

DE ZIJNSREVOLUTIE

door Han Marie Stiekema

Hoofdstuk 1: Voorspel

1. „Ik ben die Ben" is de Zelfervaring van een ieder die tot het Zijn gekomen is. Zoals bekend deed Jezus deze uitspraak. De tragiek van het Westen is, dat de patriarchale kerk deze „existentiële grond van het bestaan" alleen tot zijn „stichter" beperkte en ten bate van zijn eigen machtsuitoefening alle andere mensen ervan buitensloot. Het was hierdoor, dat reeds tijdens het leven van Jezus de „innerlijken" - Maria Magdalena, Thomas, Jozef van Arimathea - door de „uiterlijken" - Petrus en zijn aanhangers - bestreden en geïsoleerd werden. Een strijd die steeds openlijker werd en culmineerde in de veroordeling van alles wat naar Zelfverwerkelijking „riekte", het laatste dat door de gnosis werd gepropageerd. Kerk en gnosis waren rivaliserende richtingen, waarbij de laatste het onderspit moest delven. Vanaf die tijd was het jeZelf-zijn een taboe voor elke sterveling. Innerlijke kwaliteit moest het veld ruimen voor „zieltjes winnen", aangezien dit in het belang van het instituut kerk met zijn expansiedrift was. Dit in tegenstelling tot bijvoorbeeld het Boeddhisme, waarin het kwaliteitsbeginsel altijd prioriteit heeft gehad over de kwantiteit. Uit puur opportunisme veroordeelde de kerk in de eerste eeuwen n.Chr. Montanus, die de voortdurende openbaring, als doorgaande innerlijke vernieuwing, voorstond - de voorwaarde voor elke levende religie - en Donatus, die van de priester persoonlijke heiligheid eiste.

2. Hoe liet de vroege kerk zich hierdoor reeds in de kaart kijken: innerlijke kwaliteit was niet gevraagd, alleen functionarissen, die zonder enige innerlijkheid slaafs de regels van het instituut dienden op te volgen. Een ieder die daarentegen het Goddelijke in zichzelf herkende en daarvan openlijk sprak, riskeerde vervolging, veroordeling en terechtstelling. Deze tot „ketter" van de „ware leer" bestempelde mensen zijn in feite de geestelijke adel van onze cultuur. De Broeders en Zusters van de Vrije Geest, Meester Eckhart en bijvoorbeeld de Katharen zijn daarvan het grote voorbeeld. Zelfrealisatie vormde de kern van het ketter-zijn. De kerk verhinderde met hand en tand deze „nieuwe mens". Het „Ik maak alles nieuw" was alleen voorbehouden tot degene die door de kerk als „eniggeboren zoon van God" was uitgeroepen. Alleen diegenen - mystici - die de *tijdelijke* vereniging met „God" nastreefden, werden door de kerk gedoogd. Immers, ondanks hun „ervaringen" claimden zij geen nieuwe (goddelijke) identiteit, bleven zij in de grond hetzelfde: hulpeloze schepselen, overeenkomstig de leer van de kerk. Om binnen die leer te blijven, hebben tallozen van hen zich in de meest vreemde bochten moeten wringen. Soms lukte dit dan ook niet. Zelfs de meest beroemden - Hadewych, Ruusbroeck, Johannes van het Kruis en talloze anderen - ontkwamen ter nauwernood aan de veroordeling.

3. Naast deze „Zijns mensen" werden ook diegenen, die een diepe verbondenheid met de natuur beleden - de heidenen - door de kerk genadeloos vervolgd. De natuur werd als de tegenstrever, als satan in eigen persoon voorgesteld, de „zonden van de natuur" tweeduizend jaar lang in gruwelijke bewoordingen en als afschrikking de gelovigen voorgehouden. Veelal

stuitte de „bekering" van de heidenen echter op grote weerstand en kon alleen dwang het gewenste effect sorteren. Talloze middeleeuwse koningen en keizers waren (in dit opzicht) slechts stromannen van de kerk, op wiens instigatie hele volken - vaak met geweld - werden onderworpen. Karel „de Grote" werd niet voor niets in zijn eigen tijd reeds „Saksenslachter" genoemd. Kruistochten - niet alleen tegen de Islam, maar ook tegen de „eigen" Christenen als de Katharen - en de Inquisitie deden de rest. Het gevolg was, dat na vele eeuwen vervolging en uitroeiing, de kern van spiritualiteit van het Westen was vernietigd. Het „jeZelf-zijn in verbondenheid" - de eenheid met het Goddelijke en de natuur als existentiële Ervaring, Zelfverwerkelijking - dat wat de grond van het leven uitmaakt, was de mens daarmee ontnomen. In de plaats daarvan kwam de identificatie met een heiland, een boodschap, het dogma en de kerk. Het moest de existentiële angst en leegte opvullen, een vacuum dat de kerk eerst doelbewust had gecreëerd. Deze had de mensen het Zelf ontnomen in ruil voor de (gedwongen) identificatie met een geloofssysteem, de Werkelijkheid ingeruild voor een surrogaat, het Zijn ingeruild voor het hebben. Hierdoor was het lot der spiritualiteit van het Westen bezegeld, een klap die het nooit meer te boven zou komen. Het gelamenteer van de kerk over „de secularisatie" is dus wel heel hypocriet. Niet („wereldse") krachten van buitenaf, maar die van binnenuit - de eigen innerlijke verloedering - zijn er de oorzaken van geweest. Met het verdwijnen van dit machtsinstituut, is de nalatenschap op wel zeer schrijnende wijze aan de oppervlakte gekomen. Na tweeduizend jaar Christendom blijkt de innerlijke armoede van de Westerse mens ongeëvenaard en de honger naar spiritualiteit overeenkomstig.

Hoofdstuk 2: Zijnsbesef

4. Er zijn twee soorten besef: gewoon besef en Zijnsbesef. Het eerste wordt reflectie genoemd en is het vermogen na te denken over jezelf, je gedachten, emoties en ervaringen. „Ik besef, dat ik gisteren iets verkeerd gedaan heb" drukt uit wat ik hier bedoel. Terwijl je met dit besef een „zekere afstand" hebt ten opzichte van jezelf, blijft het tegelijkertijd onderdeel van je denken. Reflectie is altijd actief, het geeft commentaar, oordeelt, interpreteert en calculeert altijd over iets dat ofwel geweest is of nog komen moet. Dit besef is altijd „secundair", aangezien het buiten het moment, het Hier en Nu staat. Er is geen direct contact met wat je denkt op het Moment, dat het zich voordoet. Je kunt op het object van reflectie geen invloed meer uitoefenen, je er hoogstens achteraf over bezinnen of er vooraf op anticiperen. Je zelf onttrekt zich totaal aan jouw controle.

5. Met de reflectie zit je in je hoofd, het vergt energie en je moet opletten, dat je niet doordraait of in piekeren verzandt. Zijnsbesef daarentegen is besef van je diepere Zelf, dat wat je in Wezen bent. In plaats van onderdeel van het denken te zijn, ben je er juist uitgestapt. Met Zijnsbesef heb je je buiten alles wat er in je omgaat geplaatst, dusdanig dat je dit kunt waarnemen, zonder er Zelf door beroerd te worden. Het is de overstap naar een nieuwe innerlijke dimensie - de bewuste aandacht - iets wat je daarvoor niet kende. Jij - de waarnemer - kijkt, terwijl alles door je heengaat. Het gaat hier om het *zien*, niet om *wat* je ziet. Je realiseert je, dat met dit Zien - het Zijnsbesef - een nieuwe identiteit, een nieuw ik geboren is. Allerlei processen blijken geen greep meer op je te hebben, ze gaan nu vrijelijk door je heen. Er is hier sprake van vrijheid niet *voor* het zelf, maar *van* het zelf. De stap hiertoe was discontinu, de sprong van het gevangen zijn in gedachten, emoties en verlangens naar de nieuwe dimensie van het Zijn.

6. Jij bent in gedachten of de gedachten zijn in Jou, daar gaat het hier om. Het kenmerkt zich door een nieuw innerlijk centrum met corresponderende stabiliteit, helderheid van geest, (uiteindelijk) leegzijn van gedachten, liefdevolle aandacht voor je omgeving en vreugde. Je bent in spirituele zin een herboren mens. Het oude is er nog wel, maar is van het centrum naar de periferie versprongen. Waren vroeger je gedachten „binnen”, ben je nu Zelf je innerlijk geworden, terwijl je gedachten je buitenkant, je schil geworden zijn. Met dit nieuwe gewaarzijn ben je in het Moment beland, dusdanig dat je bewust bent van wat er in je omgaat, *op hetzelfde Moment, dat het zich aan je voordoet*. Er zit geen tijdsverschil tussen de waarnemer en het waargenomen. Je kijkt ernaar, je bent er altijd „tegelijkertijd bij”. In de praktijk blijkt dit enorme consequenties te hebben. Immers, alleen het Moment zelf is in staat gedachten, emoties en verlangens te transformeren. Zijnsbesef als de overstap van onbewustheid van het ik naar het Zelf is de meest fundamentele stap in je innerlijke emancipatie. De „rest”, alles wat erna nog komt (of niet), is niets anders dan de verdieping, de verruiming van wat er Nu Is.

Helder van geest, een groot hart, (zacht)moedig en kloek

7. Tegelijk met deze stap is de Zijn-hebben relatie helder geworden. Voor het eerst in je leven - of misschien voor de tweede keer sinds je kindertijd - realiseer je je dat Zijn de kern van de persoonlijkheid uitmaakt. Degene die je dacht te zijn is vervangen door degene die je werkelijk Bent. Het zelfbeeld, dat wat daarvoor was, blijkt nu niet wezenlijk te zijn, maar een op overleven „geconstrueerd ik”. Het krijgt de plaats toegewezen die het toekomt: aan de periferie. Je realiseert je bovendien, dat je je innerlijk leegte - de afwezigheid van Zijn - je hele leven lang dwangmatig met „hebben” hebt opgevuld. Niet alleen met „functioneel hebben”, de gerechtvaardigde behoefte aan basislevensvoorwaarden zoals eten, drinken, kleding, een dak boven het hoofd, liefdevolle aandacht, genieten, interactieve sociale contacten, gemeenschap en bijvoorbeeld de mogelijkheid om te leren, je te ontwikkelen, maar ook met „niet-functioneel hebben” in de zin van oppotten van een teveel. Omdat je niet van binnenuit gevoed werd, probeerde je je gebrek voortdurend te compenseren door dingen van buitenaf.

8. „Hebben” groeide zo van functioneel hebben naar een verslaving. Eerst van materiële dingen als geld, een tweede huis, een nieuwe auto en dure vacaties, maar ook van niet-materiële dingen als sex, partners, macht en uiteindelijk ook „spiritualiteit”. Evenals de eerste categorie werd ook de tweede aan je bezit toegevoegd, dusdanig, dat je hele leven uit bezitsverhoudingen kwam te bestaan. „Hebben als bestaanswijze” (E.Fromm) werd zo overheersend, dat je lange tijd niet beseftte, dat er buiten het hebben nog „iets anders” bestond. Terwijl je hebberige ik onveranderd centraal bleef staan, fleurde je je leven op met aspecten die het bestaan meer kleur gaven. Zonder wezenlijk ook maar voor ene cent veranderd te zijn, werden allerlei „spirituele waarden” aan je leven toegevoegd, op dezelfde manier, zoals je je vroeger materiële dingen had eigengemaakt.

Alleen als je hebt, ben je iemand in deze maatschappij

Innerlijke Gespletenheid

9. Helaas kom ik nogal eens mensen tegen, die volgens twee maten leven. Hun persoonlijkheid is opgedeeld in een „pragmatisch” en een „idealistisch” deel. Het eerste is zakelijk georiënteerd, terwijl het tweede deel zich „spiritueel” voelt. Dit kan „innerlijke

gespletenheid" worden genoemd. Je treft het aan bij diegenen, die zowel voordeel van het een als van het ander zoeken. Het probleem is zo oud als de mensheid zelf. Voortdurend doken er dualistische systemen op, waarin „geest" en „materie" als twee afzonderlijke dimensies werden beschouwd. Zij werden zó uit elkaar gehouden, dat het een geen contact had met het ander. Gewoonlijk trof je dit alleen in filosofie en religie aan. Helaas is tegenwoordig dezelfde idee erg populair bij diegenen, die noch de voordelen van een luxelevens, noch die van een spiritueel imago willen missen. Hun leven is in twee delen opgesplitst die elkaar prima aanvullen. Het is situationeel. Zijn zij met zaken bezig, dan gelden de regels van de (kei)harde zakenwereld, terwijl in de persoonlijke sfeer „liefde en harmonie" de overhand hebben. Het is het verschil tussen de ware en de pseudo-mens. De eerste is onbaatzuchtig vanuit het Hart met weinig persoonlijke behoeften, terwijl de ander het tegendeel is: van binnen materialistisch met een „spirituele" façade naar buiten toe. De laatsten profiteren dus dubbel: van hun „heiligheid" en van hun geld.

10. De ramp is natuurlijk, dat door het uit elkaar houden van spiritualiteit en materie, deze geen kans hebben elkaar ooit te ontmoeten, noch te bevruchten. In werkelijkheid doordringt het Zijn echter de materie, waardoor het laatste wordt getransformeerd. Materie bevindt zich in de ruimte van het Uiteindelijke. Zij zijn op een intieme manier met elkaar verbonden. Ophopingen worden in de ruimte voortdurend afgebouwd, vernietigd en weer opgebouwd. Hou je je daarentegen vast aan de materie, kan er geen regeneratie plaatsvinden. Innerlijke vernieuwing is dan illusie. Het is pseudo-spiritualiteit. Deze is schizofreen, vals, steriel, onvruchtbaar en zonder betekenis. Het schaadt de zaak van het Zijn omdat het iets suggereert wat het niet is. Het creëert stagnatie in plaats van vooruitgang. En wat het ergste is: Met de ene hand „opbouwen" wat de andere hand vernietigt, de pretentie van mededogen met de medemens, het begaan zijn met het lot van de wereld, terwijl je er tegelijkertijd hard aan werkt om diezelfde wereld nog verder het moeras in te helpen.

Goeroe's die hun volgelingen het Zijn (Licht, vrede etc.) voorhouden, zonder op de consequenties voor het hebben te wijzen, zijn valse profeten

11. JeZelf-zijn - Zijn - heeft verregaande gevolgen voor het hebben. Het is zo fundamenteel, dat je „aan het hebben het Zijn herkent". Immers, het Zijn - niet als filosofische abstractie, maar de levende Realiteit - is dermate vervullend, dat de obscessie van het hebben wegvalt. Het teveel wordt nu niet meer als rijkdom, maar als last beschouwd. Wat is de zin van het meezeulen van zoveel ballast, als het je niet meer gelukkig maakt? Nu is je zorg niet meer het hebben, maar dat het hebben het Zijn, je ware bron van geluk niet meer vertroebelt. Je doorziet het „hebben als bestaanswijze", dat het hele leven doorwoekert. Het Zijn zuivert nu van binnenuit het hebben uit. Alles wat het Zijn overschaduwde of in de weg staat, wordt opgeruimd. Hebben komt in dienst van het Zijn te staan. Afhankelijk van je situatie kan dit verschillende gedaanten aannemen. Vast staat, dat wanneer je tot het Zijn gekomen bent, het hebben een andere functie krijgt. Je onderkent je verantwoordelijkheid door óf niets (van het teveel) te willen hebben, óf de rijkdom die je hebt in dienst van het Zijn te stellen. Geven krijgt een radicaal-nieuwe betekenis. Was het vroeger een aanslag op je bezit (het hebben dat je was), nu ontdek je dat ieder geven je dichter bij jeZelf brengt. Geven als ontleding om tot je Kern te komen, het afbouwen van de schil van het hebben wordt een vreugde waar je nooit genoeg van krijgt. In het verlengde daarvan is de nieuwe vrijheid de vrijheid tot een nieuwe morele verplichting.

„Ontwaken tot het Zijn" is de oproep, de belofte en de vervulling, die in een ieder verborgen ligt

12. Er zijn dus twee typen mensen op deze wereld: Zijns mensen en heb mensen. De eersten hebben een fundamentele identiteitswisseling ondergaan, in de zin dat zij ten diepste zich Zelf zijn. Dit nieuwe Zelf is zó vervullend - als in liefde - dat het onmiddellijke consequenties voor het hebben heeft. Terwijl het Zijn je nieuwe ik, je Midden is, is het hebben aan de periferie komen te liggen. Het is van secundair belang geworden. Het Zijn doortrekt je leven - in al zijn geledingen - met nieuwe kwaliteit. Iedereen weet het: is er liefde in je leven, dan heb je niet zoveel nodig. Op dezelfde manier maken helder inzicht, verbondenheid met je omgeving en zingeving, dat je leven een „nieuw begin" gekregen heeft. In plaats van dat je voor vernieuwing op prikkels uit de buitenwereld bent aangewezen, komt de vernieuwing van binnenuit. In plaats van dat je je omgeving voor eigen doeleinden exploiteert, laat je diezelfde omgeving delen in jouw rijkdom. „Zie, Ik maak alles nieuw" is nu ook op jou van toepassing. Je hebt weer contact met de Bron, je goddelijke Vonk, die als een fontein in je overstroomt.

13. Omdat je Het Bent, hoef je er niet mee te koop te lopen. Dit in tegenstelling tot diegenen, die zich met hun hebben meester gemaakt hebben van het Zijn. Deze heb mens is zo hebberig, dat hij er niet voor terugdeinst ook het Zijn aan zijn verentooi toe te voegen. Het Zijn wordt een „toegevoegde waarde", zonder dat de „bezitsverhoudingen", de harde materialistische kern, ook maar voor een millimeter is veranderd. Hier is de functie van het Zijn glans te geven aan een leeg en zinloos leven. Het dient als opsmuk, houvast en façade, een nieuw image naar buiten toe. Ook deze mensen claimen dat „hun hele leven is veranderd". De nieuwe identificatie is evenredig aan de wanhoop, die kort daarvoor nog gevoeld werd. Men klampt zich met alle hebben en houden aan het nieuwe houvast vast. Vandaar de kracht van de nieuwe „overtuiging", het „zekere weten", het „onwankelbare geloof" of het „nieuwe leven". Omdat het echter aan Zelfrealisatie ontbreekt, wordt aan kennis grote waarde gehecht. „Spirituele" kennis wordt toegevoegd aan de „innerlijke bagage". „Dort wo Erfahrung fehlt, stellt zur rechten Zeit ein Wort sich ein" (naar Goethe). Deze mensen verbluffen met hun (bijbelse, New Age etc.) „weten". Ze weten precies hoe alles in elkaar zit. Hun wanhopige behoefte aan zekerheid laat twijfel niet toe, de angst in hun eigen zwarte gat te vallen, is daarvoor te groot. Hun hele identiteit staat op het spel. Hoe dus het ware van het pseudo te onderscheiden? Voor de onervarene kan het knap verwarrend zijn. Kom je er niet uit, dan zal de volgende stelregel je zeker helpen.

HET criterium voor Zijn - ware spiritualiteit - is het hebben...

