

**SNIPS' AUTOLYSE**

**(DEEL 5)**

**FRITS SPOELSTRA**

# **SNIPS' AUTOLYSE**

**© Frits Spoelstra  
(januari-april 2016)**

**Websites:**

**[www.snips.nl](http://www.snips.nl)**

**[www.autolyse.nl](http://www.autolyse.nl)**

**Weblog:**

**[www.snipsautolyse.wordpress.com](http://www.snipsautolyse.wordpress.com)**

## Snips' Autolyse (deel 5)

○ De vraag is weggevallen	—	4
○ Verschillende “stadia”	—	5
○ Stuiptrekkingen van ego	—	7
○ Dit moet er even uit	—	9
○ Er dwars doorheen	—	10
○ De “catastrofe”	—	12
○ Wat is, is	—	15
○ De film analogie	—	16
○ Leven	—	20
○ Dat	—	21
○ De drie-eenheid van de ego-denkgeest (1)	—	23
○ De drie-eenheid van de ego-denkgeest (2)	—	27
○ Wat levert ontwaken uit de Droomstaat mij op?	—	33
○ Alles is psychosomatisch	—	35
○ Ik kan je niet helpen	—	37
○ Het is wat is	—	39
○ Niemand heeft ooit iets gedaan	—	41
○ De wereld als afleiding	—	43
○ Wie ben ik en waar is die ik	—	45
○ Er is niets gebeurd en alles is al gebeurd	—	46

## DE VRAAG IS WEGGEVALLEN

Ik weet nu hoe het is wanneer de vraag is weggevallen. Het betekent niet dat ik nu alles weet, het betekent alleen maar dat ik weet dat er niets te weten valt en dat de vraag daardoor overbodig is geworden. Ook de noodzaak om "Dat wat IS" te communiceren valt weg, want als er voor mij niets te weten valt, dan valt er voor een schijnbare ander ook niets te weten.

Ik moet nog het één en ander met wat losse eindjes doen, maar daarna kan ik denk ik alleen maar vragen van anderen beantwoorden — via mail, deze weblog, via Facebook, of middels direct contact — tot ook voor hen de vraag wegvalt. Misschien af en toe op deze weblog een persoonlijk berichtje schrijven (zoals deze), maar veel meer zal het niet zijn.

Overigens weet ik nu ook zeker dat je niet iets specifiek kunt doen om er voor te zorgen dat de vraag wegvalt, niets meer dan het hebben van de serieuze intentie om wakker te worden (door onwaarheid weg te snijden en te verbranden) en dan maar hopen en bidden dat het gebeurt.

## **VERSCHILLENDE “STADIA”**

Het is extreem grappig om de verschillende "stadia" van de ontwaking te ervaren. "Stadia" tussen aanhalingstekens omdat er niet werkelijk stadia zijn, alleen een grotere of minder grote lading bullshit die we bovenop onze natuurlijke staat (dat wat we zijn) hebben gemieterd; laag op laag op laag op laag.

Het grappige ervan is dat, wanneer je het laatste "stadia" hebt "bereikt" (en ik zeg niet dat ik "zo ver" ben, maar ik kan me dat voorstellen omdat ik het nu ook al ervaar), je snapt waarom andere "zoekers" doen wat ze doen, omdat jijzelf het ook hebt gedaan en nu dat stadium voorbij bent.

Zo zie ik nu waarom zoekers vragen stellen aan andere mensen waarvan ze het idee hebben dat die een stadium "verder" zijn, ik zie waarom mensen in een "later" stadium willen vertellen wat ze hebben ervaren in de hoop dat andere mensen ook die zoektocht gaan beginnen, ik begrijp nu ook waarom mensen in een "nog later" stadium geen noodzaak meer voelen om te vertellen wat ze hebben ervaren tegen andere mensen die "daar" nog niet zijn.

Ikzelf zit heel duidelijk in het stadium dat ik nog wel vragen wil beantwoorden, af en toe ergens op wil reageren (maar een discussie uit de weg ga), maar verder geen zin heb om nogmaals opnieuw onder woorden te brengen wat de "ontwaakte staat" werkelijk inhoudt en hoe "zo ver" te komen.

Wat me erg bevalt is het voeren van gesprekken met mensen die ikzelf zie en ervaar als "serieuze zoekers" (elke zoeker vindt zichzelf een "serieuze zoeker", maar de meesten zijn het helaas absoluut niet) en met mensen die (om het even arrogant neer te pennen) zich bevinden in hetzelfde stadium als ik.

Wat ik steeds meer afstotelijk ga vinden zijn de mensen die geloven dat ze wakker zijn en dat ook moeten laten zien, terwijl ze overduidelijk niet zijn ontwaakt en alleen maar bezig zijn andere mensen onzin te voeden. Die mensen kan ik alleen zien als een gigantische berg stinkende ego dat zich "ontwaking" heeft toegeëigend, en met die mensen treed ik niet meer in discussie.

Zie daar, waar ik ben.

## STUIPTREKKINGEN VAN EGO

Sinds het begin van het jaar is er een vreemd soort 'trekken' gaande. Aan de ene kant is er de absolute vrede van 'er niet meer zijn' (daar zeg ik straks wat over) en aan de andere kant het ego dat er wil zijn en moet zijn en er alles aan doet om 'Frits', die er niet meer is, 'terug te trekken' in dat lichaam dat hier rondloopt en speelt 'Frits' te zijn.

'Er niet meer zijn' is een lastige opmerking, omdat het lijkt te zeggen dat 'Frits' er niet meer is, terwijl iedereen hem fysiek kan zien rondwandelen in Amsterdam met zijn nieuwe schoenen en leren jas. De 'ik' is een gedachte die vorm wordt gegeven door vragen. Wie ben IK? Waar ben IK? Ben IK anders dan JIJ? Et cetera. 'Ik' is de vraag en wanneer de vraag wegvalt, is er geen 'ik' meer.

Dit levert een gek soort vrede op, niet voor 'mij' maar voor niemand... en die vrede wordt verstoort door de laatste stuiptrekkingen van ego dat wil bewijzen dat het bestaat en dat hij 'Frits' is.

