het hier en nu over het hoofd.

Genoeg! Het is nu tijd om te ontwaken en vast te stellen dat jij de liefde bent waarover je altijd hebt gehoord. Jij bent liefde. Jij bent leven. Het is tijd om naar dat innerlijke besef te luisteren. Dit boek ondermijnt de aannamen die je ter bescherming van jezelf hebt opgebouwd. Zie hoe deze muren afbrokkelen. Misschien is het angstaanjagend, maar zou het niet angstaanjagender zijn om je hele leven te hebben geleefd zonder ooit te hebben geluisterd naar jouw ware kennis?

Wat hier is uitgedrukt gaat niet over woorden. Het is geen filosofisch spel. Het is een kwestie van leven of dood. Totdat je de grap doorziet, is het echt zo serieus. De woorden van dit boek zouden eindeloos kunnen worden geanalyseerd, maar daarmee zou je over het hoofd zien waar deze woorden werkelijk naar verwijzen. De aard van het denken is om concepten te vergelijken en woorden te vergelijken, maar dit is geen zwaarwichtig, intellectueel boek. In werkelijkheid verwijst dit boek simpelweg naar wie jij bent op een manier die het intellect te boven gaat. Schrijver en lezer worden één. En vanuit deze samensmelting wordt de betekenis van dit boek vanzelfsprekend.

*“Geloof niets omdat je het hebt  
gelezen in een boek. Geloof niets  
omdat iemand anders heeft gezegd  
dat het zo is. Geloof niet in  
woorden omdat ze door traditie  
zijn geheiligd. Vind zelf de  
waarheid... Dat is realisatie.”*

*- Swami Vivekananda*

*“Voor de oprechte zoeker is het opvangen van een glimp van deze mogelijkheid niet genoeg. Als je oprecht bent, vind je in jezelf de mogelijkheid om hier ver voorbij te gaan. Je zult in jezelf de moed vinden om het bekende los te laten en een diepe duik te nemen in het onbekende hart van een mysterie dat jou terugroept naar zichzelf.”*

*- Adyashanti*





# Verlangen

*“In jou verlies ik mijzelf. Zonder  
jou is er keer op keer de behoefte  
om mijzelf te verliezen.”*

*- Onbekend*

Als je daadwerkelijk voelt, dan voel je liefde. Diep vanbinnen, in alle oprechtheid, weet je dat je liefde bent. Liefde is openheid. Iedereen verlangt naar deze openheid. Jij bent deze liefde. Jij leeft als liefde. Jouw hele lichaam verlangt ernaar om vanuit openheid te leven, om te leven als liefde. Wie jij werkelijk bent is liefde. Deze liefde heeft geen naam, geen vorm, niet eens een gevoel. Het is dat wat je al bent, zonder dat je hiervoor enige moeite hoeft te doen. Jij bent liefde. Liefde is niet aan enige voorwaarde, ruimte of tijd gebonden. Liefde weet niet wat er staat te gebeuren of waarom iets gebeurt. Liefde is vrij. Jij bent vrij. Jij bent vrijheid zelf.

Maar ondanks dat gedraag je je alsof je in de gevangenis zit. Misschien ben je ervan overtuigd dat er een probleem is, dat er iets mist. Of je hebt het gevoel dat je niet volledig genoeg leeft. Je onderdrukt je ware gevoel-

lens en verlangens en hebt allerlei ideeën over hoe je je zou moeten voelen of gedragen. Misschien ben je ervan overtuigd dat je vastzit in bepaalde gedragspatronen. Misschien heb je denkbeeldige muren opgetrokken die spanning in je lichaam veroorzaken vanuit een poging om veiligheid en bescherming in je leven en je relaties te creëren. Ook al lijken die muren soms nuttig, vaak verlang je ernaar om erdoorheen te breken en naakt over straat te rennen! Je verlangt ernaar om zonder zorgen te leven. Om vrij te leven in liefde. Om uit te drukken wat in je hart leeft. Om je over te geven aan de volle passie van het leven. Om de liefde die je kent te voelen en ervaren. Om zo vrij als liefde te worden.

Wat is dit voor krankzinnige tegenstelling? Jij beseft, diep vanbinnen, dat je liefde bent, en ondanks dat leef je alsof dit besef je vreemd is. Waarom doe je dat? Waarom leef je alsof je beperkt en begrensd bent, terwijl je in werkelijkheid onbeperkte, onbegrensde, overvloedige liefde bent? Natuurlijk zijn er allerlei verklaringen te bedenken voor het feit dat het leven dit spel van vergeten en herinneren speelt. We kunnen opperen dat het leven zichzelf wil ervaren, zichzelf wil kennen, en dat dit alleen mogelijk is door zich te begrenzen tot een specifiek aspect of onderdeel. Het leven kan zichzelf op die manier ervaren als een persoon of een ding, terwijl het zichzelf niet kan ervaren als oneindige leegte. Maar welke theorie we ook verzinnen, het enige dat we echt weten is dat het is. Dit is de tegenstelling, de paradox. Het leven speelt het spel van zichzelf vergeten om vervolgens naar zichzelf te verlangen, zichzelf te zoeken en zichzelf te hervinden als de bron van het spel zelf.

Vanuit de herinnering van wie jij eigenlijk bent, besef je dat er eigenlijk helemaal geen tegenstelling is. Het leven is totale eenheid. Maar zolang deze herkenning er niet is, gaat het spel van individualiteit door. Dit is het verlangen.

Het besef van individualiteit, van verlangen naar eenheid, kan een erg ongemakkelijke en pijnlijke ervaring zijn. Het veroorzaakt een rusteloosheid en de neiging om dit eindeloze gat op te vullen met dingen die het ongemak voor even verzachten. Dat kan chocolade, alcohol, drugs, seks zijn, maar zelfs – of misschien juist – ook een spiritueel boek of activiteit. Je ervaart voor even een goed gevoel, maar daarna verdwijnt het gevoel weer en begint het verlangen opnieuw. Misschien ga je ergens op retraite en geniet je van een mooie ervaring vol rust, maar wanneer je daarna weer terugkeert naar het normale leven, kruipen de rusteloosheid en het gevoel iets te missen langzaam weer terug.

Sommige activiteiten geven je inzicht in bepaalde aspecten van je leven. Misschien leer je meer over jezelf en herken je meer van de onbewuste patronen die jou lijken te beperken. Maar ook al is dat fascinerend en werkt het voor even bevrijdend, in werkelijkheid komt er geen eind aan het uitdiepen van je levensverhaal. Hoe meer je bovenhaalt, hoe meer er nog onder de oppervlakte blijkt te liggen. Dus ook al ontdek je meer en meer over wie je denkt te zijn, het verlangen om jezelf werkelijk te kennen gaat niet weg. Sterker nog, de zoektocht naar jezelf lijkt juist gedreven te worden door dit ongemakkelijke en tegelijkertijd verslavende gevoel van verlangen.