14. Hebben als afwezigheid van Zijn is een ziekelijke toestand. Aan de geestelijke vermogens van de betreffenden moet ernstig worden getwijfeld. Het is de dominante psychopathologie van deze tijd. Het wordt gekenmerkt door onwetendheid, zelfzucht en onverschilligheid. Hebben als bestaanswijze is geobsedeerd door zekerheid, meer van hetzelfde, bezorgdheid, stress en de angst „alles te verliezen". Je hele leven is afhankelijk van je bezit, je hele identiteit is erop gebouwd. Verlies je alles, dan ben je niemand meer, dat is het (onbewuste) schrikbeeld. Je klampt je dus vast aan wat je hebt. Niet voor niets is het privébezit de heilige koe van onze samenleving. Vandaar dat „stilstand achteruitgang is" en voor de vlucht naar voren wordt gekozen. Achter de façade van „vooruitgang" en „welzijn" neemt de onmenselijkheid en de natuurvernietiging echter steeds scherper vormen aan. Hebben is de benauwende eendimensionaliteit, die het hele leven in toenemende mate in zijn wurggreep houdt.

15. De „mensheid" heeft dus dringend therapie nodig. Geen therapie in de gebruikelijke zin - detailoplossingen voor detailproblemen - maar therapie die je werkelijk bevrijdt, die je van het hebben naar het Zijn brengt: initiatie- of Zijns therapie. De intensiteit, de urgentie en de

schaal waarop dit noodzakelijk is, houdt niets minder dan een Zijnsrevolutie in. Wanneer de onderliggende zinloosheid niet meer door geld, afleiding of carrière togedekt kan blijven, is het moment aangebroken. Dit pijnlijke zelfbesef is het uur der waarheid. Het is de kans om je leven een totaal andere wending te geven: van de orientatie op het hebben naar die van het Zijn.

16. Hebben en Zijn zijn echter niet tegengesteld of zelfs complementair aan elkaar, maar zijn categorieën van verschillende dimensie. Terwijl Zijn het Wezen uitmaakt van de persoonlijkheid, blijkt hebben functioneel voor het overleven van ons kleine ik. Het Zijn is het Midden - de diepte - terwijl het hebben de periferie - de oppervlakte - uitmaakt. Afwezigheid van Zijn duidt op een diepe persoonlijkheidsstoornis met verregaande consequenties: het hebben als surrogaat. Daarbij is hebben de enige bekende bestaanswijze, een situatie die je je hele leven - innerlijk zowel als naar buiten toe - domineert. In alles denken en voelen wij in termen van bezit. Wij *hebben* een lichaam, *hebben* gedachten, *hebben* gevoelens, hebben problemen, geluk, talent, voorspoed, welzijn, tegenslag, een partner, sex („let's *have sex*"), liefde, kinderen, wij *hebben* een geloof, principes, overtuiging, ja zelfs God is er een onderdeel van. Eigendunk, zelfverslaving, hebzucht, begeerte, onzekerheid en angst (om dat wat je hebt kwijt te raken) liggen eraan ten grondslag en zijn er vervolgens weer het gevolg van.

"Hebben" is een teken van armoede

17. Alles draait om het „overleven", om het in standhouden van je persoon en alles wat je „eromheen" vergaard hebt. Angstige bezorgdheid en permanente stress zijn daarbij onvermijdelijk. Ophoping - spiritueel, psychologisch, lichamelijk en bijvoorbeeld economisch - is verantwoordelijk voor verval, ziekte en degeneratie. En aan het eind? Een heleboel teleurstelling, pijn en spijt vanwege het weggooien van je leven. Aangezien je deze pijn - in het sterven - sowieso te wachten staat, is het beter je illusies alsnog - nu - te doorbreken. Daar is het nooit te laat voor. Het gaat daarbij dus om de overstap van het hebben naar het Zijn. Het Zijn, dat je écht vervulling, geluk, vreugde en zin in je leven brengt. Hoe stap ik uit mijn gedachtenwereld en word ik mijn innerlijke waarnemer - dus mijZelf - dat is de vraag hier. Een aantal simpele raadgevingen kunnen je hierbij behulpzaam zijn.

18. Als je je ogen sluit en je kijkt op een ontspannen manier tegen de binnenkant van je oogleden op dezelfde manier als dat je TV zou kijken, heb je een voorproefje van wat het is de waarnemer van je eigen gedachtenwereld te zijn. Hoe meer je je daarbij ontspant, des te groter wordt de innerlijke afstand tussen zien en wat gezien wordt. Het voelen van lichaamscontact - het openstaan voor de gewaarwordingen van je zitvlak met de stoel bijvoorbeeld - verhoogt de kwaliteit aanmerkelijk. Afgestemd zijn op je lichaam geeft het bewuste waarnemen innerlijke stabiliteit. Terwijl gedachten, emoties en verlangens - de mind - het waarnemen bemoeilijken, wordt dit door het lichaam juist ondersteund. Het lichaam blijkt het voertuig van de Geest te zijn. In plaats van dualistische filosofieën, waarbij Geest tegenover materie wordt geplaatst, blijken deze elkaar in de praktijk te ondersteunen. Hoe steviger geworteld in de aarde, des te meer je naar de „Hemel" reikt. Heeft de bewuste waarnemer zich met behulp van je lichaam in jezelf gevestigd, dan worden van daaruit je gedachten, emoties en verlangens geobserveerd. Terwijl jij "er achter gekomen bent", zie je het allemaal vóór je.

19. Onze „normale" toestand: gevangen zijn in alles wat je omgaat en daardoor vervreemd van jeZelf en geïsoleerd van het lichaam, is de grond van het lijden. Het is de (onbewuste)

identificatie met je hoofd, die niet alleen voortdurend energie aan het lichaam onttrekt, maar ook je Zelfzijn blokkeert. Voelend gewaarzijn, de feedback tussen lichaamscontact en bewuste aandacht, heft dit op en maakt je vrij. Het lichaam, waar je voordien geen contact mee had - „wezensvreemd" was - blijkt nu in je bewuste aandacht opgenomen, dusdanig dat het er deel van uitmaakt. Het „lichaam dat je hebt" is daardoor getransformeerd in het „lichaam dat je bent" (K.Graf Dürckheim). Bij de volgende stappen zal blijken hoe cruciaal dit nieuwe lichaamsbesef is. Pas als je eerst je lichaam bent, kun je het namelijk overstijgen. Het lichaam is de basis voor de sprong in de Transcendentie. Door bewuste vereenzelviging - voelend gewaarzijn - met je lichaam kom je los van je gedachten. Je doet een stapje terug, waardoor zij vóór je vrijkomen. Het centrum van aandacht is iets naar achteren verschoven, waardoor er tussen jou - je nieuwe ik - en je gedachten een innerlijke afstand is ontstaan. "Je ziet het vóór je", je bent vrij van jezelf. Het wonder nu is, dat in deze fase, hoe groter je innerlijke afstand is, des te levendiger alles wat in je omgaat. Je hebt je gedachten, emoties en verlangens immers meer ruimte gegeven. Zij kunnen zich vrij bewegen ongehinderd door de bemoeienis van je zelfreflectie.

20. Allerlei impulsen, intuïties, ingevingen, gevoelens, visies maar ook verdrongen emoties, alles uit diepere lagen van je psyche, kunnen nu naar boven komen. Eigen aan deze fase is, dat een of meerdere van deze impulsen je vervolgens nog meer op sleeptouw kunnen nemen dan je gewone gedachtenwereld al deed. Inhouden uit het onbewuste zijn immers veel sterker geladen dan die uit oppervlakkiger lagen. Elk nieuw beeld kan dan een nieuwe afgod worden. Wat mensen dan vergeten is, dat het niet om de inhoud gaat, maar om het bewustzijn dat deze inhoud heeft gefaciliteerd. Daarom is leven in aandacht, het in „aandacht een appel schillen" authentiek, terwijl hooggestemde gedachten over „God", beelden en ervaringen - zonder tegelijkertijd in het Moment te zijn - niets met spiritualiteit te maken hebben. In gedachten-zijn - wat je ook moge overdenken - is spiritueel een doodlopende weg. „God" is niet gelijk het Goddelijke, onze beperkte ervaringswereld is slechts een afgeleide, een surrogaat van de Werkelijkheid-Zelf (naar Eckhart). Alleen wanneer alles zó bij je terugkomt - er een dusdanige postieve wisselwerking met je gedachten, gevoelens of emoties plaatsvindt - dat het Hier en Nu, je helderheid, alertheid en geestkracht, zich hierdoor verdiept en verruimt - is er sprake van bewustwording en „persoonlijke groei" in de ware zin.

Hoofdstuk 3: Zijnswording

21. „Worden wie je bent" is over het algemeen de karakterisering voor het „persoonlijke groeiproces". Het suggereert, dat de gang naar jeZelf een proces zou zijn. Niets is minder waar. Het Zijn, dat wat je reeds was (bent) voor dat je geboren was, is de dragende Grond van je bestaan. Het feit dat je dat (nog) niet ervaart komt, doordat je door identificatie met je kleine zelf het grote Zelf de rug toegekeerd hebt. Je bent je gedachten achterna gerend en je aldus verwijderd van wie je ten diepste Bent. Je bent zo in beslag genomen, dat je het contact met de Bron hebt verloren. In feite staat er echter niets tussen jeZelf en jou dan alleen jezelf. Je Bent Het Al, zonder dat te beseffen. Dat inziende hoef je jeZelf alleen toe te wenden, jezelf te openen, het Zelf uit te nodigen (weer) bezit van je te nemen. Omdat je van nature in het Zijn bent ingebed, is deze „bekering" alleen reeds voldoende. Er hoeven geen stappen tussen te zitten. Je vermijdt hierdoor in de valstrik van het „hoe", de obsessie met methode en (innerlijke) technologie te vallen. Immers, voordat je het weet, beland je in een nieuwe identificatie, die van „het proces", de methode, het „pad", het zoeken en de „weg". Hoe kun je echter iets zoeken, dat dichterbij je staat dan je eigen huid? Het is dus geen kwestie van eerst een geschikt instrument vinden, het zoeken van een middel om het doel te bereiken, maar gaat

het om het jezelf openen, de directe overstap van je oppervlakte naar je Essentie. Vandaar dat verlangen een doorslaggevende rol speelt. Is het verlangen sterk genoeg - meestal vanuit het pijnlijke besef van afgescheidenheid - dan is de overgave onmiddellijk en direct. Onvoorwaardelijk vertrouwen in een spirituele gids is weliswaar geen voorwaarde, maar kan je vol-ledige overgave aan Dat-Wat-Groter-Is zeer ten goede komen.

22. „Alleen wanneer je reeds kapitaal hebt, kan het groeien", hoe lang ben ik wel niet razend geweest op een soortgelijke zin uit de Bijbel. Was dit immers geen vergoeilijking van het door mij verfoeide kapitalistische systeem? Zeer wel mogelijk, maar het kan ook anders opgevat worden. Spiritueel gezien geeft het een grote wijsheid weer. Namelijk, dat je „al iets" moet hebben (zijn), wil dat in staat zijn in kwaliteit toe te nemen. Als je je innerlijk nog niet gevonden of verwerkelijkt hebt, zullen alle pogingen om te groeien tevergeefs zijn. Je ervaringen - op het niveau van de persoonlijkheid - zullen je er nooit bovenuit doen stijgen, hoe zeer je je best ook doet. Of, met andere woorden: hebben brengt je geen millimeter dichterbij het Zijn. Dat zijn mensen, die in steeds grotere vertwijfeling de ene na de andere ervaring opzoeken en het desondanks (of juist door hun verkramptheid) nooit vinden. De eerste voorwaarde is dus een vinder te worden en het zoeken te staken. Heb je eenmaal de innerlijke overstap gemaakt - mythologisch gezien de sprong over het ravijn, de kloof, het oversteken van de rivier of (ook) het oplossen van de druppel in de oceaan - dan is de voorwaarde voor verdere Zijnswording geschapen. Dus niet in de zin van het „worden van jeZelf" - je kunt immers niet van je ik naar jeZelf „groeien", alleen maar overstappen - maar dit eenmaal gevestigde Zelf verder uitbouwen, verruimen, overeenkomstig zijn Ware Aard. De wisselwerking van je Wezen met zijn inhoud, van bewuste aandacht en alles wat er in je omgaat, de ontdekking die je in je ontwaken - zie het vorige hoofdstuk: Zijnsbesef - maakte, blijkt voor de „verdere voortgang" cruciaal te zijn.

23. Helderheid scheppen is misschien wel de belangrijkste opdracht die ik mijzelf heb gegeven. Het is ingegeven door een buitengewoon verwarde - en daardoor onvruchtbare - situatie, waarin voortdurend van alles hopeloos door elkaar gehaald wordt. Er wordt een eenheidssoep gesuggereerd die er in wezen helemaal niet is. Waarachtigen (Zijnsmensen) en pseudo's (hebmensen) gebruiken eensluidende formuleringen, zonder dat het erachterliggende waarheidsgehalte daardoor duidelijker wordt. Integendeel, de hele hedendaagse spiritualiteit lijkt slechts *een* groot rookgordijn, *een* grote theateropvoering, een maskerade waar naar willekeur ervaringen, begrippen, uitgangspunten, idealen, dromen en fantasie door elkaar gehaald worden. Er wordt voortdurend geschermd met begrippen als het "Ware Zelf", het "Zijn", het "Wezen", de "Waarheid", "God" en ook "Bewustwording", "Leegte", "Non-dualiteit" etc., zonder dat deze gedekt zijn door eigen Realisatie. Het is een serieuze bedreiging voor het werk van het Zijn in deze wereld. Vooral het klakkeloos na-apen van de zoveelste buitenlandse leraar of healer doet vaak meer kwaad dan goed.

24. Neem bijvoorbeeld al die leraren, die zonder uitzondering verkondigen, dat „tantra" een energie-ervaring is. „Alles is energie" zeggen zij, geobscedeerd als zij zijn¹. In kleurrijke en overtuigende bewoordingen, altijd weer indruk makend met dingen als „opstijgende energie, chakra's en orgastische explosies", wordt uitsluitend hun onwetendheid blootgelegd. Mag het (gedeeltelijk) waar zijn voor „kundalini", met „tantra" heeft dit weinig te maken. Ze missen totaal de point, namelijk, dat deze twee totaal verschillende ervaringen zijn. Zij gaan zelfs gruwelijk de mist in, omdat iedere keer weer blijkt, dat zij niet beseffen, waarom het werkelijk gaat, namelijk om de wisselwerking tussen bewustzijn (leegte) en energie en niet om energie-op-zichzelf. Kundalini zowel als tantra zijn beide uitkomsten van dezelfde wisselwerking, waarbij de eerste de explosieve variant en de tweede de implosieve variant

vertegenwoordigt. In tantra - geen piek- maar dalervaring - beweeg je je zó subtiel naar het Wezenlijke - de Leegte - in jezelf, dat je ermee samenvalt. Gebeurt dat, dan valt alles stil. De Vallei van Extatische Vrede is allesbehalve een „explosie“, integendeel, in deze tijdeloze en grenzeloze toestand - een variant van Verlichting - is alle energie weggevloeid. Je Bent en Niets Is. Doordat de tantraprofeten zich alleen maar „met energie“ bezighouden, hoe deze op te wekken, te manipuleren en te verkrijgen, ontpoppen zij zich als de New Age variant van de hebmens. In het algemeen geldt: de Werkelijkheid is anders dan zij wordt voorgespiegeld.

¹ „Energie“ is niet de spirituele kant, maar de materiële kant van het leven (...)

25. Helderheid scheppen is vooral geboden, daar waar het om Zijn en hebben gaat. Immers, de teneur van deze tijd is, dat het hebben zich van het Zijn heeft meester gemaakt. In plaats van het Geheel te dienen, wordt dit ten eigen voordele geëxploiteerd. Het is de grootste spirituele „zonde“ die er bestaat. Iedereen die werkelijk tot zichZelf komt, ziet dit. In de overgang van hebben naar Zijn, zie je dat het Zijn het meest kostbare ter wereld is. Het is je oorspronkelijke natuur, de pure onschuld in je. Je komt „er achter“, wanneer je je (nog) verder ontspant, dusdanig dat je innerlijke waarnemer zich overeenkomstig verruimt. Het stiltepunt „groeit“ uit tot innerlijke ruimte. Een ruimte, die op een gegeven moment ook je gedachten omvat. Je gedachten, die eerst nog „aan je voorkant“ aan je voorbijtrokken, blijken nu vissen in jouw water te zijn. De wereld op zijn kop gezet. Was je in je onbewuste staat permanent „in gedachten“, werd je onbewust voortdurend door gedachten op sleeptouw genomen, zonder dat je beseft had van jeZelf, zijn nu de rollen omgedraaid: de gedachten zijn nu in Jou. De „bezitsverhoudingen“ blijken revolutionair gewijzigd te zijn.

26. Voor het eerst hebben je gedachten het niet meer voor het zeggen, maar ben Jij - het Zijn - baas in eigen huis geworden. Het cruciale moment is dat, waarin je ontdekt, dat helderheid van Geest, je lichaam en dat wat er allemaal in je omgaat een kwalitatieve onderlinge wisselwerking met elkaar hebben. Hoe meer je openstaat voor de gewaarwordingen en lichaamscontact, hoe meer je Geest zich verruimt; hoe directer je waarneming van je denken, hoe helderder dat je wordt. Het wonder is, dat dit zich in je bewuste waarnemen, je „voelend gewaarzijn“, gelijktijdig voltrekt. Bewust afgestemd op je lichaam, observeer je de inhoud van je Geest. Het is op deze manier, dat je innerlijke ruimte met sprongen aan kwaliteit toeneemt: vrijheid, helderheid, doorgankelijkheid, diepte, subtiliteit, lichtheid en verbondenheid. Je Wezen, je Zijn blijkt bovendien de Essentie - niet alleen van jezelf - maar dat van al-wat-leeft te zijn. Het is dezelfde Essentie als die van de bomen, het gras, de dieren, de planten, de rotsen, de wolken en de bergen. Kom je dus tot jeZelf, weet je je tegelijkertijd verbonden met de natuur, het universum. Je hebt alles „lief als jezelf“. Is dat geen wonder?

Zijn, dusdanig, dat Het je lichaam plotseling overstijgt en je opgaat in de Transcendentie.

Hoofdstuk 4: Zijnsluiting

27. Dit staat vast: om tot het Zijn te komen is er maar één Weg, het opgeven van het „hebben als bestaanswijze“. Was het niet voor een rijke duizendmaal moeilijker om het Koninkrijk binnen te gaan? (uitspraak van Jezus). Gelukkig zijn zij die door het leven zelf op een punt komen, dat zij de overstap kunnen maken. Inzicht in het web van het hebben, de vele manieren waarop je er in verstrikt zit, is daarbij een eerste vereiste. Zie je het eenmaal, ga je je ervaringen beter interpreteren, kom je eerder tot de Essentie der dingen. Het leven is je

helemaal goed gezind, wanneer je je zelfverslaving pijnlijk beseft. Hoe schrijnender het gevoel, dat je je op een doodlopende weg bevindt, des te sterker het verlangen naar de Waarheid. Natuurlijk, ook „positieve“ (de voorgaande zijn ook positief!) ervaringen kunnen ertoe bijdragen. De onuitsprekelijke frisheid van de bloesem in het voorjaar, de zang van een lijster, de schoonheid van je geliefde, je genietingen en je levenslust, je dankbaarheid voor het bestaan, alles kan bijdragen tot de uiteindelijke ommekeer. Minder gelukkig ben je, wanneer je het wel voelt, maar tegelijkertijd sterk aan je hebben blijft hangen. Je ziet het allemaal wel, maar de te nemen stap is wel erg groot. In zo'n geval is het goed te beseffen, dat het niet om het hebben als zodanig gaat, maar om het verstrikt zijn in het hebben, het hebben als verslaving. Er is niets mis met je behoeften, noch met wat je in het leven nodig hebt, noch met het genieten van wat het leven je allemaal geeft. Integendeel. Het Zijn laat je zien, dat je levensvreugde „oneindig“ intenser kan zijn, en dat het juist door je hebverslaving wordt vertroebeld.