Die stuiptrekkingen van ego zijn anders, of worden anders ervaren, dan voorheen toen 'ik' af en toe simpelweg terugviel in dat ego en 'mij' dat achteraf realiseerde. Ik val nu niet meer terug in dat ego, maar zie ego trekken zonder werkelijk resultaat anders dan lichamelijke pijn en onrust. Maar uiteindelijk,

ongeacht de pijn en de onrust, ben 'ik' me er elk moment van bewust dat 'ik' hier niet ben en dat niets 'mij' kan bedreigen.

Mijn lichaam is in pijn, maar het kan me geen reet schelen, want... ik ben hier niet, net zoals jij hier niet bent, omdat er nooit een universum (afscheiding) is ontstaan. Er is geen wereld, dus er is geen leven... er is alleen [...] — (De enige woordeloze onbeschrijfelijke Waarheid).

En 'een mens' kan zich dit alleen maar realiseren. Het is niet iets dat je kunt verkrijgen of kunt beoefenen. Het is iets dat je, zelfs na jaren zoeken en willen, overvalt. Het is met recht omschreven als wonderlijk, omdat elk ander woord het onrecht doet. En niemand kan je vertellen hoe het er uitziet, de enige methode om er achter te komen is: kom voor jezelf kijken!

Wordt het leven dan beter? Nee, het leven verandert niet; het blijft dezelfde toringzooi die het nu al is. Het leven is de illusie die het is, hoe kun je een illusie veranderen? Wat verandert is dat er de realisatie is dat jij er geen deel van bent, het wordt onpersoonlijk.



## **DIT MOET ER EVEN UIT**

Iets kan zich alleen bewust zijn van iets anders, net zoals het oog alles kan zien wat buiten zichzelf bevindt, maar nooit zichzelf. Dus als jij je bewust bent van jezelf, dan is er iets buiten jou wat zich bewust is van jouzelf, en dat wat zich bewust is van jou ben jij ook.

Een vriendin van mij, Anne Vogy, heeft ongeveer hetzelfde gezegd —dankzij haar kom ik hier ook op— en zij zegt dat als jij je bewust ben van het feit dat jij je bewust ben van jezelf, dan ben je je bewust van iets dat bewust is van iets dat zich bewust is van jou, en ook dat ben jij. Et cetera.

Zo kun je steeds een stap terug gaan naar het volgende dat zich bewust is van iets dat zich bewust is van iets dat zich bewust is van iets —et cetera— totdat je aankomt bij het punt dat je je niet bewust kunt zijn van iets dat zich bewust is van iets dat zich bewust is van jou. Simpel gezegd, van het laatste dat zich bewust is kan niets zich bewust zijn, en dat is wat alles IS en alles ZIET maar zichzelf niet (net als dat oog).

Dat is wat IS en het enige wat IS; het is wat is en wat niet is, het is alles en niets, niets dat alles is. Het is dat wat we niet kunnen zien, niet kunnen weten, niet kunnen begrijpen en niet kunnen verwoorden... en alleen dat IS en IS NIET.

Dit moest er even uit... het zijn van die dingen waar ik soms mee wakker word.

## **ER DWARS DOORHEEN**

Ik ga er vanuit dat niemand op deze berichten zit te wachten, maar ik schrijf ze ook niet voor een ander... alleen voor mijzelf. Vanaf het begin van mijn zoektocht in 1991 schrijf ik over wat ik denk te weten, dus ik zie geen reden om daar nu mee te stoppen.

Ik ben gestopt met regelmatig drinken. Nu kom ik er dus achter dat ik die alcohol gebruikte als een soort van pijnstiller, een soort van zelfmedicatie. Het was niet zo dat ik me voortdurend klem zoop, maar er was wel een geregelde aanvoer van alcohol en dat, zo blijkt, onderdrukte de spierpijnen die ik in dit lichaam ervaar.

Ik heb vrijwel chronisch last van mijn rug, die pijn verplaatst zich af en toe naar mijn rechterbeen, en verder zitten de spieren in mijn nek vaak vast wat geregeld resulteert in hoofdpijn. De alcohol, zo blijkt, onderdrukte die pijn, en aangezien ik nu drastisch minder drink, sta ik elke ochtend op met stijve en pijnlijke spieren en hoofdpijn (de ene keer erger dan de andere keer).

In feite heb ik nu elke ochtend de kater die ik niet had toen ik nog geregeld alcohol innam. Ik ben er van overtuigd dat daar ergens iets van ironie in zit, maar ik heb het nog niet gevonden. De makkelijkste weg zou zijn om weer gewoon geregeld alcohol

in te nemen, maar sinds 'de vraag' is weg gevallen (zie eerder bericht) is er geen werkelijke 'ik' meer die wil drinken.

De enige weg die ik zie ('ik' bij wijze van spreken) is er dwars doorheen. Misschien betekent dit dat ik de rest van mijn leven gebroken op sta, so be it!, maar misschien betekent het dat de pijnen langzaam aan verdwijnen omdat ego/maya het opgeeft me terug te trekken in de droomstaat waar ik een lichaam heb dat pijn kan lijden.

Hoe dan ook ga ik hier geregeld een verslag doen van mijn staat van zijn zonder 'de vraag', omdat die noodzaak zich aandient en dit nog steeds mijn Autolyse-blog is. Door het buiten mij te plaatsen (middels dit schrijven) kan 'ik' er naar kijken en er werkelijk over nadenken en vaststellen wat er waar van is en wat niet.

En tot de dag dat ik redelijk pijnloos opsta, en vooral de hoofdpijn is het vervelendst, slik ik gewoon aspirine. Ik bedoel, waarom zou ik niet een illusie gebruiken om een illusie te bestrijden? Alleen omdat het een illusie is? Dat zou een illusie zijn.

## **DE “CATASTROFE”**

UG Krishnamurti zei altijd dat hij in de 'natuurlijke staat' terecht was gekomen ondanks zijn jarenlange zoektocht naar verlichting. Hij noemde zijn ontwaken 'de catastrofe', alsof het iets was wat hem, zelfs na jaren zoeken, onverwacht overviel. Nu begrijp ik eindelijk wat hij bedoelt, want het ontwaken overvalt je ondanks de zoektocht die je wel of niet hebt ondernomen.