28. Ben je echter nog niet zover, ben je er nog niet klaar voor, forceer jezelf dan niet. Mijn advies in zo'n geval is meer dan ooit door te gaan met je verslavingspatroon. Het is een van de technieken voor rook- en eetverslaving. Steek de ene sigaret na de andere op, eet vele malen meer dan je opkunt en blijf er mee door gaan...totdat je ervan kotst. Jaag dus nog meer achter de dingen aan: nog meer luxe, nog meer geld, nog meer vacaties, nog meer werk, nog meer ambities, nog meer relaties, nog meer sex, nog meer workshops, nog meer lezen, nog meer internet, nog meer persoonlijke groei, nog meer...totdat het op een gegeven moment „vanzelf“ van je afvalt. Sommigen moeten eerst doorslaan, hun verslaving helemaal uitleven om tot de kern der dingen te komen. Hoe intensiever je dat doet, hoe eerder het omslagpunt wordt bereikt. Om tot het Zijn te komen, moet het hebben voor sommigen eerst een hel worden.

*Een betere loutering dan het fiasco van het „hebben als bestaanswijze“
is er niet. Hier grijpt het leven-zelf in.*

29. Zijsloutering beslaat drie verschillende gebieden: de puurheid van je intenties, de aanwezigheid van niet verwerkte ervaringen uit het verleden („blokkaden“) en het misbruik van het Zijn ten bate van eigen (ego)strevingen. Meestal zijn zij onderling met elkaar verbonden. Een goed voorbeeld is je narcistische behoefte aan liefde en aandacht. In plaats van het oprechte verlangen ten diepste jeZelf te zijn, ben je alleen maar op zoek naar vervangende aandacht en bewondering als overcompensatie voor het gebrek aan een moeder of vader. Zo'n (onbewuste) blokkade spant alles voor zijn eigen karretje. Je plaatst jezelf voortdurend in het middelpunt. Uit alles probeer je munt te slaan, je eigen voordeel te behalen. Je maakt jezelf niet alleen afhankelijk van alles en iedereen, iets dat voortdurend verantwoordelijk gesteld wordt voor je wel en wee, maar ook kun je, als je het Zijn eenmaal hebt gerealiseerd (wat immers niet moeilijk is), hetzelfde Zijn vervolgens als lokker voor je onvervulde kinderlijke verlangens maken: het Zijn als je nieuwe uithangbord. Pretenderen dat je iets te bieden hebt, terwijl je er alleen maar op uit bent om te krijgen. In zo'n geval - en wie heeft hier geen zwakke plekken - zijn er verschillende opties om er zinvol mee om te gaan.

30. Wat in ieder geval niet „werkt“ is je schuldig voelen, het koesteren van je falen omdat je niet beantwoordt aan je „spirituele“ ideaal, laat staan zelfhaat, de behoefte om jezelf te straffen, of om nog „zuiverder in het geloof“ te willen staan. Nee, ondanks je probleem is er echt niets mis met je. Het Zijn omarmt jou even onvoorwaardelijk als alle andere levende (en „niet-levende“) wezens. Er is dus eigenlijk niets aan de hand. Een manier is om jezelf - met je hele hebben en houden - aan het Zijn terug te geven, toe te vertrouwen, op te dragen, over te

geven. Leven naar, in en vanuit de Bron. Zeggen: hier ben ik, mijn leven is voor U, „ontfermt U over mij". Vanuit de geschonken aanvaarding - iedereen en alles is bij voorbaat al in het Zijn ingebed - kun jij op jouw beurt jezelf aanvaarden. Zelfaanvaarding leidt tot toelaten van die delen van je, die er nooit mochten zijn, al je „negativiteit". Mag dat „er zijn" wordt het weer deel van het Geheel. Het komt overeen met een psychologisch gegeven: je kunt alleen iets loslaten (uitzuiveren), wanneer je het eerst toegelaten hebt.

31. Het markeert tevens het verschil tussen de Zijns- en de hebmens. De eerste is bereid zichzelf onder ogen te zien - ook al is het soms moeilijk - terwille van de Waarheid en de optimale integratie van het zelf. De tweede is er daarentegen op uit het leven nog gladder - lees: zelfzuchtiger - te doen verlopen en ziet dus de zin van (pijnlijk) toelaten helemaal niet in. Deze mensen willen alleen maar „ergens van af" en vermijden daarom alles wat aan hun ongelimiteerde zelfgenoegzaamheid afbreuk doet. Het zijn degenen, die zichzelf juist uit de weg gaan. Voor dat doel hebben zij de illusie in de wereld geroepen, dat „bewustwording" het „loslaten" van alles „wat je ongelukkig maakt" is, en dat „negativiteit" je daarbij in de weg zou staan. „Positief denken" als verdringing van wat je onwelkom is. Dat zij zich hiermee enorm tekort doen - juist het bewustworden en toelaten van je onderdrukte emoties zijn je cruciale groeimomenten - dringt helemaal niet tot hen door. En wat de (bovengenoemde) derde fase in je Zijnsloustering betreft: Nadat je je van je „negativiteit" bewust geworden bent en deze accepteert, toelaat en verwerkt, dus eerst een manier gevonden hebt om er zinvol mee om te gaan, kun je deze aanvullend in dienst stellen van het Zijn. In mijn voorbeeld: In plaats van dat je - zoals vroeger - aandacht voor je (kleine) zelf opeist: je eigen narcistische behoeften - kun je met je dezelfde „neiging" mensen aantrekken voor de zaak van het Zijn. Met alles wat je Bent en hebt jezelf inzetten voor het Geheel, de onbaatzuchtige dienst aan het Zijn, bloei je op als nooit tevoren.

*De Zijnsmens is één met het Goddelijke: hij ziet alles, maar
niemand ziet Hem*

Hoofdstuk 5: Zijnsrealisatie

32. Als je bereid bent een „stap terug" te doen, vind je Absolute Geborgenheid. Het is je Thuisland, een thuis dat je deelt met al-wat-leeft. Alles zonder uitzondering is ingebed in het Al. Nooit was je ooit aan je lot overgelaten of verlaten. De idee, dat je „op jezelf teruggeworpen bent" is de meest tragische vergissing in je leven. Het is het van wal steken en vervolgens de veilige haven vergeten. Iets heroïsch heeft het wel. Je laat alles achter, het onbekende tegemoet. Nu je leven steeds minder weg heeft van een (opwindend) avontuur, herinner je je dat je ooit een thuishaven had. De reis is immers steeds zinlozer geworden. Je bent nu ook bereid de prijs te betalen. In ruil voor geborgenheid, laten je je eigenzinnige ik vallen. En wat je nooit had kunnen vermoeden: het sterven van het ik is de geboorte van het Zelf. De grootste triomf in het leven is er niet meer zijn (...). Zoals eerder opgemerkt, leg je het eerste gedeelte van deze „Weg" doorgaans zelf af. Hetgeen alleen mogelijk is, als je je uit je denkprocessen hebt vrijgemaakt (zie eerste hoofdstuk Zelfbesef). Je laat jezelf niet meer op slepelozen nemen.

33. Het lichaam speelt er een cruciale rol in. Hoe meer je je vereenzelvigd met deze horizontale dimensie, des te groter de opening naar de diepte. Het is de overstap van onwetendheid naar het ware Zelf. Ben je er eenmaal vast in verankerd, blijkt de poort naar het Zijn het Zijn Zelf te zijn. Door het oog van je gewaarzijn breekt het grote Zien door. De

grootste vervulling is je door dit Zijn in bezit te laten nemen. Het blijkt de (bodemloze) Grond van je bestaan, dat wat je ten diepste Bent. Onstuimige vreugde, transparante helderheid, onvoorstelbare vrede en grenzeloze liefde vallen samen in een onuitsprekelijk Moment van Eeuwigheid. Je weet: Dit Is Het, maar je bent niet bij machte Het in woorden weer te geven. Je vermogens blijken totaal ontoereikend. Je hebt Het gevonden, maar kunt Het met niemand delen. Het is onvoorstelbaar dat dit Jou mocht overkomen. Waarom mij wel en de ander niet, vraag je je af. Wat is het om „uitverkoren" te zijn?

34. In tegenstelling tot het verleden, waar „vereniging met God" slechts een tijdelijke affaire was, is Zelfrealisatie de geboorte van een nieuwe identiteit, een Nieuwe Mens. Ben je Het eenmaal, kan niemand Het meer van je afnemen. Elk Moment, dat je Het beseft, Is Het Er. Je hebt alles verloren en het duizendvoudig terug ontvangen. Je wordt ononderbroken gedragen door wat je niet kunt definiëren. Je hebt je functioneren, je kennis, je hebben en je strevingen opgeofferd op het altaar van Weten. Je kleine leven ingeruild voor het grote Leven. Angst voor de dood is als sneeuw voor de zon verdwenen. Immers, je bent reeds gestorven en uit de doden opgestaan. Je ziet in, dat het leven geen proces is. Alleen gedachten, ervaringen en gebeurtenissen, dat wat zich in jou afspeelt, ontwikkelen zich procesmatig. Terwijl zij door Je heengaan, blijf Jij waar Je Bent. Dit is wat je heel duidelijk ziet: Ik Ben mijn gedachten niet. Ik ga niet van hier naar daar. Ik Ben die Ben. Evolutie is niet horizontaal, maar vertikaal.

35. De zin van het leven is voortdurend terugkeren naar de Bron, om er elke keer weer verfrist uit voort te komen. Sterven en opnieuw geboren worden blijken twee aspecten van eenzelfde gebeuren te zijn. Ben je Niets, ben je alles. In het Eeuwige Moment keert alles terug, terwijl het er tegelijkertijd uit voortkomt. Vreugde, vreugde, vreugde. Je kunt je niet meer voorstellen, dat je eerst zo aan het hebben, aan prestaties en succes was gehecht. In vergelijking met Wat Er Nu Is, betekent hebben helemaal niets. Je kunt het niet eens vergelijken, omdat de herinnering aan je vroegere verslaving totaal is weggefallen. Hoe kon het toen zo overheersend zijn, terwijl het in Werkelijkheid slechts een schaduw is. Je ziet nu al die verkrampte mensen om je heen en waar zij zich mee bezighouden. Ben jij de enige ziende in het land der blinden? Terwijl iedereen fanatiek van alles oppot, heb jij niets nodig. Terwijl jij in de hemel verkeert, zie je hoe mensen er een hel van maken. Ze weten niet eens waar ze naar moeten verlangen, zo afgestompt dat ze zijn. Ze zien je niet staan, terwijl jij ze alles zou kunnen geven, alles wat ze ten diepste nodig hebben. Je schreeuwt het van de daken, maar er is niemand die naar je luisteren wil. Nooit was duidelijker, dat mensen zichZelf in de weg staan, zij zijn voor zichZelf het grootste obstakel. Omdat iedereen het beter weet, houd je wijselijk je mond. De werelden liggen te ver uit elkaar. Vooral die betweters, hoe onuitstaanbaar zijn zij niet. Eigendunk is werkelijk de grootste domheid. Toch - of misschien ook wel daarom - houd Je van iedereen en alles. Terwijl Jij de hele wereld omarmt, ben je zelf echter nog nooit zo eenzaam geweest. Niet voor „God", niet in de natuur, niet bij een aantal intieme vrienden, maar tussen „de mensen". Maar wie is dat eigenlijk niet?

36. „En er was voor hen geen plaats in de herberg". In het land van het hebben is geen ruimte voor het Zijn. Het Zijn streeft immers niet naar persoonlijk gewin, mist het vermogen „zichzelf" (ten koste van anderen) door te zetten, kent geen ambitie en is niet doelgericht. Het functioneren is hem onmogelijk gemaakt, aangezien iedere onwaarachtige impuls onmiddellijk terugzakt in het Niets. Zelfs drijfveren om je te handhaven zijn onderuitgehaald, de poten onder je stoel weggezaagd. Je herkent de uitspraak: „Hij is als een lam". Het slaat ook op jou. Wat iedereen normaal vindt: voor jezelf opkomen, vechten voor jezelf, overleven, „een bestaan opbouwen", en jezelf een „toekomst bezorgen": het zijn allemaal loze kreten geworden. Meedoen met de „dans der dwazen", de ego-obsessie en de ratrace, niets kan je

daartoe meer verleiden. Alleen impulsen vanuit het Zijn geven je kracht en inspiratie. Je bent een vreemde eend in de bijt. Het enige, dat je nog bestaansrecht geeft, is de hoop, dat er meerderen geraakt worden, zoals jij. Het enige wat je staande houdt, is het vertrouwen, dat dit ook overal en voortdurend gebeurt, ook al kun jij dat niet altijd zien. Je put kracht uit het feit, dat er sommigen zijn, die schijnen te vermoeden, wat er schuilgaat achter je „vermomming“.

37. De geboorte van het Nieuwe, dat is je enige orientatie in het leven. Zeker in deze tijd, waarin het oude - niet alleen in jouw ogen, maar voor iedereen herkenbaar - heeft afgedaan. Zou de mensheid als geheel opnieuw geboren kunnen worden? Moet zij daartoe, net als jijzelf eerst sterven? Heb jij - gezien je „achtergrond“ - daarin een rol in te spelen, een taak, een opdracht te vervullen? Je merkt, dat ten aanzien van het Uiteindelijke je geen vragen hebt. Daar was het antwoord er al, voordat je een vraag kon stellen. Ten aanzien van de wereld is het echter anders. Je wacht. Je wacht om op het juiste Moment, het Moment waarin je plotseling vanuit je Wezen met je medemensen zult resoneren. Je levensgevoel is tweeledig. Op het diepste Niveau Ben Je los van alles en iedereen, totaal onbekommerd, „raakt je niets“. Tegelijkertijd sluit je alles en iedereen in, waardoor de ander je even lief is als jezelf. Het wonder is, dat het een de voorwaarde is voor het ander.

Hoofdstuk 6: Zijnsdynamiek

38. Je bent (pas) gezond, wanneer het Zijn, je lichaam en zijn directe omgeving, je ik (reflectie) en je subpersoonlijkheden één geïntegreerd Geheel vormen. Zij staan in intieme wisselwerking met elkaar. Alles vindt plaats in eenzelfde Ruimte, dezelfde Ruimte - Zijn - die alles op onzichtbare wijze doortrekt. „To Be or not to Be“ (Shakespeare) is inderdaad de grote vraag. Ben je één met het Zijn, wordt je persoonlijkheid voortdurend vanuit de Bron gevoed, geregenereerd en verjongd. Ben je echter van het Zijn afgesneden en geheel „op jezelf teruggeworpen“, is de voedingslijn onderbroken en ben je (in toenemende mate) prooi aan het verval. Het toont de futiliteit aan van bijvoorbeeld psychotherapie. Deze gaat voorbij aan het gegeven, dat alles vanuit een hoger niveau is georganiseerd. Immers, een cel is geïntegreerd in het weefsel, het weefsel in een orgaan en een orgaan in de grote regelsystemen van het lichaam, de systemen worden bestuurd door de hersenen, terwijl het lichaam als totaliteit is ingebed in het Zijn. Net zo zijn gedachten geïntegreerd in het beeld (Gestalt), die op zijn beurt uit het onderbewuste en tenslotte uit het Zijn voortkomt.

39. Therapie van de psyche zonder de dimensie, waarin de psyche zijn thuis heeft erin betrekken, is op zijn best lapwerk. Alleen „metasynthese“, Zijnsbetrokken therapie is in staat psychische desintegratie te voorkomen cq te helen. *De zin van alle lijden is „letztendlich“ het besef, dat je zonder het Zijn niets bent.* Zonder Zijn kalft op een gegeven moment ook je ik af, waarden en normen verdwijnen, functies als het geweten kwijnen langzaam weg. Inzicht, liefde en kracht, op het gezonde niveau gerepresenteerd door denken, voelen en willen verworden tot onwetendheid, zelfzucht en onverschilligheid. De trend heeft zich hedentendage al zó voortgezet, dat ook onze subpersoonlijkheden - onze „oneindig“ verschillende mogelijkheden, gaven en talenten - zijn aangetast. De oorspronkelijke rijke scala aan menselijke kwaliteit heeft zich tot een paar versmald: sex, afleiding, consumeren en werken. Uiteindelijk „ben je alleen nog kpn“ (advertentie)². Het zelf is de willoze slaaf van marktmechanismen geworden. De functie van het Zijn is overgenomen door het bedrijf, de baas en de consumptiemaatschappij. Niet verwonderlijk dat ook onze lichamelijke gezondheid op alle fronten zienderogen achteruitgaat. Gezien de gestadige toename van ziektemakende factoren van binnenuit en buitenaf, moeten we elk jaar *méér* doen om *hetzelfde*

gezondheidspeil te handhaven. Steeds verder afglijden in (ernstige) ziekte is echter helaas het allesoverheersende patroon vandaag de dag. De noodzaak tot een opwaartse spiraal is dus een kwestie van leven en dood. Zij bestaat uit de optimale wisselwerking tussen het Zijn, je lichaam en zijn directe omgeving, je ik en je subpersoonlijkheden ³.

² In een kpn telecom TV advertentie worden medewerkers voorgesteld als buitengewoon boeiende en succesvolle mensen, die dan vervolgens bekennen: „ik ben kpn“.

³ De technieken hiervoor - o.a. de emotionele zelfintegratie - zijn te vinden in Han M. Stiekema „Flow System Therapy“ en „HMS Meditaties“.

Ware spiritualiteit transcendeert de op zelfzucht gebaseerde maatschappij

40. Je bent in diepste Wezen jeZelf zo absoluut genoeg - het „dieptepunt van zelfgenoegzaamheid“ - dusdanig, dat daar niets uit voortkomt. Het Uiteindelijke heeft het universum dan ook niet geschapen. Alles komt uit de bodenloze Grond, het Niets, het onpeilbare Vacuüm, zonder enig toedoen. Het komt Er uit voort, zonder dat het actief geschapen is. Ook het Zijn, het „eerste niveau“ van manifestatie Is vol-ledig in ZichZelf. Het schept vanuit ledigheid, doet vanuit niet-doen („wu-wei“). Het is tegelijkertijd echter zó rijk bedacht, zó vol van ZichZelf, dat Het zich moet „mededelen“. Zo komt het dat „God“ gezien wordt als de „barmhartige, oneindig begaan met deze wereld“. In feite zijn het Ongemanifesteerde en de zichtbare wereld twee kanten van dezelfde medaille, zoals ook onze Essentie en ons lichaam er deel van zijn. Zij bestaan zowel los van elkaar, alsook intiem en op mysterieuze wijze met elkaar verbonden. Daarom luidt het gezegde, dat „je God kunt ervaren door Zijn schepping“. De natuur als het „lichaam van God“ is het subliemste inzicht in het bestaan. Oneindig triest en treurig, dat het juist een religie - het Christendom - moest zijn, die deze waarheid tweeduizend jaar lang heeft verguisd en vertrappt.