Een reden hiervoor is dat, wanneer er ontwaking is, tijd en ruimte, en daarmee causaal verband, wegvalt. Er is geen oorzaak en gevolg meer waar te nemen, omdat er niet meer iemand is die het kan waarnemen, en dat houdt automatisch in dat er geen verband is vast te stellen tussen de jarenlange zoektocht en het ontwaken. Het zou zo kunnen zijn dat mijn zoektocht effect heeft gehad, maar het zou ook zo kunnen zijn dat dit niet zo is. Ik weet het niet en kan het niet weten.

Dit houdt ook in dat ik niet meer iemand kan vertellen wat hij/zij wel of niet zou moeten doen om wakker te worden. Blijven zoeken of stoppen met zoeken? Autolyse of geen autolyse? Het maakt niet uit wat ik aanbeveel, omdat de persoon doet wat hij/zij doet omdat hij/zij het doet. Alles is zoals het is en ieder personage doet wat hij/zij doet. De uitkomst is onvermijdelijk: iedereen wordt een keer wakker.

Wat wel heel duidelijk is geworden, en ik vermoedde dit al een tijdje, is dat iedere goeroe die iemand anders vertelt wat hij/zij moet doen, welke methode het beste is, en dat die ander werkelijk iets kan doen om te ontwaken, of de boel oplicht of zelf gelooft dat hij/zij ontwaakt is en in de waan leeft dat dit hem is gelukt dankzij de methode die hij aanprijst.

Ik weet dat ik dat in het verleden ook heb gedaan, en ik weet nu dat het bullshit is. Maar ook dat is wat is, omdat het is. Het enige wat ik kan zeggen is dat ikzelf altijd de noodzaak heb gevoeld om de waarheid over alles te willen weten en nooit heb opgegeven om het te vinden, en dat ikzelf 'Een Cursus In Wonderen' heb gedaan en dat ikzelf Autolyse heb toegepast en dat dit voor mij heel goed heeft gewerkt. Maar dit wil niet zeggen dat dit ook de enige juiste weg is voor iedereen.

Ik weet nu dat er niemand is die iemand anders kan vertellen wat te doen om te ontwaken, want er is niemand en dus ook niet iemand anders. Er is niemand hier die iemand dáár kan helpen wakker te worden; er is niemand hier die verlicht kan zijn en niemand dáár die verlicht kan worden.

Er is wat is, en als dat zoekt naar verlichting dan is er schijnbaar iemand die schijnbaar op zoek is naar schijnbare verlichting. Als er meditatie is, dan is er schijnbaar iemand die schijnbaar mediteert. Als er Chakra schoonmaken is, dan is er schijnbaar iemand die schijnbare Chakra's schoonmaakt. Als er naar een goeroe wordt gegaan en in een goeroe wordt geloofd,

dan is er schijnbaar iemand die schijnbaar naar een schijnbare goeroe gaat waarin schijnbaar wordt geloofd. Niets mis mee.

Het is allemaal even perfect, want alles is uiteindelijk niet waar. Er is maar één waarheid en dit hier is het niet! Dus het maakt letterlijk geen fuck uit wat je wel of niet doet, maar dat is niet wat spirituele zoekers graag willen horen (weet ik uit eigen ervaring).

Alles wat we doen, alles waaruit we resultaten verwachten, is allemaal 'iets' dat schijnbaar gebeurt in wat is. Het één is niet beter of slechter dan het andere, het is allemaal hetzelfde 'iets' dat schijnbaar gebeurt in wat is en er is niet iemand die daar zeggenschap over heeft of iets aan kan veranderen.

En soms vallen bij een schijnbaar iemand al die 'ietsen' weg en is er ontwaking, waarna gezien wordt dat er nooit 'iets' of een 'iemand' is geweest. Er is nooit iets gedaan en er is nooit iemand geweest die iets heeft kunnen doen, en toch gaat alles gewoon door en verandert er schijnbaar helemaal niets.

## WAT IS, IS

Wat is, is. Daarmee is alles gezegd. Alles wat schijnbaar plaatsvindt, alles wat schijnbaar gecreëerd wordt, alles wat schijnbaar ontstaat, alles wat schijnbaar gedaan wordt is in eerste instantie wat is en daarna wordt er een mening over gevormd, ontstaat er een gedachte over en worden er labels aan opgehangen en wordt het wat wij denken en geloven dat het is, maar dat is het niet.

Dit 'zien' en 'ervaren' (tussen aanhalingstekens, omdat het niet echt zien is en zeker geen ervaring is) geeft een enorme vrijheid. Paul Hedderman (check zijn video's op You Tube, zeker de moeite en tijd waard) noemt dit "lichter reizen" (traveling lighter). Zo voelt het ook, want alles wat een ander zegt over of tegen mij, over wat ik doe of zeg, over wat dan ook, is alleen maar wat die persoon denkt, aanneemt en gelooft dat ik ben, doe of zeg... en dat is het niet; dat ben ik niet.

Waar ik vroeger geraakt werd door wat een ander zei of vond, is dat nu niet meer (of veel minder) het geval. Niet dat het me niet per se interesseert wat een ander te vertellen heeft, maar simpelweg omdat het niet waar is; het is alleen maar wat een ander denkt, aanneemt of gelooft dat het is en dat is het niet.

Wat is, is, en elke gedachte, mening, aanname of geloof wat het is of zou zijn, is het niet.

## **DE FILM ANALOGIE**

Een veel gebruikte analogie ten opzichte van het leven is die van de bioscoop. Wanneer we naar de bioscoop gaan om een film te bekijken, dan besluiten we om voor de tijdsduur van de film te kiezen voor de opschorting van ongeloof. We weten dat wat we gaan zien niet waar is, want het is maar een film, maar voor de tijdsduur van de film doen we net alsof het wel waar is.

Door de opschorting van ongeloof kunnen we meeleven met de hoofdpersonen in de film en ontstaan er geestelijk en vaak zelfs lichamelijk verschillende soorten emoties die we als 'werkelijk' ervaren. Al deze geestelijke en lichamelijke emoties zullen weer wegebben nadat we de bioscoop hebben verlaten omdat we weten dat het niet echt waar was. Het was maar een film, de mensen waren maar acteurs en het verhaal was verzonnen en/of gedramatiseerd. Het leek echt, maar het was niet waar.

Het leven is niet anders dan die film in die bioscoop, het is alleen groter en het duurt langer dan de gemiddelde film. Nog steeds zijn de mensen acteurs, alleen gelooft de meerderheid van die mensen dat ze echte personages zijn, en het verhaal is nog steeds verzonnen en/of gedramatiseerd. Het verhaal is gebaseerd op wat de mensen denken dat er gebeurt naar aanleiding van wat zij geloven dat waarheid is en wat zij denken dat zij zijn.



Directer gezegd: jouw leven is wat jij denkt en gelooft dat er gebeurt naar aanleiding van wat jij gelooft dat waarheid is en wat jij denkt dat jij bent; en zo is mijn leven wat ik denk en geloof dat er gebeurt naar aanleiding van wat ik geloof dat waarheid is en wat ik denk dat ik ben.

Hierbij is "wat ik ben" het belangrijkste onderdeel. Wanneer ik weet wat ik ben en me dat werkelijk herinner, dan is het leven een film die gedraaid wordt—echt lijkend maar niet waarheid—en als ik even vergeet wat ik ben dan lijkt de film die gedraaid wordt de echte harde ware realiteit. Niettemin verandert het werkelijk geloven dat het de harde realiteit is niets aan de waarheid dat het een film is die echt lijkt maar niet waar is.

Terug naar de analogie van de bioscoop. Ik zit in de bioscoop en kijk naar de film op het doek. De film op het doek is niet waar op vele fronten:

1. Het verhaal is verzonnen en/of gedramatiseerd en de mensen in het verhaal zijn acteurs die spelen dat zij die mensen zijn.
2. De film is niet waarheid omdat de beelden op het doek zich niet werkelijk op dat doek afspelen maar op de film in de projector.
3. De film heeft een projector nodig om schijnbaar te kunnen bestaan. Zonder de projector kan er geen film afgespeeld

worden en speelt er zich geen schijnbare werkelijkheid op het doek af.

4. De projector heeft een lampje nodig om de film op het doek te kunnen projecteren. Zonder het licht in de projector kan de projector geen film afspelen en kan er geen schijnbare werkelijkheid op het doek worden geprojecteerd.
5. Het lampje kan niet branden zonder dat er energie in wordt gepompt.

Oké, hoe verhoudt dat zich tot ons? Tot wat wij zijn, tot wat ik ben.

1. Mijn leven is de film op het doek.
2. Mijn karakter is een acteur die "Frits" speelt.
3. Mijn lichaam is de projector.
4. Dat wat ik werkelijk ben in deze schijnbare realiteit is het lampje dat er voor zorgt dat "mijn leven" op het doek geprojecteerd kan worden.
5. De energie die er voor zorgt dat het lampje (ik) kan branden is 'Waarheid' of 'Dat wat is' (de onnoembare onkenbare onbeschrijfelijke eeuwige eeuwigheid dat IS).

De energie (de onnoembare onkenbare onbeschrijfelijke eeuwige eeuwigheid dat IS) is het enige dat waar is, en de rest,

vanaf het lampje (ik) tot aan de film op het doek (het complete leven van universum tot kleinste molecuul), is illusie en niet waar.

Nu kan er gezegd worden dat de projectoren allemaal digitaal zijn, maar dan kun je de film zien als een Disc en het lampje als de Chip die de nulletjes en eentjes omzet naar beelden. Hoe dan ook is er nog steeds energie nodig om er voor te zorgen dat de Chip de nulletjes en eentjes omzet naar de illusionaire beelden op het doek of beeldscherm.

## **LEVEN**

Het enige dat het leven lastig maakt is als je er aan trekt, tegen aan duwt, aan krabt of het op een andere manier wilt sturen, manipuleren of veranderen. Als je dat allemaal niet doet, dan gaat het leven vanzelf en altijd precies zoals het hoort te gaan. Jij bent de enige die denkt dat het anders moet of zou moeten zijn, en jij bent de enige die het leven lastig maakt.

## **DAT**

Het voelt alsof mijn laatste aardse droomstaat "hobby" ook aan het wegvallen is: het proberen uit te leggen wat "DAT wat IS" is. Een paar dagen geleden had ik een ervaring die ik het beste kan beschrijven als het absolute einde van tijd en ruimte waardoor het enige dat overbleef "DAT" was — het laatste en enige observatie- en ervaringspunt dat niet gekend of geobserveerd kan worden.

Nisargadatta noemde dit "het absolute", Jed McKenna noemt het "the strange place called Done" en Een Cursus in Wonderen noemt het "GOD". Het laatste observatie- en ervaringspunt op aarde, dus in de droomstaat, is "IK BEN", maar het allerlaatste en enige ware observatie- en ervaringspunt is het onkenbare "DAT" wat die "IK BEN" observeert en ervaart.

Waarom valt die laatste hobby dan weg? — zou je kunnen vragen. Omdat ik letterlijk ervaren heb dat dit "DAT" IS en dat dit "DAT" onkenbaar en daardoor onbeschrijfbaar is. Het idee dat je het kunt beschrijven of uitleggen is onwaar, en alles wat onwaar is valt, wanneer je eenmaal op weg bent, vanzelf weg; er is geen sprake van keuze of wil.

"DAT" is niet te kennen omdat "DAT" het enige is dat IS. Het is wat we WAARHEID of GOD noemen. Het IS! — en meer valt er niet over te zeggen. Het is het laatste dat overblijft omdat

het het enige is dat altijd IS en altijd zal ZIJN en er is daarbuiten niets dat het kan observeren of beschrijven.

Je kunt het aan niemand uitleggen en je kunt niemand er naar toe leiden. Je kunt mensen alleen uitnodigen om voor zichzelf te komen kijken; de toegangsprijs is slechts "ALLES".

## **DE DRIE-EENHEID VAN DE EGO-DENKGEEST (1)**

Waarheid is simpel en onwaarheid is ingewikkeld. Alleen leugens moeten met veel bombarie, strikken en slingers in stand worden gehouden terwijl dat wat waar is vanzelf en moeiteloos waar is omdat het waar is. God, of Dat wat IS, of Waarheid is simpelweg 'wat IS'. Het doet zich niet anders voor dan 'Wat IS' en het is wat het is zoals het is omdat het is. Heel simpel.