41. De wedergeboren mens ziet het daarom als zijn taak het „werk van God“ te laten zien. Als een instrument van „Hemel en aarde“ dient hij de mens in zijn streven naar eenwording met het Uiteindelijke. Het middel daartoe is contact, gemeenschap. Pas in contact stort de fontein van het verticale zich uit in het horizontale. De verlichte mens is daartoe heel speciaal uitgerust. Hij heeft direct contact met de werkelijkheid, hij omvat deze. Er is niets tussen hem en zijn omgeving, vandaar dat „zijn“ zegeningen „zonder bedenken“ worden uitgestort, als daarom gevraagd wordt. Het is als bij een vogelouder, die aan het hongerinstinkt van de jongen beantwoordt. Door het appelleren van het jong kan de ouder niet anders dan het eerder ingeslikte voer onmiddellijk „overgeven“. De band tussen ouder en jong staat daarvoor garant. Het is dezelfde band die een Gerealiseerde heeft met al-wat-leeft. Hij of zij is als een vadermoeder op het nest van de wereld. Vandaar het „komt allen tot Mij“.

42. In de Traditie hebben ontelbare vrouwen en mannen getuigd van hun „wedergeboorte in God“. Zij deden dit overeenkomstig hun roeping en vermogen. Daarbij zijn twee soorten „zendelingen“ te onderscheiden: Zijn- en schijnprofeten. De eersten leven vanuit de grond van hun bestaan, de laatsten vanuit identificatie, in de meeste gevallen met een door hun aangehangen heiland. Het heeft te maken met twee verschillende typen „bekerings“, twee typen van innerlijke ommekeer, die aan de buitenkant weliswaar veel op elkaar kunnen lijken, maar in werkelijkheid haaks op elkaar staan. De eerste heeft verlangen naar de (onbekende) diepte en is bereid de oppervlakte ervoor op te geven, de tweede is daar juist doodsbenuwd voor en zoekt wanhopig naar een houvast. Beiden kunnen aan het eind van een „mislukt“ of

zinloos bestaan staan, vlak voor de afgrond. Het verschil is dan, of je de moed hebt om erin te springen, of dat je dat op het laatste moment juist wil verhinderen. Zijn al je mogelijkheden op het bestaande niveau uitgeput, kun je namelijk twee dingen doen: je innerlijke leegte toelaten of uit angst ervoor je identificeren met een „redder“. Iedere figuur kan daartoe dienen: een ridder op het witte paard, de vrouw van je leven, een goeroe, een filosofie, een filmheld, een nieuwe dictator of Jezus Christus, het maakt niet uit. Cruciaal is, dat bekering tot het Zijn je terugbrengt tot de Werkelijkheid, terwijl je met het „vinden van Jezus“ jezelf met een nieuwe (weliswaar sympathieke) identificatie opzadelt.

43. Ook hier is het weer het verschil tussen Zijn en hebben. Je hebt je immers met Jezus vereenzelvigd, je „hebt“ hem (gevonden). Geloven - de vereenzelving met een „beliefsysteem“ - is een vorm van hebben. Ga je echter tot de diepte van je identificatie - hetgeen helaas weinigen doen - dan kun je ook daar plotseling tot het Wezenlijke komen. Ieder gaat dus zijn of haar eigen unieke weg, doet waartoe hij „geroepen is“. Niemand verlangt bijvoorbeeld van iemand die doodsbenauwd voor de levende Vol-Ledigheid is, dat hij zich daaraan onvoorwaardelijk overgeeft. Iemand in wanhoop ontnem je zijn houvast niet. Ook al ben je Zelf tot het Weten gekomen, weet je uit eigen Ervaring, wat de „Weg, de Waarheid en het Leven“ is, juist dan is er respect voor de zwakheden van de ander. Je mededogen gaat juist uit naar hen, die dit het hardst nodig hebben. (Alleen wenste je, dat de betrokkenen hier ietsje meer voor open zouden staan). Tot al die gelovigen - religieus, New Age, technokraten - zeg ik: Heb je dus een houvast nodig - prima - maar pretenteer dan niet de Waarheid in pacht te hebben. Helaas tiert dit laatste bijwijlen welig. Het is wat in de wandelgangen fundamentalisme wordt genoemd.

Religies - geloofssystemen - zijn takken aan de existentiële universele levensboom van „Hemel en aarde“

Hoofdstuk 7: Zijnsgemeenschap

44. De gemeenschap is de voorwaarde voor het „werk Gods“ en vice versa. Immers, „jeZelf-zijn in verbondenheid“ is een Zijnsgegeven. Samenlevingen die zich ofwel eenzijdig in de ene, dan wel in de andere richting ontwikkelen, desintegreren. Zo verlangen velen, die in traditionele gemeenschappen zijn opgegroeid naar vrijheid, terwijl wij - aan het eindpunt van extreem individualisme en eigenbelang - diep van binnen om een „nieuwe gemeenschap“ roepen. De mens wil zowel vrij zijn als zich ten diepste verbonden voelen. Hij verschilt daarin niet zoveel van andere primaten in het dierenrijk. Onze taak is dus, om vanuit de nieuw gevonden wortels deze gemeenschap - de Zijnsgemeenschap - vorm te geven. Dat de kwaliteit staat en valt met de bewustwording van ieder van haar leden, moge na het voorafgaande duidelijk zijn. Ieder persoon die zich stevig in „Hemel en aarde“ verankert, is een steunpilaar voor de gemeenschap. Gemeenschapszin verwijst in eerste instantie dus naar ieders eigen inzet en verantwoordelijkheid. Al je contacten en relaties liggen dan in het verlengde van de Zijnsrelatie. In alles wat je denkt, voelt en doet klinkt je eenheid met het Bestaan door.

Het herstel van de eenheid met jeZelf, je lichaam en de natuur, je psyche en je medemens, alles in overgave aan het Uiteindelijke

45. Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen een Zijns- en een hebrelatie. Ben je nog niet tot het Zijn gekomen, dan heb je geen andere keus dan je innerlijke leegte te vullen met hebben. Hebben is het surrogaat voor wat je ten diepste ontbeert. Je zult daarom alles

dwangmatig naar je toetrekken, dit om je leven een „invulling" te geven. Alles kan hiertoe dienen: geld, afleiding, macht en zo ook relaties. De ander komt in functie te staan van je eigen onvervulde verlangens. Natuurlijk laat je dit niet blijken, meestal ben je je er zelfs helemaal niet bewust van. Onbewust heb je - om je schrijnende behoefte toe te dekken - een aantal strategieën ontworpen. Zoals de suggestie, dat je heel veel te delen of te bieden hebt. Je maakt jezelf dus heel aantrekkelijk, dit om de ander in jouw tent te lokken. Besef dat dit (onbewust) een zaak van „leven en dood" voor je is. Zonder dat de ander je leegte opvult, ben je immers nergens. Je bestaan, je identiteit hangt af van het hebben van een ander of anderen. Om jezelf te bezitten is die ander onontbeerlijk. De hel die „relatie" heet is terug te voeren op wat eerder „hebben als bestaanswijze" is genoemd. Het heeft niets te maken met je gewone gezonde natuurlijke behoeften, die eigen zijn aan alle levende wezens. Ook als je tot het Zijn bent gekomen, heb je die. Het zijn echter de behoeften van je periferie, niet van je Kern, je identiteit staat of valt er niet mee. Dat wil niet zeggen, dat je ze niet aux sérieux zou moeten nemen, integendeel. De behoeften van je kleine zelf zijn niet alleen een vitaal onderdeel van je algehele functioneren, maar geven het bestaan bovendien extra glans en vreugde.

46. Vanaf het Moment, dat het Zijn je in je identiteit en bestaan bevestigt, zijn de rollen omgedraaid. De exploitatie van de ander valt als een baksteen van je af. Je slaakt een zucht van verlichting. Je „vorige leven" blijkt een boze droom, dat uitsluitend gecentreerd was rond het hebben, krijgen, gebruiken, vasthouden, uitbuiten en manipuleren van jezelf en je omgeving. Heb je deze eenmaal van je afgeschud, krijgt het leven een geheel andere wending. Vanuit het bevestigd Zijn, bevestig je je omgeving. Dat wat in jou overstroomt, deel je met alles en iedereen om je heen. „Overall" zie je mensen uit hun slaap ontwaken. Appelleren aan het beste in elkaar maakt je wakker. Het elkaar bevestigen sterkt je in je Zijnsbestaan. Resoneren op het diepste niveau doet je regelmatig boven jezelf uitstijgen. Je merkt dat je met elkaar op een hele andere golflengte komt. Hoe meer je naar, in en vanuit het Zijn - het Hart - leeft, des minder dat je hoofd ertussen zit. Je manier van „communicatie" verandert. Je hoeft niet altijd een „verbale overkill" in te schaken om elkaar te verstaan en te begrijpen. De interactie verschuift naar andere niveau's, waardoor het totale spectrum van contact wordt uitgebreid. Terwijl verbaal contact vaak vermoeit, voel je je door het intensere gevoelscontact opgetild, verrijkt, vervuld. Lichaamstaal gaat een grotere rol spelen.

47. Je ontdekt, dat soms heel eenvoudige „trucs" het leven enorm kunnen veraangenamen. Zoals de „ja-bevestiging". In plaats van voortdurend je mening, opvatting en overtuiging te pas en te onpas te ventileren - dat eigenzinnige hoofd van je - alsof daar je leven van afhangt (en zo altijd maar weer onnodige controversen schept), beantwoord je de vragen, opmerkingen, opvattingen, meningen en oordelen vanuit je omgeving consequent met „ja". Dit is vooral verrassend bij opmerkingen die je anders met „nee" zou beantwoorden als „het is niet koud vandaag, hè schat". „Normaal" zeg je hier „nee" op, vanwege je gewoonte inhoudelijk, dus ten aanzien van *wat* er gezegd wordt te reageren. Maar zeg als antwoord op die opmerking in plaats van „nee" nu eens „ja". Als je „ja" zegt, reageer je in eerste instantie op *wie* het zegt. „Ja" wordt dan een bevestiging van de persoon die de opmerking plaatste (en dus indirect ook van de opmerking zelf), een verschuiving van prioriteit. Of in plaats van voortdurend met je eigen mening klaar te staan, kun je de hartscommunicatie met je partner (en anderen) ook bevorderen door simpelweg de opmerking van de ander gewoon te herhalen. Dus op de opmerking: „moeten we nog naar de markt vandaag?" antwoord je: „o moeten we nog naar de markt vandaag?" Als je er zelf niet meer tussenzit, ontstaat er nieuwe ruimte. Je „onnozelheid" blijkt een grote wijsheid te zijn. Probeer het en je zult verrast staan. Zo ga je zien, dat „communicatie" nog een andere functie heeft: die van bevestiging van de ander (en

dus van jezelf). Andere culturen zijn ons hierin vaak ver vooruit. Sta je ervoor open, kun je er dus een heleboel van leren. Onze dure vacaties naar verre (arme) volken, tonen aan wie de werkelijke bedelaars op deze aarde zijn.

48. Het Zijn bewerkstelligt niet alleen het vrijkomen van het hebben, maar ook van talloze andere identificaties, zoals het man of vrouw-zijn. In Wezen ben je helemaal geen man of vrouw, maar iets dat daar bovenuitgaat. Diep van binnen ben je onzijdig, neutraal. Die innerlijke distantie maakt, dat je de ander kunt zien zoals hij of zij werkelijk is. Als je er zelf - met je gedachten, opvattingen, interpretaties en oordelen - niet meer tussen zit, komt de werkelijkheid (van de ander) onvervormd tot je, ben je pas werkelijk in contact. Projecties worden transparant, bewustgemaakt, aanvaard als aspecten van je eigen psyche en dus teruggenomen uit de ziekelijke verstrengeling. Doordat je elkaar tegelijkertijd de ruimte kunt geven - de ruimte van het Zijn - zwemmen beiden in hetzelfde water, vrij, kristalhelder, fris, avontuurlijk, verbonden en vol levenslust. Omdat je los van jezelf en je rolgedrag bent, omvat je levenslied alle toonaarden, alle kleuren van het spectrum. Je relatie is oneindig rijk, vol met verrassing en creativiteit. De paradox is dus: omdat je het (je kleine zelf) niet bent, kun je het helemaal zijn. Omdat je niet door jezelf wordt overheerst, kun je ermee spelen. Het is de hergeboorte van „de spelende mens" (J.Huizinga). Je liefdesleven is hiermee op een ander plan gekomen. Vanuit het Wezen dan weer ontvangend („vrouwelijk"), dan weer gevend („mannelijk"), wulps, verlegen, hartstochtelijk, animaal, teder, aanhankelijk, overheersend, geil of onthecht zijn, het „zit er allemaal in". Zijnsliefde geeft je vanzelf alles wat je nodig hebt.

49. Je partner is daarbij geen verlengstuk van je eigen dromen, verlangens en voorstellingen. Dit zijn uitingen van „hebliefde", hebzucht en bezitsdrang. Deze surrogaatmechanismen moeten het gemis aan ware erotiek toedekken. Erotiek gaat daarentegen via het Zijn, het lichaam, je energie en de zintuigen. Heeft het bezit van je genomen, Ben Je Er Helemaal (voor de ander). Je eigen wensgedachten zijn dan als sneeuw voor de zon verdwenen. Er is alleen maar liefdevolle aanwezigheid, het lichaam dat je bent in intensief contact met zijn omgeving. Je innerlijke afstand (Zijn) laat de intensiteit van je liefde tot grote hoogte (boven jezelf uit)stijgen. Soms wil je daarom helemaal niets. Het is dan ontroender „de bloem" niet te plukken dan dat wel te doen.

50. Met dezelfde authentieke innerlijke houding treedt je nu naar buiten, ontmoet je je medemensen. Je kunt je dit voorstellen als het trekken van concentrische cirkels. Eerst contactmaken dichtbij huis, later ook verderweg. Begroet de mensen in hun Wezen. Niet voor niets is de groet in Azië de namasté: je handen voor je borst groetend bij elkaar brengen. Terwijl wij handenschudden en elkaar dus uitsluitend aan de buitenkant beroeren, verbuigt men zich daar voor het Zijn in een ieder. De ontmoeting van Hart tot Hart, dat is wat wij hier opnieuw moeten leren. Ook het horizontale contact - de lichaamsberoering - hoort hierbij. Het komt overeen met de Werkelijkheid: wij zijn allen - door het Zijn - op intieme manier met elkaar verbonden. Die verbondenheid actualiseren in (bewust) lijfelijk contact is een van de belangrijkste factoren in de heelwording van de gemeenschap. Hoe verloederd dit is, bewijst de toenemende contactschuwheid en de angst voor „misbruik". Het bevestigt mijn stelling, dat het hebben zelfs de meest onschuldige en natuurlijke omgangsvormen heeft verpest. Immers, iemand die contact misbruikt, wil daarmee uitsluitend aan zijn eigen trekken komen. De geestelijke armoede hier in het „welvarende" Westen is inderdaad ongeëvenaard.

51. Kom, laten wij echter gemeenschap hebben. Leg je vrees af en treedt elkaar onbeschroomd tegemoet. Misschien dat je het veiliger vindt eerst „gelijkgestemden" op te

zoeken. Mits je je open, onbevooroordeelde, liefdevolle houding weet te bewaren, heeft zo'n stap het voordeel, dat je in kleine kring een basis kunt maken, die je later (eventueel) kunt verbreden. Elk contact met een nieuw persoon is een oefening in Zijnsbesef, Zijnswording, Zijnsluiting, Zijnsrealisatie en Zijnsdynamiek. Met ieder ander herhaalt zich jouw eigen „proces". Ieder mens maakt weer nieuwe dingen bij je los, geeft je de gelegenheid van andere aspecten van jezelf bewust te worden. Sommige contacten kunnen een directe weerspiegeling van het Zijn Zelf zijn. Alles wat je hierbij ontvangt geef je spontaan weer terug, zodat een intensieve wisselwerking ontstaat. Uitwisseling op dieper niveau heeft niets met „dialogoog" te maken. Dat is meer een ritueel voor situaties dat je elkaar eigenlijk niets te zeggen hebt. Wat hier echter is bedoeld, is gemeenschap vanuit het Wezenlijke. Momenten van ware Eenheid stemmen daarom tot grote dankbaarheid. In Wezen ben je immers identiek, het leven is er om dat te vieren. Je kunt het overal beleven. Vooral wanneer je open bent, in direct contact met je omgeving. Meestal gebeurt het dan onverwachts, zonder enige voorbedachte rade, een aanwijzing voor de authenticiteit ervan. „Waar twee in mijn Naam bijeen zijn"...daar overstijgen deze elkaar. Naar, in en vanuit het Zijn wordt de Nieuwe Gemeenschap geweven.

Hoofdstuk 8: Zijnscultuur

52. Onze cultuur is als een lichaam zonder hart. Het omvat talloze aspecten, die mooi en bewonderenswaardig zijn, maar geen existentiële context bezitten. Zelfs de aantrekkelijkste dingen zijn hooguit tijdelijk van belang, of zelfs totaal zonder betekenis. Het lijkt op een land in de greep van een bezetter, die alle oorspronkelijke impulsen heeft verlamd. Alleen, onze situatie is erger. Wij hebben niet te kampen met een macht van buitenaf, maar een van binnenuit. De malaise heet „onvermogen tot Zijn". Het is hierdoor dat het hebben zijn kans kreeg, met het gevolg, dat het onze geest, ziel, lichaam en ook onze cultuur beheerst. In plaats van het Zijn, is het geld de maat aller dingen geworden. In plaats van cultuur als passie, voortkomende uit het geworteld-zijn in Hemel en aarde, is het de dipsaus van de economie geworden, het hebben als uitverkoop van het Zijn. De wereld op zijn kop. Het punt is niet, dat we dat niet beseffen. De kranten, de TV en de radio staan dagelijks bol van de meest openhartige kritiek op ons systeem, in steeds ongezoutener bewoordingen. Als puntje bij paaltje komt, wil men echter zowel de kool als de geit sparen, zodat er dus niets gebeurt. „Theater bedroevende vertoning", maar wie ziet dat het van binnenuit vermolmd is? „Het mediamonopolie", maar wie ziet dat juist door de (overmaat aan) informatie wij (snel) verder afstompen? „Het onmachtige parlement", maar wie durft er te twijfelen aan de parlementaire democratie als zodanig?. „Kloof tussen arm en rijk groeit", maar wie durft de grondslag van het onrecht, ons eigen systeem ter discussie te stellen? „Barbarij in Joegoslavië", maar wie stelt naast Milosovic (terecht) ook de Nato aan de kaak? „Ernstigste milieuramp aller tijden", maar wie is bereid daarvoor het roer daadwerkelijk om te gooien?

De geweldsspiraal: de staat bevordert de op winst beluste markteconomie, waardoor rijk steeds rijker en arm steeds armer wordt. Hierdoor stijgt logischerwijs de criminaliteit. Vervolgens grijpt diezelfde staat naar machtsmiddelen (wet, politie, contrôle) om de rijken te beschermen en de armen arm te houden.

53. Het punt is, dat niemand een aantrekkelijk alternatief heeft voor het huidige systeem. Eruit stappen dan maar? Het is wat een Maya vrouw ooit zei: „Jullie hebben alles zó kapot gemaakt, dat je geen plek meer hebt om naartoe te gaan". Ja, wat kunnen we nog ondernemen, waar kunnen we onze inspiratie vandaan halen, waar vinden we onze toevlucht? Dat is het probleem. Wisten we het maar, dan was er weer hoop, konden er initiatieven van de grond

komen, dan zouden we de handen weer in elkaar kunnen slaan. Toch is die toevlucht er. Het is die dimensie, die ooit van ons afgenomen werd. Niet zomaar iets werd ons afgenomen. Het was de Grond van ons bestaan, die onder onze voeten werd weggemaaid: het Zijn. Het was alsof een baby uit de armen van de moeder was gerukt en voor de wolven was gegooid. De ontworteling was destijds grondig uitgevoerd, met complete innerlijke desorientatie als gevolg. Kon je onze voorvaderen kwalijk nemen, dat zij hun heil zochten in de hebkant van het bestaan? Zij gooiden al hun energie erin en het resultaat is ernaar. Nooit heeft een cultuur zoveel tot standgebracht. Maar, zoals iedereen weet, dat waar je goed in bent, wordt op een gegeven moment je ondergang. Het eenzijdig doorschieten van ontwikkeling is daarvoor verantwoordelijk. In onze maatschappij is dat de verwevenheid van wetenschap, technologie en „markt“economie: het WTK-complex (prof.dr.E.Vermeersch). Het is het kankergezweel, dat alles om zich heen vernietigt. Er is slechts één hoop het te bedwingen, namelijk door het Zijn. Alleen door het Zijn kan het hebben tot zijn functionele proporties worden teruggebracht.

Vrede in een hebzuchtige wereld is een illusie

54. De relatie tussen Zijn en hebben is precies datgene, waar het bij de wereldcrisis om draait. De huidige mens heeft zichzelf een nieuwe definitie gegeven: „ik heb, dus ik ben“. Of zoals ik onlangs las in een advertentie: „ik denk geld, ik droom geld, ik ben geld“. De huidige mens heeft zich zó volledig met het geld vereenzelvigd, dat het zichzelf tot koopwaar heeft gemaakt (waar de armen altijd al toe gedwongen waren). Hij verhandelt zichzelf, loopt slaafs achter het geld aan („flexibiliteit“) evenals alle andere producten op de markt. Deze mentaliteit heeft het sociale weefsel als een schimmel doorwoekerd. De van eigenwaan, arrogantie en zelfzucht pronkende rijke deel van de mensheid beseft niet, dat „hebben“ - het meer bezitten dan je nodig hebt - de armetierige overcompensatie is voor het gemis aan Zijn. Hebzucht als de wortel van het kwaad, heeft sinds het de overhand kreeg, een golf van rampen over de wereld gebracht: vulgariteit, egoïsme, misdaad, geweld en uitbuiting. In zo'n maatschappij is vrede, menselijkheid, duurzaamheid, rechtvaardigheid en solidariteit een illusie. Het meer kan je nooit echt bevredigen. Dus gaat de vraatzucht door. Meer bezitten kan je echter nooit daar brengen, waar je ten diepste naar verlangt: jeZelf-zijn. Aangezien de sociale omgeving in de laatste decennia tot een ware hebcultuur is uitgegroeid, stuiten steeds meer bewuste mensen (op pijnlijke wijze) op de diktatuur van het geld. Innerlijke bevrijding blijkt dan niet mogelijk zonder een uiterlijke. Het sein voor de "Zijnsrevolutie" is daarmee gegeven. Moge zij, die deze noodzaak onderschrijven, inzicht, liefde en kracht ontvangen overeenkomstig de taak die voor hen is weggelegd.

55. Jezelf buitensporig verrijken - door onproductieve arbeid ten koste van het geheel - is niet alleen onrecht ten opzichte van de armen, de benadeelden, de hongerenden, de verdrukten en de bedreigde natuur, maar immoreel: zondig ten opzichte van het Zijn („God“). Het heeft alles te maken met je inzicht in de Werkelijkheid. Terwijl in de christelijke voorstelling de natuur weliswaar door God geschapen is, maar er verder geen relatie mee heeft, ja als tegenstrever van God werd opgevat, is de natuur in werkelijkheid de manifestatie van het Uiteindelijke. Het universum is het „lichaam van God“. Dit universum bestaat uit een oneindig aantal dynamische evenwichten, die alle met elkaar samenhangen. Verandering in een deel heeft daardoor consequenties voor het geheel. Ook wij zijn deel van deze „door God gewilde“ samenhang met de daaruit voortvloeiende verantwoordelijkheid. Zelfverrijking door productieve arbeid zal het evenwicht doorgaans niet verstoren, de onproductieve ophoping van bezit, geld en macht daarentegen - meer dan nodig is om een menswaardig bestaan te leiden - is niet alleen misdadig ten aanzien van onze lijdende medemens, maar een verstoting tegen de door het Zijn („God“) bedoelde orde.

Drop-out uit het hebben en drop-in in het Zijn

56. In Duitsland groeit de groep, die men „Aussteiger" noemt. Zij hebben het contact met de meest extreme uitwassen van onze maatschappij verbroken en zijn teruggekeerd tot zichzelf. Zo kijken zij geen TV meer, noch lezen zij kranten en ook E-mail verkeer zul je bij hen niet aantreffen. Velen hebben een nieuwe rolverdeling ingevoerd, waardoor én man én vrouw parttime werken en de andere helft van de tijd thuiszijn. Het „overschot aan tijd" gebruiken zij voor zichzelf en hun naasten. Zo lezen zij (weer) boeken, bezoeken schouwburg en concertzaal, trekken vaak op met hun kinderen en de natuur in, doen zinvolle dingen voor hun gezondheid en verstevigen vriendschappen. Onderzoek heeft aangetoond, dat deze groep, die al in de miljoenen loopt, een meer dan doorsnee intelligentie heeft, ja meer dan dat, vrijwel zonder uitzondering zijn het mensen met succesvolle carrières. Ze weten dus wat ze doen, want ze kunnen het weten. Ze zijn gedeeltelijk uitgestapt, maar ook ingestapt: „drop-ins". Vanuit de verslavende wurggreep van het hebben zijn zij begonnen zich te herorienteren rond de kwaliteit van het leven. Zij kiezen - bewust of onbewust - voor een Zijnscultuur. En zo is het precies. Vanaf het eerste moment, dat je beseft wat het werkelijke probleem is, kun je er ook iets aan doen.

57. Daarom is inzicht in de werkelijke situatie: „hebben als het onvermogen tot Zijn" de revolutionaire hefboom voor de ommekeer van onze samenleving. Ook het bedrijfsleven heeft dat begrepen. Zij zijn druk doende allerlei (uiterlijke) aspecten van de Zijnscultuur te annexeren (slogans, logo's, trainings) met de bedoeling deze onschadelijk te maken cq voor eigen doeleinden te exploiteren. Zo wordt uiteindelijk het meest kostbare in het leven - het Zijn - verloederd. Laat je echter niet ontmoedigen. Diegene die het Zijn eenmaal heeft „geproefd" staat ervoor en wil nooit meer iets anders in het leven.

De mens van Zijn: met zijn geest geworteld in de Grote Geest en met zijn lichaam in de aarde

58. De integratie van Zijn, het lichaam en de natuur, je ik en je subpersoonlijkheden is niet alleen de sleutel tot bevrijding op persoonlijk niveau, maar geldt ook op grotere schaal. Hun interactie kun je doortrekken naar de verschillende gebieden in de samenleving. Denk om te beginnen bijvoorbeeld aan het onderwijs. In plaats van de „trainingskampen voor het bedrijfsleven" - niet voor niets verkeert het onderwijs al jaren in een crisis - verandert mens- en Zijnsgericht onderwijs alles van de grond af aan. Ieder die de situatie werkelijk kent, weet, dat er geen lapmiddelen meer zijn. Als een systeem als het onderwijs op instorten staat, kan er alleen een nieuw systeem voor in de plaats komen. Denk vervolgens eens aan de gezondheidszorg. Nog nooit hebben we er zoveel geld voor uitgegeven, nog nooit nam ziekte (stress, burn-out, nieuwe risico's, chronische ziekte) zo dramatisch toe als juist nu. Niet voor niets bezoeken elk jaar miljoenen mensen „alternatieve genezers". Is dat geen teken aan de wand? Ook hier ligt de kwalitatieve verbetering voor het oprapen.

59. Op „dezelfde wijze" kun je de technologie onderscheiden in Zijns- of hebtechnologie, waarbij de eerste levensbevestigend, kwalitatief hoogwaardig en duurzaam is, terwijl de tweede het alleen op omzet - kwantiteiten - heeft gemunt. Of kijk eens naar de kunst. Deze moet ofwel volledig naar commerciële pijpen dansen, of heeft dat lang geleden zelf reeds gedaan. De waarde van schilderkunst is niet intrinsiek, maar hangt af van het geld dat ervoor gegeven wordt. Inhoudelijk lijkt zij ook volledig gedesoriëteerd. Werken, die hooguit een therapeutische waarde voor de maker hebben, worden gewaardeerd als waren het hoogtepunten der cultuur en vice versa. Het zou helemaal niet slecht zijn - uit educatief

oogmerk - in de kunst een (vrijblijvende) schaal in te voeren. Bijvoorbeeld in werken die appelleren aan (of voortkomen uit) het Zijn, aan de archetypen, aan het rationele verstand, aan onze emotionaliteit en subpersoonlijkheden of aan onze verdrongen neurotische complexen. Zonder een waardering op te dringen zouden mensen in die zin geholpen zijn, dat zij zowel de kunst als zichzelf beter gaan begrijpen en waarderen. Ja, en ons economische systeem dan? Functioneel privébezit - niet meer bezitten dan dat je nodig hebt - uiteraard, maar die overdaad in handen van weinigen dan, het teveel dat ten koste van de armen gaat? Renteheffing werd in het vroege Christendom als woeker beschouwd en daarom verwerpelijk. Zelfs onze Calvinisten waren de opvatting toegedaan, dat de wereld „eigendom van God" is, dat (overdadig) privébezit dus uit den boze was en dat derhalve een systeem van rentmeesterschap de enige juiste weg zou zijn. Wel, de schepping is nog steeds onveranderd „eigendom van God", we hebben alleen „vernieuwde Calvinisten" nodig. En wat te zeggen van onze landbouw? Is iedereen zich er wel van bewust, hoe wij in de laatste vijftig jaar oorlog tegen onze boeren hebben gevoerd, waarbij duizenden van hun land zijn verjaagd. Hoe we de overgeblevenen dwongen grootschalig te gaan werken als slaaf van de agro-business en industrie? Nu moeten ook zij inkrimpen, niet alleen vanwege natuurbehoud, maar ook omdat de gen-techniek steeds verder oprukt.

*De basiswet van het universum is balans: hoe meer je ophoopt,
hoe meer er vernietigd wordt*

60. Dit lijken onoverkomelijke problemen, ware het niet, dat er niet een gemeenschappelijke noemer aan ten grondslag lag. De politici en de media worden er daarentegen niet moe van om voortdurend te benadrukken, dat dit allemaal buitengewoon complexe problemen zijn. Hun bedoeling is, dat wij ons daardoor steeds onmachtiger gaan voelen, verlamd achter onze TV blijven zitten en nooit meer uit onze stoel zullen komen. Echter, zij hebben het aan het verkeerde eind. Hier is bewuste misleiding in het spel. De situatie is juist buitengewoon simpel. Kijk, ondanks het bovenstaande zit onze maatschappij niet „onredelijk" in elkaar. Vergelijk het maar eens met andere landen buiten onze cultuursfeer. Onze instellingen, organisaties en instituties bestaan doorgaans uit goedwillende, hardwerkende mensen. De mensenrechten staan niet alleen hoog in het vaandel, maar worden in de praktijk ook gerespecteerd. Al met al is onze leefsfeer echt niet de slechtste plek op aarde. En de maatschappij is - al naar omstandigheden - redelijk goed georganiseerd (wat overigens verwacht mag worden van een rijk land). Het justitiële apparaat is nog niet totaal door corruptie aangevreten. Er is hier (nog) geen militarisme, noch extreem nationalisme. De tolerantie ten opzichte van andersdenkenden, respectievelijk andersgekleurden is redelijk intact.

61. Het is dus niet dat alles zo slecht in elkaar zou zitten. Integendeel. De structuur hoeft niet veranderd te worden. We kunnen de maatschappij in grote lijnen gewoon laten bestaan zoals hij is. Wat de zorg wél is, is dat al onze verworvenheden geen basis, geen fundament hebben. Als bijvoorbeeld de economische situatie dramatisch zou verslechteren - hetgeen toch elk moment zou kunnen gebeuren - dan is er geen been om op te staan. Dan blijkt hoe onze maatschappij een reus op lemen voeten is. In feite staat de samenleving op zijn kop en moet hij weer op zijn pootjes terecht komen. In plaats van bovenaf, dient hij - met behoud van dezelfde bestuursstructuur, organisaties en instellingen - van onderop geregeerd te worden. De hiërarchie dient te worden vervangen door de Zelfsovereiniteit. Op een aantal gebieden zijn eerste aanzetten voor verandering reeds gegeven⁵. Het wachten is op de „politieke wil". Die politieke wil zal echter nooit uit het hebben, maar alleen uit het Zijn kunnen voortspuiten. „Reculer pour mieux sauter": eerst een stap terug doen, contact maken met onze Bron om er

vervolgens versterkt uit voort te komen, dat lijkt de enige weg te zijn. Echte vrede ontstaat pas, wanneer het hebben door het Zijn zijn plaats toegewezen krijgt. De „economie van het genoeg" en daarmee veiligheid, samenwerking, een rechtvaardige samenleving en natuurbehoud, komt alleen van de grond, als daar de overvloed van het Zijn tegenover staat. Geestelijk „uitdijen" om daardoor materieel te kunnen inkrimpen. Als uitvoerders van het Zijn zal die taak ons licht vallen. Onze samenleving is dus - net als wijzelf - oké, alleen moet hem het Zijn „ondergeschoven worden" voordat het te laat is.

Het Zijn laten doorklinken in alle geledingen van de samenleving

⁵ Zie hiervoor <http://welcome.to/EIAR/>

Hoofdstuk 9: De Zijnsrevolutie

62. Kenmerk van een vernauwde geest is het vereenzelvigen met het ene, bij buitensluiting van het andere. Met name de Westerse mens werd - bij afwezigheid van Zijn - op zijn ik, zijn ratio teruggeworpen dusdanig, dat hij alleen nog maar in zich elkaar uitsluitende tegenstellingen kon denken. Zo was (is) de wereld ingedeeld in licht en duisternis, goed en kwaad, God en de natuur, Christus en de duivel. Omdat hij de tegenpool ooit buitensloot, wordt deze als „het onbekende andere" als bedreigend ervaren. Als iets a is kan het nooit b zijn redeneert het verstand. Om zich niet door het „andere" te laten overspoelen, moet men zich vervolgens tegen de zelfgecreëerde! „dreiging" teweestellen door er de strijd mee aan te binden. Dit fenomeen is het kenmerk van Westerse religie. Alle christelijke stromingen en secten zijn er grondig door vergiftigd. Het kwam voort uit de patriarchale, nomadische op de hemelgod georiënteerde volken. Ironisch genoeg waren dit zowel de Hebreeën alsook de Ariërs in India. Beiden kwamen uit het Noorden en stieten op een matriarchale landbouwers cultuur. De mannelijke angst voor „vermenging" en verlies van identiteit, in feite de angst voor de dominante moeder en vrouw, die de „onreinheid" vertegenwoordigde, dreef de cultuur in de richting van afzondering, uitverkoren-zijn, reinheid en exclusiviteit. Ook de Grieken volgden dit patroon in hun tweedeling tussen vrijen en slaven.

63. Ook nu stevenen wij weer af op een tweedeling: de Zijns- en de hebmens, oftewel de ontwaakten enerzijds en de onwetenden anderzijds. Dit is echter niet gebaseerd op exclusiviteit, maar is daarentegen inclusief. Het kenmerk van de Zijnsmens is immers geen vernauwd, maar een verruimd bewustzijn. Het Zijn overstijgt alle grenzen van ras, geloof, leeftijd, cultuur of sexe. Het verenigt de tegenpolen, in plaats van ze tegenover elkaar te stellen. In de context van het Leven blijken zij elkaar aanvullende, complementaire krachten te zijn, die het leven dynamiek geven. De ander is deel van jeZelf. Net als zelfintegratie de motor is van persoonlijke heelwording, is liefdevolle aanvaarding van de medemens de voorwaarde voor sociale integratie. De ikmens, o zo clever op het gebied van eigenbelang, het functioneren en de manipulatie van zijn omgeving, blijkt pijnlijk onwetend omtrent zijn ware Zelf. Hij moet daarom opnieuw beginnen, terug naar af. Hij heeft begeleiding, leiding en educatie nodig. Hier komt dan tevens het onderscheid tussen ware en pseudo-spiritualiteit aan het licht. Terwijl de eerste het leven in al zijn facetten onvoorwaardelijk in zich kan toelaten, heeft de tweede zich slechts opnieuw met een deel geïdentificeerd.

64. In plaats van de Waarheid in zichzelf te vinden, beroepen de laatsten zich opnieuw op een autoriteit van buitenaf. Het zijn de fanatieke aanhangers van een systeem - welk dan ook - diegenen die bijvoorbeeld plegen uit te roepen: „ja maar de bijbel, de course of miracles, zen,

de goeroe of de koran zegt dit en dat". De uitweg uit de identificatie - spiritueel gezien een doodlopende weg - is dan tweeledig. De eerste weg is je zó totaal met je object - Jezus, de Boeddha - te vereenzelvigen, dat hij tenslotte van je afvalt, of dat je zó jeZelf vindt, dat identificatie niet nodig blijkt te zijn. In de geschiedenis hebben mensen nog nooit afstand gedaan van iets, of het nu een geloof, bezit of relatie was, als daar niet iets beters tegenover stond. Aangezien de hebmens doorgaans in onwetendheid is over het Zijn, en het hebben alles is wat ze hebben - waardoor zij zich er met hun hele hebben en houden aan vastklampen - ziet de naaste toekomst er niet erg rooskleurig uit. Eén ding staat daarbij vast: „God" staat onverschillig tegenover het leven. Voor „hem" is er slechts het Grote Leven, waarin sterven en geboren worden natuurlijk zijn, inherent zijn aan het bestaan. Van „hem" is daarom geen enkel ingrijpen in de „schepping", terwille van ons overleven te verwachten.