Zodra je in afscheiding gelooft, en het feit dat je op deze aarde leeft en ervaart dat je met velen bent betekent dat je in afscheiding gelooft, ontstaat er een denkgeest die denkt dat het afgescheiden van de rest bestaat. Deze denkgeest is, omdat het gelooft in afscheiding en gelooft dat alles gescheiden is, ook dualistisch. Het is gescheiden in een ego-denkgeest en een juiste-denkgeest. Zoals je ziet is dat al meteen een ingewikkelde constructie.

De juiste-denkgeest (in Een Cursus in Wonderen ook wel 'heilige-denkgeest' genoemd) is dat deel van de denkgeest dat de herinnering aan 'eenheid' bewaart. Het is het deel van de denkgeest die je kunt gebruiken om te ontwaken uit de droomstaat. Deze juiste-denkgeest wacht rustig af totdat hij naar voren kan stappen en je naar de oplossing (wakker worden) kan leiden. Heel simpel en zonder bombarie, strikken en slingers.

De ego-denkgeest is een heel ander verhaal. Deze denkgeest is van begin tot eind opgebouwd uit leugens en onwaarheid. Zij

heeft heel veel bombarie, strikken en slingers nodig om ons er van te overtuigen dat zij bestaat en dat afscheiding van éénheid mogelijk is. Ego-denkgeest is 'cloak and dagger', verdeel en heers en heeft een dag-en-nacht-taak aan het onderdrukken van wat waar is (aangezien waarheid, wanneer het met rust wordt gelaten, vanzelf naar de oppervlakte komt drijven).

De ego-denkgeest is wat je doet geloven in afscheiding. Haar enige taak is ten koste van alles dat geloof in afscheiding in stand te houden. Om dit te kunnen doen moet zij je doen geloven dat alles wat onwaar is echt waar is en zij moet er voor zorgen dat alles wat echt waar is niet gezien wordt. Ik zie de ego-denkgeest als vrouwelijk omdat zij lijkt op Maya, de illusie, die voor ons een universum heeft geschapen zodat wij geloven te bestaan als afzonderlijke entiteiten in een potentieel bedreigende wereld.

Wat nu volgt is wat mij is binnengevallen en ik nu, on the fly by, probeer onder woorden te brengen. Op geen enkele manier wil ik beweren dat het waar is, dus zoals bij alles: onderzoek het zelf en stel zelf vast wat waar is en wat niet.

Volgens mij bestaat de ego-denkgeest uit drie delen:

1. Het deel dat alle potentie in zich heeft om de gehele muur van onzin, onwaarheid en absolute bullshit die je hebt opgebouwd, in te laten storten door simpelweg van zich te laten horen. Niet omdat het alle kennis of al het weten in



zich heeft, maar omdat het zo fucking woedend is dat het alle bullshit in één keer kan verbranden.

2. Het deel dat als enige taak heeft het eerste deel denkgeest onder de duim te houden zodat het derde deel (zie nummer 3) zich kan presenteren als 'jouw perfecte zelf'. Het probeert ten koste van alles onwaarheid te bewijzen en waarheid te onderdrukken en ook nog een onmogelijke balans te behouden. Het onderdrukt alles wat waar is en alles wat een rimpeling in het oppervlakkige zou kunnen creëren.
3. Het deel dat zich voordoeft als de persoon die je denkt te zijn en graag wilt zijn. Je presentatie aan de buitenwereld die je op een zo'n perfect mogelijke en de meest sociaal acceptabele manier probeert te doen.

Dat eerste deel ego-denkgeest — dat door het tweede deel onderdrukt wordt — is wat Jed McKenna, zo vermoed ik, "The Little Bastard" noemt. Het is het deel van de ego-denkgeest dat, als het de kans krijgt, er voor kan zorgen dat jij je zo ongemakkelijk of klote gaat voelen dat er slechts de keuze overblijft om wakker te worden, wat dan geen keuze meer is. Niemand wordt wakker of wil wakker worden omdat hij of zij zich zo geweldig voelt en een geweldig leven heeft, dat is helaas de harde realiteit.

Dat eerste deel ego-denkkeest (little bastard) is niet de juiste-denkkeest! Het is slechts het enige deel van de ego-denkkeest dat de volledige ego-denkkeest kan destabiliseren en verzwakken waarna de juiste-denkkeest het kan overnemen. Dat is de reden waarom het tweede deel ego-denkkeest het eerste deel moet onderdrukken en het in het onbewuste moet vasthouden.

Nog ter verduidelijking, ik kom daar in het vervolg van deze blog waarschijnlijk wel op terug, nog dit:

1. Het eerste deel, de little bastard, is het onbewuste deel van ons brein; ons onbewuste zijn.
2. Het tweede deel, de onderdrukker, is het onderbewuste deel van ons brein; ons onderbewuste zijn.
3. Het derde deel, ons super ego, onze presentatie aan de buitenwereld, dat wat we denken te zijn, is het bewuste deel van ons brein; dat wat we 'ons bewustzijn' noemen.

Omdat het tweede deel van de ego-denkkeest het eerste deel onderdrukt is het eerste deel het deel van ons 'brein' waar ons onbewuste huist. Hierdoor zijn we ons niet bewust van de fucking woede van dat eerste deel van de ego-denkkeest en het is die ongeremde fucking woede die ons kan doen ontwaken.

In het tweede deel zal proberen uit te leggen hoe ik tot dit idee ben gekomen.

## **DE DRIE-EENHEID VAN DE EGO-DENKGEEST (2)**

Ik ben tot de conclusie gekomen dat het eigenlijk niet belangrijk is hoe ik tot het idee van de vorige blog gekomen, omdat het "hoe" er niet toe doet. Maar om de belofte na te komen zal ik het even kort opschrijven.

Sinds mijn jeugd heb ik een rugafwijking, soort van Scoliose waarbij er een S-bocht in mijn ruggengraat zit en deze ook nog een draai om zijn as maakt. Hiervoor liep ik tijdens mijn pubertijd (wanneer het lichaam het meeste groeit) onder controle bij het Lucas Ziekenhuis in Amsterdam West.