65. Uit de medische praktijk blijkt keer op keer, dat alleen wanneer mensen met de rug tegen de muur staan, zij bereid zijn tot ommekeer. Alleen wanneer niets meer werkt en het „oude vertrouwde" leven een hel is geworden, dan slaat de wanhoop om in moed en durven zij de sprong in het onbekende te wagen. Plotseling zijn zij dan bereid, waar zij nimmer toe bereid waren: stoppen met roken, vegetarisch gaan eten, ontspanningsoefeningen of psychotherapie. In existentiële crises gaat het precies hetzelfde. Alleen wanneer „de weg van het hebben", die van zelfgenoegzaamheid en eigenbelang, je tot de rand van de afgrond heeft gebracht, dan wordt de sprong in het onbekende Zijn gemaakt. Het gebeurt alleen maar wanneer je er volledig aan toe bent. Een te vroege „bekering" is vaak halfslachtig, heeft de power van de wanhoop niet achter zich, en is daarom meestal niet wenselijk. Het geeft tevens het verschil aan tussen „gewone" en initiatische of Zijnstherapie. Terwijl de eerste pijn wil verlichten, moet in het tweede geval juist voor acceptatie gekozen worden, het zolang „uithouden" van de ellende, totdat deze een hefboom naar het Nieuwe Leven wordt. Het criterium is de cliënt. Is hij of zij (nog) onwetend en heeft hij of zij „de zin van lijden" nog niet ontdekt, of is het tegenovergestelde het geval? In het eerste geval zal de therapeut, dokter of helper proberen de pijn, de angst te helpen verlichten, in het tweede geval kan hetzelfde leiden naar Verlichting.

66. Wat nodig is, is een loyaliteitsverschuiving. Dien ik het Zijn of het systeem, dat is de cruciale vraag. Het gaat erom wat je diep van binnen voelt. Een eerlijk zelfonderzoek is onontbeerlijk. Diep van binnen weet iedereen wat "goed of slecht" is. Als je in contact komt met jeZelf, zegt een stem je hoe het *werkelijk* met je gesteld is. Het gaat erom die stem, die inderdaad heel zwak kan zijn - bedolven onder jaren van zelfzucht, overtuigingen, gewoonten en gemak - aux serieux te nemen, de pijn te voelen van enerzijds diep te weten en anderzijds te zien, dat je dagelijks leven daar mijlenver vanaf staat. Hoe je jezelf in de nesten hebt gewerkt, door voortdurend "compromissen te sluiten". Dusdanig, dat je alleen nog maar functioneert. Je het *wie ben ik* en het *waartoe* voortdurend angstig onder de tafel veegt. Terwijl als je eerlijk bent, je leven door verveling, meer van hetzelfde en afstomping wordt getekend. Om niet met je ware Zelf geconfronteerd te worden, vlucht je in het werk, de studie, de "sociale contacten", sex en de afleiding. Als de zinloosheid te sterk wordt, de pijn ondraaglijk, dan vind je wellicht de moed tot ommekeer. In de praktijk vindt dan een verschuiving in prioriteiten plaats. Of je nu directeur, voorzitter van een stichting, ondernemer, aandeelhouder of executive bent, het maakt niet uit. Je ziet in, dat je leven op zijn kop staat, vervreemd, afgesneden van het leven. Je opdracht wordt het te herstructureren. Je wordt dan deel van het Zijnsnet, mensen die elkaar vinden, herkennen en bijstaan in het vinden van nieuwe wegen. De noodzaak, dat dit juist ook in organisaties doordringt, is levensgroot.

Om toegang te hebben tot het Zijnsnet heb ik het password "deel van het Geheel" ingevoerd. Fluister het en je zult herkend worden.

67. De Zijnsrevolutie raakt de kern van de mondiale crisis: de dictatuur van het hebben in alle gelederen van de samenleving. Zijn opdracht is de kanker van het eigenbelang te overwinnen. Waar de dalende lijn van de degeneratie en de opgaande lijn van de vernieuwing elkaar zullen snijden, weet niemand. Of de mensheid ten onder zal gaan, door (grote) schade toch nog wijs wordt of bijtijds (innerlijk) vrijwillig sterft zodat hij zal overleven, dat staat op dit moment nog volledig open. De paradox is, dat zolang je nog aan het (kleine) leven - het ego, het oude, het hebben - bent gehecht, je zult ondergaan, terwijl als je dit kleine leven loslaat, je gered zult worden. Sterven van het ego om opnieuw in het Zijn wedergeboren te worden daar gaat het om. Loslaten om duizendvoudig terug te ontvangen. De mens van Zijn is niet gehecht aan het (kleine) leven, hij of zij is in Wezen onverschillig tegenover „overleven“, hij is vrij van angst, vandaar dat hij bij uitstek degenen is die de mensheid in de „Nieuwe Wereld“ kan leiden. Hij doet dit door zelf voortdurend terug te gaan naar de Bron - het geworteld-zijn in Hemel en aarde - zich daar dusdanig in te verliezen - overgave - dat hij er voortdurend vernieuwd uit voortkomt. Vanuit het verticale stroomt inzicht, liefde en kracht dan over naar naar het horizontale.

68. „JeZelf-zijn in verbondenheid“, daar gaat het om. Je eigen Wezen blijkt het Wezen van de hele schepping te zijn, vandaar dat Zelfwording tegelijkertijd mededogen met al-wat-leeft omvat. Het inpassen in de „wetten van de natuur“ - het in praktijk brengen van een leefstijl in harmonie met de natuur - brengt „Hemel en aarde“ weer bij elkaar. Waardoor een nieuw midden, het Hart, het nieuwe ik geboren wordt. Vanuit deze nieuwe context is de Zijnsmens voortdurend actief bezig brokstukken van het oude zelf in het nieuwe ik in te passen. Bewustwording, zelfintegratie en heelwording zijn processen die altijd doorgaan. Hieruit komt kracht vrij - mededogen, voorbeeld stellen, het voortouw nemen en actie - om gezamenlijk het „Koninkrijk van Hemel en aarde“ te vestigen.

Hoofdstuk 10: Initiatische Zijnstherapie

Zie ook onder: [Psychotherapie](#)

„Niet het probleem is het probleem, maar door het probleem overheerst worden“

Inleiding

69. Hét kenmerk van de westerse mens is, dat hij zichZelf niet is. De oorspronkelijke zoektocht naar het Zelf, ingezet door Echnaton, de verlichte egyptische pharao en voortgezet de griekse filosofie, Hermes Trismegistos, de Gnosis en vervolgens in het Neo-platonisme werd door het Christendom met geweld een halt toegeroepen. Geloof werd tegenover weten gesteld, op zulk een absolute wijze, dat Zelfkennis, het verwerklijken van het Wezenlijke, tot grootste zonde werd verklaard - „ketterij“ - iets dat met hand en tand werd bestreden. Evenals het contact met de eigen lichamelijke, eros en de natuur, hetgeen als werk van de duivel - heidendom, hekserij - werd bestempeld. In plaats van ten diepste jeZelf te mogen zijn, werden de mensen met geweld gedwongen zich te identificeren met iets van buitenaf: een heilsbrenger (Jezus Christus), een „heilig“ boek, de kerk, de dogma's en de leerstellingen. Het contact met de eigen Diepte (vertikaal) zowel als het contact met de directe omgeving

(horizontaal) - de existentiële grondslag van het menszijn - werd de mens ontnomen door eeuwenlange onderdrukking, vervolging, intimidatie, marteling en moord met de brandstapel als favoriete methode. De Inquisitie is hierbij zó grondig te werk gegaan, dat de innerlijke goddelijke Vonk definitief uitdoofde (behalve in uitzonderlijke enkelingen), zodat de westerse mens geen andere keus had, dan terug te vallen op het ego. Het ironische daarbij is, dat het Christendom goed beschouwd zelf het zaad van de „secularisatie" heeft gezaaid. Immers, alleen vernieuwing van binnenuit - door de Zijnservaring - houdt een religie levend. En dit was nu net het grootste taboe. Met het verdwijnen van het Christendom komt zijn erfenis van tweeduizend jaar dan ook onbarmhartig aan de oppervlakte: een gedesorienteerde, lijdende, onwetende, oppervlakkige en materialistische mens. Een mens die ontworteld is - vervreemd van zichZelf en het Goddelijke, geïsoleerd van zijn eigen lichaam en de natuur - en daarom willoos overgeleverd is aan impulsen van binnenuit en buitenaf. Aangezien de godsdienst onmachtig blijkt de gevolgen van zijn eigen werkzaamheid - het huidige existentiële vacuüm - te repareren, valt die taak toe aan de geestelijke volksgezondheid.

Probleemstelling

70. Iedere client, ongeacht leeftijd, opleiding of maatschappelijke achtergrond begrijpt onmiddellijk, wanneer hem¹ wordt gezegd, dat niet zijn probleem het probleem is, maar dat het werkelijke probleem is door de problemen overheerst te worden. Problemen behoren tot het menszijn, iedereen zonder uitzondering heeft problemen en dat zal altijd wel zo blijven, hetgeen in de huidige situatie eerder toe- dan af zal nemen. Voor de gezonde mens zijn problemen uitdagingen, die bij een juiste innerlijke houding en aanpak jezelf verder helpen je leven gelukkiger en succesvoller vorm te geven. Zorgen, angsten, eenzaamheid, pijn, onzekerheid, woede, somberheid of stress zijn daarom alleen problemen voor diegenen, die het vermogen missen er zinvol en creatief mee om te gaan. Alle problemen kunnen daarom teruggebracht worden tot één enkel basisprobleem, namelijk het inherente onvermogen van de persoon in kwestie. Er heeft daarbij een fundamentele sprong plaatsgevonden: die van identificatie met het probleem naar aandacht voor de kernfuncties van de mens. Inderdaad blijkt er een wisselwerking te bestaan tussen het Zelf (ik) en de problemen. Kennen wij onsZelf niet, dan hebben de problemen de overhand en andersom. Het raakt de kern van ons bestaan: wie ben ik?

¹ In de tekst staat hij evenzeer voor zij en hem voor haar.

71. Zoals boven reeds opgemerkt, zijn wij de door eeuwenlange onderdrukking van het Wezenlijke zó op ons kleine ik teruggeworpen, dat wij onsZelf niet meer zijn. Je leeft aan je periferie, onbewust van wie je werkelijk bent. Een bundel functies zonder innerlijke samenhang, zonder context. Door het missen van een innerlijke verankering ben je overgeleverd aan iedere willekeurige impuls. De gedachten zijn sterker dan jeZelf. Niet voor niets zegt het Nederlands heel treffend: „in gedachten-zijn". Je bent innerlijk zó zwak, dat iedere willekeurige gedachte, impuls of verlangen je uit je midden haalt, zonder dat je dit in de gaten hebt. Vraag iemand naar zijn midden en hij zal je niet begrijpend aanstaren. Er is geen innerlijk referentiepunt, waaraan je dat kunt herkennen, geen waarnemend bewustzijn. Je kent wel je gedachten - we zitten er immers voortdurend middenin - maar niet jeZelf. Hoezo, vervreemd, ik? Het is de essentie van de collectieve zelfverslaving, zoals we deze hedentendage om ons heen zien. Kortom, je „problemen" hebben een verwijzingsfunctie, zij leiden naar de meest fundamentele vraag over jeZelf. Een zwak ik en het overspoeld worden door problemen zijn twee keerzijden van dezelfde medaille. Je kent je eigen meerwaarde niet, de instantie van innerlijke vrijheid ten opzichte van wat er allemaal in je omgaat. Je hebt nooit

geleerd, dat je „van binnenuit" de waarnemer van jezelf kunt zijn. Niemand kent de innerlijke afstand die iedereen heeft, zodat „ik hier ben en mijn probleem daar". Een afstand die kan uitgroeien tot innerlijke ruimte, dusdanig, dat het probleem - in plaats van opgelost te worden - er juist mag zijn. Er mag zijn om gekend, doorleefd en geaccepteerd te worden, zodat je aan je problemen groeit, ervan leert, ze integreert en zo boven ze uitstijgt. In plaats dat we het probleem uit de wereld wilden helpen, zeggen we nu „dank je wel". Tegen dit licht is succesvolle probleemoplossing in de gebruikelijke zin een gemiste kans. Het ontnemt je de kans aan je probleem te groeien. En wanneer je in eenvoudige bewoordingen schildert hoe dit mogelijk is, begrijpt iedereen dit. Iedereen, inclusief tieners, carrière-managers, verbitterde mannen voorbij de middelbare leeftijd en oude vrouwtjes van zes en zeventig. Het „meerzijn dan jezelf" is niet alleen het oeroude verlangen van de mensheid, maar blijkt een realiteit in het leven van alledag.

72. Onwetendheid over je wezenlijke Zelf blijkt nog niet alles te zijn. Hij wordt aangevuld met gebrek aan inzicht over het ontstaan van je zelfbeeld, je persoonlijkheid. Voor de meesten van ons zal het een verrassing zijn te vernemen, dat de vorming van je persoonlijkheid gebaseerd is op een proces van buitensluiting. Vanaf het allereerste begin liet je datgene toe, wat bij je paste en probeerde je de dingen die je - om welke reden dan ook - niet aankon van je af te schuiven: het pijn-plezier principe. Wat je bent, is daarom het resultaat van een proces van buitensluiting. Je bent er het product van, datgene „wat ervan overgebleven is". Je identiteit staat en valt bij het succesvol afwerpen van die dingen die niet bij je passen, problemen bijvoorbeeld. Zij zijn je om meerdere redenen niet welkom, niet alleen omdat zij je bekende, zelfgenoegzame leven verstoren, maar omdat zij direct of indirect een bedreiging zijn voor je zelfbeeld. Zijn er dus problemen, dan „wil je er zo gauw mogelijk van af", dit om niet in een „identiteitscrisis te geraken". Probleemoplossing dient daarom de zaak van niet-acceptatie, datgene wat je je leven lang al hebt gedaan, met je huidige ellende als laatste gevolg. Toch houd je je vast aan de vooronderstelling, dat problemen niet van jou zijn, dat zij meer of minder van buitenaf komen. En wat je „van buitenaf bedreigt" moet je bestrijden, het huis uitwerken, uit de wereld helpen, zo eenvoudig ligt dat. Het is de reden, waarom je in toenemende mate allergisch bent voor „het andere", de ander of het anders-zijn. Dat wat je ooit buitensloot, wordt immers het „andere", het niet-ik. Je hele leven ben je stug doorgestaan met het projecteren van alles wat „niet bij je past" in het „andere", zodat deze zelf gecreëerde schaduw op den duur steeds sterker werd. Je bent zo in constant gevecht met je eigen stiefkinderen, je eigen afgewezen delen. Je angst houdt ze buiten de deur, totdat ze zó sterk worden, dat je ze niet meer kunt ontlopen. Je hele zelfbeeld staat op het spel. Het gevecht put je in toenemende mate uit, je nadert je eigen afgrond. Je schreeuwt nu om hulp. Het is je laatste poging tot behoud van je kunstmatige ik.

73. Het model, waarin de menselijke identiteit opgebouwd is uit bewustzijn, de reflectie en de talloze subpersoonlijkheden is een van de meest vruchtbare bij het inzicht in ons kernprobleem. Bewustzijn is synoniem met onze innerlijke ruimte, de ruimte die uiteindelijk één is met het grote Bewustzijn „om ons heen". Het is de „Leegte" die alles omvat. In deze ruimte bevinden zich onze processen - onze reflectie en onze subpersoonlijkheden - alles wat er in ons omgaat, onze psyche. „Wat gaat er in je om" is daarom een uitdrukking die onze existentiële situatie haarfijn aangeeft. Het punt is echter, dat mensen hun eigen innerlijke ruimte niet kennen. Wie (of wat) is het in wie (wat) van alles omgaat, is een vraag die verder nooit gesteld wordt. „Elkaar de ruimte geven" - alweer zo'n verrukkelijke uitdrukking - impliceert, dat je er zelf eerst een hebt (bent). Het ware Zelf is echter voor de meeste mensen verborgen, ze zijn zo geïdentificeerd met alles wat er in hen omgaat, dat ze er geen enkel contact mee hebben. Je bewustzijn is volledig bezet door je psyche: de voortdurende stroom

aan gedachten, emoties en verlangens. Je bent eraan uitgeleverd, gevangene van je kleine zelf ben je. Aangezien dit kleine zelf zijn thuis - de innerlijke ruimte - ontbeert, is het tot wildgroei geworden. Er geen context meer, waarin de processen hun natuurlijke plaats vinden. De regulerende, balancerende, integrerende, coördinerende, stabiliserende functie van de ruimte heeft zijn greep op zijn inhoud verloren. In de oorspronkelijke functie keert namelijk alles voortdurend terug tot „de Bron", terwijl in hetzelfde Moment alles opnieuw geboren wordt. Bij afwezigheid van de innerlijke ruimte, wordt die voortdurende terugkeer van onze bewustzijnsinhoud - de psyche - echter onmogelijk gemaakt. Ook je psyche - net als je lichaam - verwordt voortdurend tot oude rommel, dat af moet sterven om plaats te maken voor het nieuwe. Gebeurt dit niet, dat hoopt de inhoud zich op. Op den duur verstik je erin, „wordt het je allemaal teveel".

74. Buitengesloten delen, processen, problemen dringen zich zo lang aan je op, totdat zij „gehoord" worden en je „voor ze open gaat staan". Ontberen wij onze innerlijke ruimte - ons dieper Zelf, ons Wezen, onze Bron - dan beschikken we over de tijdelijke oplossing, een innerlijke instantie - zelf ook onderdeel van onze gedachtenwereld - die we reflectie noemen. De reflectie is de „zaakwaarnemer" bij afwezigheid van bewustzijn. Het is de instantie die constant interpreteert, commentaar levert, probeert te begrijpen, ordent en oordelen afgeeft. Terwijl je diepere Zelf (intuïtief) „weet", juist door de dingen te laten zijn zoals zij zijn, probeert de reflectie er actief vat op te krijgen. Echter „als je weet, hoef je het niet meer te vatten". Bij afwezigheid van de alles omgevende en doordringende ruimte, krijgt de reflectie echter onevenredig veel toegeschoven, iets waar hij als secundaire functie helemaal niet voor toegerust is. Bovendien is de reflectie ook een product van je ervaringen en het verleden, dus deel van het probleem in plaats van de oplossing, waardoor je al snel in hetzelfde kringetje ronddraait. Hij lijkt in toenemende mate op een verbrandingsoven met een veel te hoog aanbod, waardoor het vuur onder de grote berg afval dreigt te verstikken. „Ik word gek van mijn gedachten" zeggen de mensen dan ook. Het blijkt dat problemen niet op hetzelfde niveau kunnen worden opgelost, maar alleen op hoger nivo geïntegreerd kunnen worden. Het komt overeen met het inzicht in onze menselijke natuur. Wij zijn als een aquarium met het bewustzijn als het water en onze processen als de vissen. Alleen wanneer wij als een „vis in ons eigen water zijn", dan valt alles op zijn plaats. Het probleem was alleen een probleem, omdat hij was buitengesloten en „lost op", wanneer het zijn integratieve context vindt.

De cliënt

75. De client van de Initiatische Zijnstherapie is een mens zoals ieder ander. Het is verbluffend te zien, dat „een bepaalde psychische constellatie" niet tot de voorwaarden voor behandeling behoort. Ook is de aard van de problemen nauwelijks relevant te noemen. Het maakt niet uit of iemand lijdt onder onverwerkte pijn, slapeloosheid, angst, conflicten op het werk, incestproblematiek, depressie of een chronisch moeheidssyndroom. Wel is het vaak zo, dat de client het gevoel heeft, dat het „allemaal te veel geworden is". De problemen hebben zich dusdanig opgestapeld, dat hij dreigt eronder bedolven te worden. Er is vaak „geen uitweg meer". Vaak hebben deze clienten dan al het hele circuit doorlopen en gemerkt, dat probleemoplossing hen niet verder helpt. Is het ene probleem verholpen, dan duikt er wel weer een ander op: „het houdt nooit op". Vaak worden de problemen eerder meer dan minder en vermindert de kracht om „steeds maar weer met je problemen bezig te zijn". Door de voortdurende identificatie met de problemen, voelen zij zich er steeds verder inzakken. Zij gaan zich gestigmatiseerd voelen: een psychisch ziek probleemgeval. Doordat er over langere tijd geen resultaat geboekt is, raken de mensen gefrustreerd met betrekking tot de reguliere aanpak en verliezen hun geloof erin. Het gevoel „dit is het niet" wordt sterker. Er daagt een

vermoeden „dat er nog iets anders moet zijn" dan de fixatie op het probleem alleen. Iets dat appèl doet op je gezonde potentieel, iets dat je boven je problemen uittilt. Opmerkingen van onze kant, dat je „ten diepste je probleem niet bent" geven dan ook onmiddellijk herkenning, doen een zucht van verlichting slaken. Mensen voelen zich bevestigd in wat ze reeds vermoedden, maar zelf nog niet helder hadden. Vele anderen hebben dit gevoel echter direct al bij het begin. Dit zijn de mensen, die in aanleg een gezond zelfbesef bezitten. Zij willen niets buitensluiten van wat er op hun pad komt, maar willen er juist van leren. Zij hanteren een inclusief persoonlijkheidsmodel, waarin „problemen" delen van jezelf zijn die ooit waren buitengesloten. Het gaat dus om de motivatie die er achter ligt. Is dit angst en niet-acceptatie, dan dient het „werken aan je probleem" het verkeerde doel en blijkt je levenslange zelfafwijzingsproces alleen maar te versterken! Is heelwording echter het doel, dan krijg je de moed je problemen juist toe te laten, op een manier dat jij eraan groeit en het probleem geïntegreerd wordt ten bate van het geheel. Tot slot zijn er mensen met een (diep) religieus besef, die van meet af aan weten, dat je er niet alleen voor staat en dat je je probleem niet alleen op hoeft te lossen. Het probleem, net als jezelf, zijn apriori deel van een groter Geheel. Voor hen ligt de „oplossing" in het teruggeven van het probleem, daar waar het „thuishoort": bij God. Het komt overeen met de moderne inzichten, dat wij geen afgescheiden iets zijn, maar deel uitmaken van het Universum. Of zoals ik eens hoorde: "zoals een gedachte in ons is, zo zijn wij in God". De gemeenschappelijke noemer van deze drie categorieën mensen is, dat zij openstaan voor de Zijnsdimensie in zichzelf, dat zij bereid zijn om de sprong in hun eigen innerlijk, de diepte, het „vertikale" te wagen of zoals het Nederlands dat zo voortreffelijk uitdrukt: om „er achter te komen".

De therapeut

76. De inwijding („initiare") in het Zijn, diegene (datgene) die (wat) je werkelijk Bent, kan alleen maar geleid worden door iemand die de client daarin voorging. Het Zijn kan niet cognitief worden gevat, het is groter dan jezelf. Je kunt het niet pakken, analyseren, manipuleren of categoriseren. Het is - net als de liefde - van een andere dimensie. Overgave aan een groter geheel is de *conditio sine qua non*. Om het „te bereiken" moet je je ik juist opgeven - uit jezelf stappen - in plaats van het nog verder uit te breiden cq op te blazen. Alle gebruikelijke methoden falen daarom. Initiatische Zijnstherapie valt daarom niet „te leren", alleen af te leren door loslaten van het kleine ik en het verwerklijken van het Zijn. Om in de meest letterlijke zin lichtend voorbeeld te zijn, moet de therapeut weten waarover hij praat. Daarnaast is het een kwestie van resonantie. Alleen diegene die Het zelf verwerklijkt heeft, bezit de „opwekkende potentie", het vermogen de ander op zijn Weg aan te moedigen, te leiden en te bevestigen. De therapeut moet in staat zijn het Zijn „te laten zien" zodat de client er zich aan kan spiegelen. Hij is het levende bewijs van de belofte, die ook in de client bewaarheid wil worden. De paradox echter is, dat het diepste Zelf tegelijkertijd het grote Onbekende is. Wij kennen alles om ons heen, maar weten niet wie wij Zelf zijn. Het grootste verlangen - jeZelf zijn - creëert daarom tegelijkertijd de diepste angst. De therapeut moet hier zelf doorheengegaan zijn, alvorens hij zich aan initiatische begeleiding waagt. Hij heeft zoveel ervaring, dat hij de „ingangen" van de client haarscherp ziet en het vermogen deze te „gebruiken". Alleen zijn „eigen" Zijn is bij machte dit te zien. Aangezien dit boven methodiek, techniek en het instrumentele uitstijgt, is de initiatische Zijnstherapeut allereerst leraar, gids en (heel)meester. Hij leeft vanuit het Zijn, hij is wat hij doet en omgekeerd, speelt zijn partituur blind, hij beheerst zijn vak spelenderwijs. Hetgeen in schrille tegenstelling met al diegenen, die zich hun „ware Zelf" alleen maar hebben ingebeeld, zij die zichzelf en anderen voor de gek houden, de talloze zelfbenoemde pseudo „leraren en meesters" van de New Age. De ware meester heeft bovendien niet alleen de sprong in de „andere dimensie"

gewaagd, maar tevens de gevolgprocessen doorgemaakt: het alsnog integreren van het oude zelf in de Nieuwe Identiteit. Hetgeen meestal vele jaren van pijnlijk vallen en opstaan inhoudt. Wanneer zijn zelfanalyse, zelfintegratie en psychotherapeutische kunde is afgesloten respectievelijk gevormd, dusdanig dat er ruimte ontstaat voor de ander, pas dan is het moment van werkzaamheid in de wereld aangebroken. Het is de kern van het grote Visioen, dat ik ooit mocht ontvangen¹. Het omvat de drieëenheid van Verlichting, zelfintegratie (persoonlijke groei) en onbaatzuchtige liefde. Zij blijken keerzijden van dezelfde medaille te zijn.

¹ Zie Han M. Stiekema „[Het Verlichte Handelen](#)” (hfdst: Aan Gene Zijde).

De methode

77. De eerste opgave van de therapeut is het verschil duidelijk maken tussen probleemoplossing en probleemacceptatie. Het draait allemaal om de functie van problemen in het bewustwordingsproces. Meestal is inzicht in het buitensluitingsproces - het proces achter onze „persoonlijkheidsvorming” - de eerste eye-opener: het afwijzen van delen van jezelf als het mechanisme achter de ophoping van je problemen. Ziet de client dit in, komt hij vanzelf voor de keuze te staan het probleem (opnieuw) af te wijzen dan wel te accepteren. In het laatste geval ziet hij de zin van „integratie” in en wordt de verantwoordelijkheid voor de eigen heelwording geaccepteerd. De tweede stap is de hypothese dat „niet het probleem het probleem is, maar het door de problemen overheerst zijn”. Dit wordt in de allermeeeste gevallen onmiddellijk ingezien en beaamd. De derde direct erop volgende stap is, dat „je je probleem niet bent”. Net als gedachten gaan problemen immers „door je heen”. Als zij „door je heen gaan”, wie ben jij dan? Kennelijk ben je in ieder geval „meer dan je gedachten”, als zouden ze niet „door je heen kunnen gaan”. Mensen die het bovenstaande - na zorgvuldige uitleg en overweging - accepteren, naast het verlangen ten diepste zichZelf te willen zijn, zijn de kandidaten voor de Initiatische Zijnstherapie. De paradox dringt dan vaak nog niet zo door: hoe zijn zelfacceptatie en het feit, dat ik mijn probleem niet ben met elkaar te rijmen?

78. Een eerste kleine oefening kan hier uitkomst brengen. Ik vraag dan de client met zijn hand een vuist te maken, terwijl hij deze voor zich houdt. Het knijpen veroorzaakt een sensatie die - zonder dat er ook maar één gedachte tussenzit - direct gevoeld wordt. Het gevoel is intiem en deel van je bewuste lichamelijke. De client kan echter ook naar zijn samengebalde vuist kijken en wel in hetzelfde moment! In hetzelfde moment is er afstand ten opzichte van een gevoel, dat tegelijkertijd deel van je is. Zo gaat het ook ten aanzien van wat er allemaal in je omgaat. Dus leer ik de client een tweede cruciale oefening. Zit met een rechte rug heel ontspannen in een stoel. Sluit je ogen. Besef dat de binnenkant van je oogleden het scherm is van je eigen innerlijke TV. Probeer alles wat er in je omgaat op dit scherm te zien. Doe dit vijf à tien minuten drie keer per dag. En het opmerkelijke is dit. Zonder dit ooit eerder gedaan te hebben, ervaren mensen met de meest verschillende achtergrond vroeger of later hetzelfde. Namelijk dat door het ontspannen kijken (zien) een innerlijke distantie ontstaat tussen jeZelf en wat je ziet, dat wat er in je omgaat. Een plotseling inzicht breekt door. „Ik ben hier en mijn problemen zijn daar”, „er is een innerlijke afstand tussen mij en mijn probleem” en dus „ben ik mijn probleem niet”. Ik ben de waarnemer van alles wat er in mij omgaat, een innerlijke instantie die zelf niet beroerd wordt door wat het ziet, „ik ben vrij van mijzelf”. Het is een inzicht, dat aan de basis staat van alle verdere therapie.

79. Dit „pure waarnemen” wordt - in tegenstelling tot de reflectie, die weliswaar ook een distantie geeft, maar gewoon onderdeel is van onze gedachtenwereld - vervolgens gekenmerkt door helderheid, innerlijke rust, het waarnemen van jezelf in hetzelfde moment dat het zich

aan je voordoet, stilte, „er achter-zijn", stabiliteit en vrijzijn van gedachten. (NB De reflectie is er nooit in hetzelfde Moment, maar altijd te laat of te vroeg. Het kan daarom geen invloed uitoefenen op de gebeurtenissen, hoogstens erop vooruitlopen of achteraf becommentarieren). Het waarnemen echter is de ontdekking van je „ware Zelf", het Hier en Nu, je eigen innerlijke meerwaarde. Het verassende is dit: hoe meer je „er (letterlijk) achter komt", hoe meer er voor je vrijkomt. Doordat je ernaar kunt kijken, wordt je niet meer bang door je eigen (onverwerkte) dingen overspoeld te worden. Hetgeen vaak het (enige) probleem is. De paradox is, dat hoe groter de innerlijke distantie, hoe intiemer je gedachten, emoties en verlangens zijn. Je blijkt letterlijk ruimte aan jezelf te kunnen geven, waardoor dit er helemaal mag zijn. Innerlijke distantie en intensivering van ervaring gaan hand in hand. Zodat ook de onverwerkte dingen kans krijgen naar boven te komen. Conclusie: „je bent je problemen niet, waardoor je ze pas kunt integreren". Het proces blijkt een wisselwerking tussen bewustzijn en inhoud. Hoe meer je weet toe te laten, des te meer je innerlijke ruimte aan kwaliteit toeneemt. „Pijn breekt je open". Om pijn toe te laten is grote innerlijke kwaliteit vereist. Pijn (en alle andere problemen) blijkt een functie te hebben. Hetgeen dus doorgaans door de gebruikelijke therapie onderuitgehaald wordt! Het verrijkt je als je erin slaagt je ervoor te ontsluiten. Behalve de boodschap die deze voor je heeft, is je helderheid, inzicht, ruimte, zelfacceptatie en moed met sprongen toegenomen. Terwijl de pijn-zelf op een gegeven moment - in je innerlijke ruimte - oplost, is zijn energie ten goede gekomen aan het geheel. Vanaf dat moment ken je geen „ongewenste vreemdelingen" meer aan je deur.

80. Op basis van dit fundamentele inzicht is de relatie meester-leerling-weg (Karl Graf Dürckheim) geboren, het aangaan van een „verbond" naar verdere bewustwording en zelfintegratie. Het gaat dan om het aanbieden van die methoden, die bij de client - nu leerling - de beste ingang vinden. Aangezien de grond van het lijden „het afgesneden-zijn van je diepere Zelf (vertikaal), je lichaam en je omgeving (horizontaal) is", zal in eerste instantie hieraan gewerkt moeten worden. Vormen van lichaamsbewustwording (eutonie, voelend gewaarzijn, qigong, tai chi, yoga, feldenkrais, alexander), vasten, natuurbeleving, meditatie (transcendente meditatie, levend zen), devotionele overgave (gebed, mantra's), Zijnsgeoriënteerde lichaams- en creatieve therapie, zang en dans, „crazy running" (lichaamsbewust hardlopen) en alle andere methoden, die het contact met je Zelf en je omgeving herstellen, zijn daarbij geschikt. Het lichaam vervult hierbij een onontbeerlijke rol. De voorwaarde voor verruiming van je innerlijke ruimte is ontspanning en ontspannen kun je alleen in je lijf. Het „contactmaken met de grond" staat daarbij centraal. De paradox is dit: Hoe meer je in de aarde bent geworteld, des te groter de opening naar de „Hemel". Laat je jezelf los in de grond, dan trekt de zwaartekracht je ballast zo naar beneden, dat er boven - in je hoofd - ruimte ontstaat. Dit tweevoudig geworteld-zijn staat daarom aan de basis van alle verdere therapie. Het schept een context, waarin „datgene wat er in je omgaat" zijn natuurlijke plaats kan hervinden. De kern van de problemen is immers, dat zij een eigen leven leiden, die van buitengesloten zijn. Het ontbreken van de context is het eigenlijke probleem! Zonder context geen integratie. Dat is waarin Zijns therapie zich wezenlijk onderscheidt van elke andere therapie. Wij kijken niet zozeer naar het specifieke probleem met zijn specifieke achtergrond, maar naar de gemeenschappelijke noemer inherent aan alle problemen. Is deze laatste gevonden, verliezen de afzonderlijke problemen hun specifieke karakter. Het probleem bleek niet het probleem te zijn.

81. Behalve verdere begeleiding in verruiming van het Zijn: van waarnemende aandacht, bewuste aanwezigheid, satori tot vol-ledige Zelfoverstijging en opgaan in het Al, richt de Initiatische Zijns therapie zich dus op verdere integratie van onverwerkte delen in hun natuurlijke context. Hetgeen op zeer verschillende wijzen kan gaan. Hier wordt de Emotionele

Zelfintegratie (ESI) besproken. Hierbij wordt elke klacht, stoornis, negativiteit, angst, pijn, onzekerheid, depressie of woede middels eenzelfde procedure alsnog geïntegreerd. Het gaat uit van het inzicht, dat „alles wat je dwarszit" in feite delen van jeZelf zijn, die zich opdringen om weer deel van het geheel te mogen zijn. De stappen zijn dan als volgt. Komt er een irritatie op (of wat dan ook), gaat er onmiddellijk een „rood lampje" branden: de constatering. Je bent je bewust van je irritatie op het moment dat deze zich aan je voordoet: oké, ik ben geïrriteerd. De simpele erkenning van de feiten kan al een hele opluchting geven, aangezien onze hele defensie erop gericht is de onwelkome emotie weg te drukken. Tweede stap is dan, dat je bij nader inzien beseft, dat je in feite je irritatie juist niet bent. Hij kwam in mij op, dus ik ben hem niet, maar ik heb hem, hij is een deel van mij. Dit loskomen van de identificatie is een tweede grote opluchting. Het bevrijdt je van onzekerheid, schuld en zelfbeklag. Aangezien dit deel zich kenbaar heeft gemaakt - vanuit het „verlangen er weer bij te mogen horen" - geeft je het in de derde fase alle ruimte „om zichzelf te zijn". Dit doe je door je tijdelijk met de emotie te identificeren. Niet als slachtoffer, zoals vroeger, maar als degene die de regie heeft, bewust dus. Voor vijf of tien minuten laat je de emotie razen in een emotionele monoloog, slaan, trappen, huilen of het wurgen van het kussen. Cruciaal is, dat terwijl je de emotie toelaat je er tegelijkertijd naar blijft kijken. Je blijft onder alle omstandigheden de waarnemer. Het helpt, wanneer je de actuele conflictsituatie vervangt door beelden van vroeger. Ben je nu razend op je vrouw, dan vervang je haar beeld door dat van je moeder bijvoorbeeld, terwijl jijzelf een razende vierjarige wordt. Heel belangrijk, maar niet altijd gemakkelijk is, dat je je emotie uit op het moment, dat deze zich aan je opdringt. Je systeem geeft immers aan, dat dit het meest geeigende moment is, dus geef je daar altijd gevolg aan. In de praktijk excuseer je je dan even en trek je je terug naar een privéruimte. Niet zeggen: „o ik heb nu geen tijd, vanavond komt mij beter uit". Dan werkt het namelijk meestal niet meer. Deze integratie van zelfintegratie in het leven van elke dag is menigeens grote ontdekking. Het toont de betrekkelijkheid aan van geplande therapie-uren, workshops en weekends.

82. Na vijf of tien minuten maak je je bewust los uit je identificatie met het deel, en val je terug op je „bewuste ik", je reflectie. Met deze instantie kun je nu commentaar leveren op het zojuist gebeurde. Herken je dingen of niet? Zie je achtergronden, verbanden, relaties, oorzaken? Met je verstand probeer je het deel beter te begrijpen en het een plaats te geven. Je biografie, je huidige situatie, je innerlijke processen, je relatie met je omgeving kunnen hierdoor verhelderd worden. Is deze stap hiermee afgesloten, wat meestal ook na vijf tot tien minuten het geval is, trek je je terug in je waarnemer, in je overzicht van het geheel, het innerlijke stiltepunt. Je ontspant je, dusdanig dat je innerlijk zich verruimt. Als je ziet, dat je meer bent dan je kleine zelf, is de laatste fase van de emotionele zelfintegratie aangebroken: die van het (alsnog) liefdevol omarmen van het deel. Dit kun je niet concreet genoeg doen. Van visualiseren van je innerlijke stiefkind tot het lijfelijk aan je borst drukken. Hetgeen je kunt vergelijken met een huilend kind, dat door de moeder wordt omhelst. Vanaf het moment dat zijn moeder zich over hem ontfermt, houdt het huilen op. Zo vergaat het ook onze innerlijke kinderen. Terwijl ze „opgaan in het geheel", verliezen zij hun „negatieve lading". Als laatste stap beseft je de bron van je liefdevolle acceptatie: jeZelf.