Na mijn pubertijd nam de ziekenhuisdokter afscheid van mij met de woorden: "Het kan zijn dat je nooit last krijgt van je rug, maar het kan ook zijn dat je voor je 40ste in een rolstoel zit." Ik ga er nu vanuit dat hij een pesthumeur had of dat zijn vrouw niet met hem naar bed wilde, anders kan ik me niet voorstellen dat je zoiets stupide en gemeens zegt tegen iemand die nog geen 20 is.

Anyway, op een gegeven moment kreeg ik een soort van chronische rugpijn. De ene keer erger dan de andere keer en ongeveer één keer per jaar zo erg dat ik een week of een paar weken niet echt kon functioneren. Ik ging er vanuit dat het aan die rugafwijking lag en probeerde met rekken en strekken en af en toe fysiotherapie de pijn te verminderen.

Tot ik Dokter John E. Sarno ontdekte die heel simpel stelde dat er niets mis is met mijn rug, dat Scoliose wel een afwijking is maar zelden tot nooit werkelijk pijn oplevert en dat de pijn wel echt is maar de oorzaak psychologisch is. De pijn is een symptoom van een psychologische oorzaak.

Dokter Sarno stelt dat ons brein bestaat uit drie delen.

1. Het Onbewuste Brein
2. Het Onderbewuste Brein
3. Het Bewuste Brein

Het systeem dat Sarno voorlegt is dat er in ons Onbewuste Brein alle herinneringen van ons hele leven ligt opgeslagen en, simpel gezegd, dit Onbewuste Brein heeft een pesthumeur. Dit Onbewuste Brein bestaat vrijwel volledig uit letterlijk ongekende woede en wanneer deze woede naar de oppervlakte dreigt te komen, dus in het Bewuste Brein dreigt te komen, doet het het Onderbewuste Brein er alles aan om dit te voorkomen; onder andere door het creëren van rug- en schouderpijn; maar ook huiduitslag, allergie, hoofdpijn/migraine, maagzweer en zelfs extreme ziektes als kanker behoren tot de mogelijkheden.

Het Onderbewuste Brein gaat er vanuit dat het bewust worden van de woede ongepast is, ongepast voor onszelf maar voornamelijk ongepast voor onze omgeving, en daarom moet het onderdrukt worden, en als dat niet lukt moet de aandacht

worden afgeleid door middel van lichamelijke pijn of ziektes. Dit is niet logisch, maar het Onderbewuste Brein denkt niet logisch. Het heeft niet als taak om het lichaam gezond en fit te houden, het heeft niet als taak om het lichaam te laten overleven, het heeft als enige taak om ongewenste en ongepaste emoties te onderdrukken... ten koste van alles.

Dokter John E. Sarno labelt...

1. Het Onbewuste Brein als "het kind" dat alleen met zichzelf bezig is en pissig is omdat het Bewuste Brein niet doet wat "het kind" wil en zich in plaats daarvan probeert aan te passen aan de buitenwereld waar "het kind" geen flikker om geeft.
2. Het Onderbewuste Brein als "de ouder" die bemiddelt tussen de twee andere breinen en alles in het werk stelt om de orde te bewaren.
3. Het Bewuste Brein als "de volwassene" die ons presenteert aan de buitenwereld; het is het personage dat we willen, hopen, denken en proberen te zijn en het personage dat we geloven dat de buitenwereld verwacht.

John E. Sarno zegt...

*"... "het kind" is impulsief en wordt boos als de dingen niet gaan hoe het kind wil; "de ouder" is ons geweten dat ons*

*voortdurend vertelt wat we 'moeten' en 'niet mogen' doen, en "de volwassene" is onze bewuste denkende geest. Sarno legt uit dat, terwijl we elke dag "de volwassene" ervaren, "het kind" en "de ouder" meestal in ons onbewuste verblijven. We zijn ons meestal niet bewust van hen, maar ze zijn net zo echt en net zo goed een deel van ons als "de volwassene". In de TMS (Tension Myositis Syndrome, de oorzaak van de rugpijn) gevoelige persoon types is het dat onbewust samenspel van de ouder en kind dat uiteindelijk resulteert in een pijnsyndroom. TMS gevoelige mensen zijn meestal perfectionistisch en "goed-doeners". Dit betekent dat hun innerlijke "ouder" een sterke wil heeft en veeleisend is met zeer hoge normen. Normen zo hoog dat daar nooit aan kan worden voldaan."*

Mijn redenatie is dat als het van binnen zo werkt, het spiritueel er niet veel anders uit kan zien. Mijn ervaring is dit ook zo is.

Als laatste punt nog iets over Sigmund Freud, die als eerste met het idee is gekomen dat onze (denk)geest, of brein, uit drie delen bestaan. Hij noemde deze drie delen:

1. Id
2. Ego
3. Superego

Ik weet niets van Freud of psychologie, dus het volgende heb ik van het internet geplukt.

*"Het 'id' is een onderbewust mechanisme dat op twee soorten energie werkt. Ten eerste Eros, de seksuele energie. Daarnaast Tanatos, de woede. Het 'ego' probeert deze twee energieën in bedwang te houden. Hierdoor functioneren veel mensen in hun dagelijks leven normaal. Als het 'ego mechanisme' zijn werk echter niet goed doet kan het 'id' aan de macht komen. [...] Gelukkig is het 'ego' vaak erg sterk. Zo sterk zelfs, dat veel mensen niet voor hun gedachtes uitkomen. Dit komt door weerstand- en verdringingsmechanismen. Deze mechanismen doen nuttig werk, als zij in normale mate voorkomen. Het 'superego' is ten slotte het beeld dat mensen hebben van hun ideale zelf. Hierin liggen de normen en waarden besloten, die door de omgeving zijn mee gegeven. Het 'superego' is de grote tegenstander van het 'id' en is gericht tegen de seksuele en agressieve energie. Het 'ego' bemiddelt tussen id en superego."*

Om duidelijk te zijn, de volgende vergelijking:

1. Id = Onbewust Brein (het kind) = mijn eerste deel denkgeest (the little bastard)

2. Ego = Onderbewuste Brein (de ouder) = mijn twee deel denkgeest (de onderdrukker)
3. Superego = Bewuste Brein (de volwassene) = mijn derde deel denkgeest (ik ik ik)

Dit is waar het idee vandaan komt en het voegt niets toe aan het gegeven zoals ik dat verwoord heb in het eerste deel. Het enige dat iets kan toevoegen is jouw eigen verificatie of weerlegging van het gegeven.