Nawoord

83. „Als je alles hebt geprobeerd en je geen kant meer opkunt, rest alleen nog maar de sprong in de andere dimensie". Het is de situatie waarin wij individueel en collectief verkeren. De problemen fungeren hierbij als hefboom, om van onze periferie - de wereld van onwetendheid, zelfzucht en onverschilligheid - in ons Midden, ons zelfZijn te belanden. In plaats van lastige vliegen, die wij het liefst van ons af willen slaan, blijken de eersten een deel

van onszelf te zijn en een functie te hebben op onze Weg van Zelfkennis en -realisatie. Er moet dus - in geval van Zelfverwerkelijking - niet te snel naar „oplossingen” gezocht worden. Alleen dan komt op een gegeven moment het „ik” in functie van het Zelf te staan. Het motto is: „Streef naar Verlichting, herstructureer je leven en dien de ander”. De Initiatische Zijnstherapie blijkt daarbij een unieke invalshoek te zijn, een die deze „doorbraak naar het Zijn” kan faciliteren, de opening naar de meerwaarde in het leven, datgene waar het verlangen van de mensen naar uitgaat. Vele methoden - boven is er slechts een enkele beschreven - kunnen dit streven ondersteunen. Leven naar, in en vanuit het Zijn voegt letterlijk een dimensie toe, die van jeZelf-zijn in verbondenheid. Het blijkt het echte Leven te zijn, waardoor je zelfgerichte strevingen aan de periferie zijn komen te liggen. Het brengt geluk, levenslust, vreugde, heel-zijn, een buitengewone intelligentie, inclusiviteit, mondigheid, kracht en onbaatzuchtigheid, precies datgene waar het vaak aan ontbreekt. Om dit te realiseren is het inzicht en de motivatie van de client doorslaggevend, naast de Zijnskwaliteit van de therapeut. Klassieke pastorale (kerkelijke) hulp kan de Zijnservaring niet overdragen, wordt door het publiek ook nauwelijks meer gevraagd, de deskundigheid in het „alternatieve circuit” is nog niet uitgekristalliseerd, zodat alleen gerealiseerde Meesters overblijven om zich over het nieuwe terrein te ontfermen. Het voegt aan bijvoorbeeld de psychologie een geheel nieuwe dimensie toe, een opening uit het labyrint van instrumentele (vaak vruchteloze) probleemoplossing, een nieuw perspectief, waarin „nieuwe wijn in nieuwe zakken” wordt gedaan. Het transpersoonlijke, het Zijn dient een erkend, geïntegreerd onderdeel van één alomvattende horizontale en verticale Therapie te worden, waarin alle stromingen hun plaats hebben. De tijd is er rijp voor. Mijn vele jaren van succesvol werk moge voor een ieder een bemoediging zijn. Mijn grootste dankbaarheid gaat daarbij uit naar Bhagwan Shree Rajneesh, door wiens toedoen ik opging in het Grote Geheel. Ook ben ik bijzonder verplicht aan het werk van Karl Graf Dürckheim, die met zijn „Initiatische Therapie” een verdere grondslag legde voor mijn werk. Ook ben ik al de anderen niet vergeten, alle die Gerealiseerden, mystici en godsnarren, die mijn leven op de juiste momenten verder hebben verlicht, naast vele collega’s en therapeuten, die mij aanvullende inzichten verschaften. Waarbij ik H.Stone en S.Winkelman niet onvermeld wil laten als de grondleggers van de zo waardevolle „voice dialogue” methode. En tot slot: „Ben ik Niets, ben ik alles. Ik ben niet uit mijzelf, alles is mij gegeven, zoals alles gegeven is”.

Hoofdstuk 11: Zijnsoverleven

Dit geschrift schreef ik in 1999. Inmiddels is de situatie in de wereld grondig veranderd. Leefden wij eerst nog tamelijk zorgeloos - och, het zal wel goedkomen - zijn in 2010 weinig illusies meer overgebleven. Achtereenvolgens passeerden de klimaatcrisis, de huizen crisis, de bank crisis, de schulden crisis en de euro crisis de revue. Mensen verkeren in diepe onzekerheid over hun welzijn, welstand, oude dag, ja, de toekomst in het algemeen. Een jeugd zonder perspectief, een bankroet onderwijssysteem, de gezondheidszorg als melkkoe van de farmaceutische industrie, de toenemende geweldsspiraal, de politici en de "demokratie" hopeloos van het volk vervreemd.....Het lijkt er soms op of dit allemaal opzet is.....dat men op een zeker punt gekomen zegt....."sorry, maar de chaos is niet meer te controleren, nu moeten we helaas ingrijpen en de touwtjes in eigen hand nemen". Einde democratie. In de dertiger jaren ging dat precies zo. In Duitsland waren de mensen zo moe van het partijensysteem, dat ze zonder enige weerstand de opheffing ervan aanvaardden.

Intussen neemt ook de kloof tussen arm en rijk snel toe. Mijn betoog over Zijn en hebben moet daarom bijgesteld worden. In principe geldt onverminderd dat Zijn ons Wezen is, de

Bron van inzicht, levensvreugde, kracht en verbondenheid, en hebben (slechts) een functie is om ons in leven te houden. Evenzeer waar is dat we het Zijn "vergeten" zijn waardoor we het innerlijk gemis met "hebben" proberen op te vullen. "Meer, meer en meer" bevredigt echter niet en zo raken we in de spiraal van hebverslaving. De uitweg is uit het hebben te stappen en opnieuw het Zijn als het fundament van ons leven toe te laten. Doen we dat, dan valt de obsessie van het hebben van ons af. Met een zucht van verlichting begroeten we het nieuwe leven. Onze tijd vraagt echter wel om enige nuance. Teveel mensen leven met een bestaansminimum. Denk aan daklozen, mensen in de bijstand, werkelozen, eenoudergezinnen, mensen met een minimumloon etc. Zij ervaren niet zozeer een tekort aan Zijn, maar aan hebben! Natuurlijk heb ik in dit boek alleen de verslaving aan hebben en niet het hebben zelf aangeklaagd. Desalniettemin kan het geen kwaad mijn standpunt nog eens duidelijk uiteen te zetten.

Om te (over)leven heeft de mens een aantal (fysieke) basiszekerheden nodig. Dit zijn een huis, eten, kleding, energie (verwarming), gezondheidszorg, onderwijs, transport en veiligheid. Omdat hij/zij zonder deze niet leven kan, zouden deze als "grondrechten" gedefinieerd moeten worden. Het houdt tevens in, dat zij zonder uitzondering voor iedereen toegankelijk moeten zijn. Toegankelijk betekent betaalbaar. In een tijd als de onze is dit nu steeds minder het geval. Ook de basisvoorzieningen zijn objecten van schaamteloze speculatie en winst geworden. Zodat mensen ofwel zich deze kosten niet kunnen veroorloven (en dus afglijden in armoede) of hun hele leven moeten ploeteren om hun basiskosten (hypotheek) te betalen. Dit mag alweer opzet van ons uitbuitersysteem zijn, want "om simpelweg te leven" moet een jong mens zich voor de rest van zijn/haar leven in de schulden steken. Het systeem heeft zo het hele leven greep op hem/haar. Een moderne vorm van slavernij. Alleen diegenen die op hun beurt weer anderen uitbuiten.....kunnen zich aan deze spiraal onttrekken. Degene die dat het beste kan..... heeft het gemaakt en behoort voortaan tot de elite. Geldverdiener cq uitbuiting tot hoogste deugd verheven.....

Hiermee is het probleem van de "modale" mens en zeker niet van degene die in armoede moet leven opgelost. Daar komt nog iets bij. Om ons klimaat te redden moeten we binnen 20 jaar terug tot 10% van onze (materiële) consumptie. Een onvoorstelbaar gegeven. Want wat betekent dat? Ons hele maatschappelijke systeem is dermate in neerwaartse kolkbeweging, dat we niet weten wat er op ons afkomt. De rijken mogen zich hier zorgen over maken, voor mensen met een gemiddeld inkomen (of lager) is het een nachtmerrie. En eerlijk gezegd wie garandeert over 10-20 jaar ons inkomen, ons pensioen of AOW, wie garandeert een goede opleiding of baan voor jonge mensen? Tegen die tijd weten we niet of ons veiligheidssysteem nog functioneert, het klimaat zich nog binnen grenzen houdt, de EU of de euro nog bestaan.....onze hele idee van "basiszekerheid" is nu al ernstig aan het wankelen. Aangezien we van de "top" niet kunnen verwachten, dat hier op korte tijd verandering in komt, moeten de veranderingen van onderop komen! Ik heb dit geformuleerd onder het hoofdstukje "[Een Nieuwe Economie](#)" van mijn "Healing the Planet in 7 Stappen" initiatief. Het gaat als volgt:

Van vandaag op morgen besluiten wij (het volk) op democratische wijze, dat zij een halve week per week vrijwilligerswerk voor de gemeenschap zal verrichten. Dit omvat al dat werk, dat de gemeenschap direct ten goede komt. In ruil daarvoor ontvangt een ieder een basisinkomen. Met dit basisinkomen kan een ieder zijn/haar basiskosten betalen. Dit zijn zoals boven vermeld: huis, eten, kleding, energie (verwarming), gezondheidszorg, onderwijs, transport en veiligheid. Om dat mogelijk te maken, kan het niet anders zijn, als dat voornoemde voorzieningen uit de sfeer van commercie, privatisering, winst en uitbuiting gehaald worden. Zij vallen toe aan de soevereine gemeenschapsdemocratie* . Deze bepaalt

dat het totaal aan kosten overeenkomt met de hoogte van het basisinkomen! Op deze manier ontstaat er een balans tussen inzet voor de gemeenschap - hetgeen ten goede komt aan alles en iedereen - en de persoonlijke basiszekerheid. Ouderen, gehandicapten en zieken hoeven zich niet in te zetten. Zij ontvangen hun basisvoorzieningen kostenloos. Mensen die om andere redenen hun bijdrage weigeren, moeten echter aan de gemeenschap uit eigen zak het maandelijks basisinkomen betalen. De andere helft van de week mag iedereen doen waar hij/zij zin in heeft. Zij kunnen bijvoorbeeld geldverdienen om in hun luxebehoeften te voorzien!

* [Zie: Een Nieuwe Samenleving](#)

Tegelijkertijd valt er een geheel nieuw licht op Zijn. Totdusver stond het grotendeels in de sfeer van "persoonlijke groei". Door de grote veranderingen die er vanaf nu gaan plaatsvinden krijgt het Zijn een maatschappelijke betekenis. Want als de omstandigheden ons dwingen onze investering in het hebben omlaag te brengen, hoe gaan wij dan onze tijd invullen? De helft van de week zetten wij ons in voor de gemeenschap, maar die andere helft? Terwijl een deel geld gaat verdienen zal een ander, (wellicht) groter deel voor een andere invulling van zijn/haar tijd kiezen. Wanneer je veel minder kunt consumeren - het "hebben als bestaanswijze (E.Fromm)" dus wegvalt - wordt het Zijn vanzelf aantrekkelijker. Je legt het accent bijvoorbeeld op natuurbeleving, creativiteit, vriendschappen en spiritualiteit. Op deze wijze ontstaat een nieuwe balans tussen Zijn en hebben. Dit vereist niet alleen grote veranderingen in de "hebverhoudingen" (zie boven), maar ook in het Zijn. Dat laatste is ons namelijk nooit "aangeleerd". Onze ego-cultuur had nooit boodschap aan het Zijn. Om het Zijn "aantrekkelijk" te maken, moeten zoveel mogelijk mensen er kennis mee kunnen maken. Alleen als het een "levend Zijn" is, zijn mensen bereid om "om te schakelen". Dit houdt in, dat er op korte termijn leraren opgeleid moeten worden, die het Zijn op de mensen gaan overdragen. Een gigantische taak! Ik heb het als volgt geformuleerd: In deze meest kritieke tijd, waarin alles in verval is, moet je eerst terug naar de Oorsprong om daar vernieuwd te worden. Is je Ware Zelf eenmaal geboren, word dan opnieuw deel van het Geheel: Hemel, aarde en de (nieuwe) gemeenschap".

Het spreekt vanzelf, dat daarvoor "leiders nieuwe stijl" nodig zijn. Ik noem hen "Groene Mannen" en "Wijze Vrouwen". Zij nemen het initiatief door middel van "Spiritual Service", "Health Service", "Community Service" en "Earth Service". Mocht je je aangetrokken voelen, neem dan contact met ons op: [info\(at\)healingtheplanet.info](mailto:info(at)healingtheplanet.info)

Grapje:

Verbond (tot Bescherming) van Zijns mensen

„De Zijns mens is, evenals zeldzame plant- en diersoorten, door de verwoestende uitwerking van de dominante hebcultuur met uitsterven bedreigd“.

Zijns mensen zijn diegenen, die in hun leven een Zijnservaring hebben gehad en daardoor zijn „wedergeboren“, dat wil zeggen wezenlijk van identiteit zijn veranderd. Bij hen staat het Zijn - Zelfrealisatie - centraal, dusdanig dat het „hebben“ naar de periferie verschoven is.

Zij die tot het Zijn gekomen zijn, zijn in de meest wezenlijke zin zichZelf, zij zijn daarom de „bloem der natie". Aangezien de dimensie van het Zijn bovennatuurlijk, tijdeloos en grenzeloos, transparant en naar alle kanten open is, hebben zij hun ego-defensie met zijn op zichzelf gerichte strevingen (grotendeels) verloren en zijn daardoor tegelijkertijd kwetsbaar - als een lam - voor de brute inwerking van de hebcultuur geworden.

In een maatschappij waarin alles om het eigenbelang, produceren en concurrentie draait, komen Zijnsmensen in het gedrang, zij blijken zich maar moeilijk te kunnen handhaven. Hun voortbestaan wordt bedreigd. Aangezien zij echter het summum aan menselijke mogelijkheden vertegenwoordigen - als dragers(sters) van de bewustzijnsevolutie - heeft de bescherming van „de soort" hoogste prioriteit.

Het Verbond stelt zich daarom ten doel ontvankelijke kringen in de bevolking bewust te maken van de „waarde van de Zijnsmens" en zijn positie in deze maatschappij en alles in het werk te stellen om zijn overleven en toekomst te verzekeren.

Zij doet dit door het materieel ondersteunen van individuele Zijnsmensen, door bij te dragen tot uitbreiding van de Zijnspopulatie, het instandhouden en beschermen van hun leefruimte en habitat, het scheppen van gunstige voorwaarden voor de „voortplanting" - het doorgeven van het Licht aan derden - het bevorderen van contact met de Zijnsmensen en het doen van verdere studie en onderzoek naar de Zijnservaring.

Een ieder die het lot der Zijnsmensen ter harte gaat, kan zich bij het *Verbond* aansluiten. Hij of zij engageert zich door het regelmatig bijwonen van bijeenkomsten of/en het onderhouden van contact met het *Verbond* en de daadwerkelijke inzet tot behoud der Zijnsmensen.

Het *Verbond* werkt nauw samen met de Zijnsraad, de Vergadering van Zijnsmensen. De Zijnsraad steunt op zijn beurt het *Verbond* door de bevordering der Zijnservaring bij de leden en het begeleiden van een ieder op de innerlijke Weg. De Zijnsraad kent introduc s, candidaat-leden, leden en ere-leden. Introduc s kunnen door het *Verbond* worden voorgedragen, waarna zij door de Zijnsraad als candidaat-lid kunnen worden aangenomen.

Behalve sympathisanten, vrienden, activisten en begunstigers, kunnen ook Zijnsmensen zelf actief worden in het *Verbond*. Zij zijn dan zowel lid van het *Verbond* alsook van de Zijnsraad.

Voor ons werk - hulp aan Zijnsmensen in nood - zijn geldelijke bijdragen, donaties, legaten en schenkingen buitengewoon welkom. U kunt deze overmaken op.....met vermelding van Uw naam, adres, code, woonplaats en vermelding van „donatie Verbond". Donateurs worden door hun overmaking automatisch lid van het Verbond.

Han Marie Stiekema,

Lid van het *Verbond* en voorzitter van de Zijnsraad

Disclaimer

As a condition of use of the welcome.to/initiationtherapy site, the user agrees to indemnify welcome.to/initiationtherapy and her publisher from and against any liabilities, expenses (including attorney's fees) and damages arising out of claims resulting from user's use of this welcome.to/initiationtherapy site.

De Zijnsrevolutie is uitsluitend voor persoonlijk gebruik. Het mag niet worden aangewend voor geldelijk gewin, commerci le doeleinden, uitgaven of publicaties. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of

openbaar gemaakt door middel van druk, opslag, fotocopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

84.

Literatuur

- W.Nigg „Tragiek en triomf van het geweten", Ploegsma 1950
E.Pagels „De Gnostische Evangelien", 1985 Gaade
Meister Eckhart „Deutsche Predigten und Traktate, Diogenes 1979
Nicolaas van Cusa „Het Zien van God", 1993 Kok Agora
Franz-Josef Schweitzer „Der Freiheitsbegriff der deutschen Mystik" 1981 Verlag Peter
D.Lang
Karl O. Schmidt „In dir ist das Licht" 1959 Drei Eichen Verlag
Karlheinz Deschner „Abermals krähte der Hahn", eine kritische Kirchengeschichte 1987, btb
Goldmann Verlag
„ „Kriminalgeschichte des Christentums", Band 1 t/m 6, 1987 Rowohlt
Gerd Lüdemann „Ketzer", die andere Seite des frühen Christentums, 1996 Im Radius-Verlag
Norman Cohn „Europe's Inner Demons", 1975 Paladin
Evelyn Underhill „Mysticism", 1961 E.P.Dutton
Hugo M.Enomiya „Zen-Buddhismus", 1966 J.P.Bachem
Toshihiko Izutsu „Towards a Philosophy of Zen Buddhism", 1977 Imperial Iranian Academy
Karl Graf Dürckheim „Hara", die Erdmitte des Menschen, 1968, O.W.Barth Verlag
„ „Im Zeichen der Grossen Erfahrung", 1974 O.W.Barth Verlag
„ „Vom doppelten Ursprung des Menschen", 1976 Herder
„ „Meditieren, wozu und wie", 1976 Herder
Rüdiger Müller „Wandlung zur Ganzheit", die Initiatische Therapie nach Karlfried Graf
Dürckheim und Maria Hippus", 1981 Herder
Marie-Louise Stangl „Lebenskraft", Selbstverwirklichung durch Eutonie und Zen, 1978 Econ
Bhagwan Shree Rajneesh „Het Boek der Geheimen", dl I t/m V, 1976 Mirananda
„ „Het Oranje Meditatieboek", 1982 Ankh Hermes
„ „Zijn honderden talks/boeken/cassettes/video's"
Nisargadatta Maharaj „Ik Ben", 1999 Altamira
R.K.Shringy „Philosophy of J.Krishnamurti", 1977 Munshiram
L.Schwäbisch & M.Siems „Selbstentfaltung durch Meditation", 1976 Rowohlt
Jean Klein „Wie ben ik?", het heilige zoeken, 1993 Altamira
W.Keers e.a. „Yoga als kunst van het ontspannen", 1986 Het Spectrum
Han Marie Stiekema „De mens geworteld in Hemel en aarde"
„ „Het Verlichte Handelen"
„ „HMS Meditaties"
„ „De Zijnsrevolutie"
E.Neumann „The Origins and History of Consciousness", 1970 Princeton
Han M.M. Fortmann „Als ziende de Onzienlijke" dl I & II, een cultuurpsychologische studie,
1974 Gooi en Sticht
Abraham H.Maslow „Religie en topervaring" 1974 Lemniscaat
„Psychologie van het menselijk zijn", 1978 Lemniscaat
R.Assagioli „Psychosynthese", Boom, 1975
B.Staehelin „Haben und Sein" 1969 Theologischer Verlag
J.L. Arndt „Genese en Psychotherapie der Neurose" dl I & II, 1962 L.J.C.Boucher
C.J.Schuurman „Stem uit de diepte", 1978 Ankh Hermes
H.Stone en S.Winkelman „Thuis komen in jezelf", 1983 Mesa Verde

A.J.M. Vossen „Zichzelf worden in menselijke relatie" 1967 De Toorts
J.Hollander e.a. „Neurolinguïstisch Programmeren in Nederland" 1990 Servire
E.Fromm „Hebben en Zijn", 1959 Bijleveld

© 2000-2001 Copyright by Han Marie Stiekema