## **WAT LEVERT ONTWAKEN UIT DE DROOMSTAAT MIJ OP?**

Wat levert ontwaken uit de droomstaat (of verlichting, wat in principe een verkeerd woord voor hetzelfde is) mij op? Ik denk dat het goed is die vraag te beantwoorden voor jezelf, omdat vrijwel iedereen er aan begint met een specifiek idee dat ze hebben over "ontwaken/verlichting".

Je mag zelf invullen wat dat idee is, ik ga dat niet voor je doen omdat het niet uitmaakt wat jij en ik invullen... het is namelijk allemaal niet waar. Ik ga dus meteen naar het antwoord op de vraag "Wat levert ontwaken/verlichting een persoon op?" en het antwoord is: NIETS!

De meeste mensen beginnen aan de zoektocht naar ontwaking/verlichting omdat het leven dat ze leiden niet is wat ze willen en ze hopen dat het na het ontwaken, na de verlichting, beter zal zijn. De fout in deze denkwijze is de aanname dat 'De Persoon' die wil ontwaken, 'De Persoon' die verlichting zoekt, bestaat. Die 'Persoon' bestaat niet, WIJ bestaan niet, JIJ bestaat niet, IK bestaat niet. "ER IS GEEN WERELD", zoals Een Cursus in Wonderen zo duidelijk stelt.

Het ontwaken of die verlichting kan niet 'iemand' iets opleveren, omdat er niet 'iemand' is. Dus waarom dan wakker of verlicht worden? Er is niemand die daar voor kiest en iedereen die zegt dat hij of zij wakker of verlicht wil worden, wil

eigenlijk alleen maar een leuker leven voor de persoon die zij ten onrechte denken te zijn. Zij willen niet wakker of verlicht worden, zij willen een leukere droom.

Helaas is er geen leukere droom... DIT is het voor zover het de droomstaat betreft. Je kunt het wel als leuker ervaren, maar dat is slechts een ervaring en elke ervaring is niet waar. Maar stel dat je het als 'leuker' wilt ervaren, dan is nog dieper in slaap vallen of helemaal wakker worden de enige twee opties die je hebt.

Als je een diepere slaap wilt, dan stel ik voor dat je nu meteen stopt met zoeken naar ontwaking of verlichting en je gaat verdiepen in het grote aanbod van New Age Bullshit, zoals "The Law of Attraction" (beter verwoord als "The Law of Distraction"), waarmee je een nog grotere leugen van jezelf kunt creëren in een nog diepere droomstaat.

Maar als je echt wakker wilt worden, dan kun je dat alleen maar heel erg graag willen en intens hopen en bidden dat het je mag overvallen... het nadeel is dan wel dat 'jij' er na ontwaking/verlichting niet meer toe doet en de wereld om je heen niet 'leuker' hoeft te zijn, omdat 'jij' en 'die wereld' overduidelijk niet werkelijk bestaan.

Ik vermoed dat beide opties niet zijn wat je wilt horen.

Well... Tough shit man! Get over it!

## **ALLES IS PSYCHOSOMATISCH**

Alles is psychosomatisch, behalve 'DAT wat IS'. Om te 'begrijpen' wat dat betekent, moet ik eerst even verklaren wat 'psychosomatisch' is. Veel mensen denken te weten wat psychosomatisch inhoudt, maar dat komt voort uit wat daarover gezegd wordt in de media of wat hen geleerd is.

De meeste mensen denken, bijvoorbeeld, dat een psychosomatisch aandoening een ziekte is die iemand niet werkelijk heeft maar tussen de oren zit... aanstellerij, als het ware. Dit is niet zo omdat de klachten die een patiënt heeft zeer echt zijn voor die persoon en zich daadwerkelijk in het lichaam afspelen... alleen de oorzaak, daar waar de klachten vandaan komen en waardoor ze gegenereerd worden, bevindt zich in de psyche.

Het zijn dus niet klachten die 'ingebeeld' zijn, maar klachten die 'echt' zijn en voortkomen uit een 'verwarring' in de geest, waarna het brein de chemie in het lichaam verandert om zo de symptomen en de klachten te genereren.

Om de klachten op te lossen, of te genezen, of zelfs om de klachten alleen maar te 'begrijpen' hoeven we niet naar de fysieke klachten te kijken en niet het lichaam te behandelen, maar moeten we naar de plek gaan waar de klachten gegenereerd worden — de bron (in dit geval 'de psyche') — en daar de problemen aanpakken.

Als ik dus stel dat alles behalve 'DAT wat IS' (Eenheid, Waarheid, God, geef het een naam) psychosomatisch is, dan moeten we om alles te 'begrijpen' niet 'de klachten' (het leven) onderzoeken waar ze zich lijken te bevinden (in de wereld), maar moeten we naar de bron kijken en de bron onderzoeken ('DAT wat IS'); en dat is wat jij bent, ik ben, wij zijn en alles is.

Het lukt me niet echt om het goed in woorden te vervatten, dus dit is het voor nu en hier laat ik het even bij.

## **IK KAN JE NIET HELPEN**

Dit wordt een (hopelijk kort) aanmatigend stuk, maar het moet gezegd worden. Aangezien ik de website [www.autolyse.nl](http://www.autolyse.nl) heb opgezet en hier al die artikelen schrijf, schijnt het in de ogen van sommige andere mensen te lijken alsof ik iets weet en heb dat zij willen weten en hebben en dat ik hen kan helpen dat te bereiken. Een aantal mensen benaderen mij alsof ik een goeroe of leraar ben.

Dit is niet zo; ik ben geen goeroe en geen leraar. Bovendien 'heb' ik niet iets wat anderen niet hebben en 'weet' ik niet meer dan ieder ander. Het enige verschil—als er verschil is—is dat ik het me herinner en die ander schijnbaar niet. Als je iets vergeten bent dan ga je niet aan een ander vragen wat je bent vergeten, nee, je gaat je best doen om te herinneren wat jij bent vergeten, aangezien jij de enige bent die weet wat je bent vergeten.

Ik kan je niet helpen om wakker te worden, ik kan je ook niet vertellen hoe je dat moet doen. Ik kan alleen vertellen hoe ik het gedaan heb en wat mijn ervaringen zijn en wie weet, misschien heeft een ander daar iets aan of kan een ander daar iets mee. Als ik iets schrijf wat onduidelijk is, dan kun je me daar een vraag over stellen en dan geef ik mijn antwoord. Ik heb geen zin in discussies, dus als je het niet met me eens bent dan moet je dat wat je zoekt ergens anders gaan zoeken.

Het heeft ook geen zin om jouw levensverhaal of de problemen die jij in het dagelijkse leven ervaart met mij te delen; daarvoor zijn er psychologen of psychiaters of goede vrienden. Het is ten eerste zinloos omdat ik er niets aan kan veranderen, dat kun jij alleen, en ten tweede interesseert het me simpelweg niet. Ik ben niet op aarde om het leven van anderen leuker of makkelijker te maken. Dit lichaam heeft één doel en één functie en dat is WAARHEID; dat is de functie van 'Frits Spoelstra'.

Nogmaals: ik ben geen goeroe of leraar, ik 'heb' of 'weet' niet iets wat jij kunt gebruiken—jij hebt en weet alles zelf al, maar je bent het vergeten—en ik kan je niet helpen. Gerichtte vragen wil ik beantwoorden, maar discussies voer ik niet, en voor de rest is het echt absoluut ieder voor zich. Als jij wilt ontwaken dan moet jij wakker worden... zo simpel is het. Simpel, maar niet makkelijk.

## **HET IS WAT IS**

Gisteren een gesprek gehad met iemand die ik tot dan toe nog niet kende, maar sinds gisteren dus wel. Laten we hem M.B. noemen. Dat is verder van geen belang, maar voor de goede orde. We zouden een uurtje met elkaar praten over de zaken waarover ik het hier ook heb, maar uiteindelijk zijn we bijna 2 uur aan het kletsen geweest. Ergens tegen het einde van het gesprek kwamen we terecht op de volgende, bijna Cruijffiaanse (R.I.P.) conclusie:

**"Het is wat is tot het niet meer is."**

Met andere, of dezelfde, woorden: alles is wat het is en hoe het is tot het niet meer is wat en hoe het is. Hierin zit ten eerste de overgave die nodig is om überhaupt werkelijk oordeelloos te kunnen ervaren wat IS ("ervaren" is niet het juiste woord, maar wel het woord dat er het dichtstbij komt) en ten tweede omvat het een absoluut vertrouwen dat wat IS het beste is dat kan gebeuren, puur en alleen omdat het gebeurt, want anders zou het niet gebeuren (wederom een bijna Cruijffiaanse conclusie).

Er is ook nog een ten derde, en dat is dat alles uiteindelijk voorbijgaat. Niets hier is blijvend en dus in de kern van generlei waarde of belang. Het is wat is tot het niet meer is.

In die zin staat alles wat je hoeft te weten om hier in deze illusie/droomstaat absoluut vrij te kunnen zijn, tot je lichaam het opgeeft. Dit betekent overigens niet dat je niets hoeft te doen, of niets zou moeten doen, want wat je doet, om welke reden dan ook, is ook wat is. Door expres niets te doen verzet je je juist tegen wat is, en dat is niet de bedoeling van dat wat is, omdat dit zou betekenen dat het dan niet zou zijn... en dat kan niet.



## **NIEMAND HEEFT OOIT IETS GEDAAN**

Zodra een mens, ieder mens, iets doet, wordt de gedachte 'Dit doe ik omdat [...]' er aan toegevoegd, waarna de ego-denkgeest (of gewoon 'ego') er 'Ik heb dit gedaan omdat [...]' van maakt om het idee te creëren dat die mens, ieder mens, het eerst heeft bedacht of gedacht en het pas daarna heeft gedaan.

Dat is bullshit. Ten eerste wordt alles gedaan voordat het gedacht of bedacht is (dit is overigens ook wetenschappelijk en neurologisch aangetoond en bevestigd) en het wordt al helemaal niet gedaan om de redenen die de ego-denkgeest (of gewoon 'ego') heeft verzonnen; bovendien wordt het niet door die 'ik' gedaan die schijnbaar denkt dat hij het doet om [...] en [...] redenen.

De meest belangrijke vragen die de mens, elk mens, dan kan stellen, zijn deze in deze volgorde:

- Wie is het die dit heeft gedaan?
- Wie is het die denkt dat hij het heeft gedaan?
- Wie is het die denkt dat hij het heeft gedaan om [...] en [...] redenen?
- Is dat waar?

Wanneer je, middels het beantwoorden van die vragen, tot de realisatie komt dat 'jij' niets doet en dat er geen redenen zijn om dat wat 'jij' niet hebt gedaan te doen, creëert dit de absolute

vrijheid om te zijn wat je werkelijk bent als intrinsiek deel van dat wat werkelijk is.

Niemand heeft ooit iets gedaan en niemand is ooit schuldig of schuldig geweest; de enige die wijst naar zichzelf of de ander als zijnde een doener of schuldige is de ego-denkgeest (of gewoon 'ego') en die heeft als meest in het oog springende eigenschap het simpele feit dat hij niet bestaat.

## DE WERELD ALS AFLEIDING

Dankzij vriendin Marije verzon ik een reactie op een bericht dat ze ergens had geplaatst: 'De wereld heeft als enig doel om je af te leiden van de waarheid dat er geen wereld is.'

Het punt is namelijk dat er geen wereld bestaat. Dat klinkt gigantisch, en dat is het ook, maar er is geen wereld!

Dit gegeven is ten eerste de kern van wat Een Cursus in Wonderen ons probeert te vertellen (het stelt letterlijk: "Er is geen wereld") en is ten tweede wetenschappelijk bevestigd (men heeft herhaaldelijk vastgesteld dat alle vaste materie voor 99,99999999999999% bestaat uit lege ruimte, a.k.a. "niets") — en natuurlijk heeft zo'n beetje elke "sprituele" leraar die een beetje serieus genomen zou kunnen worden hetzelfde vastgesteld en verkondigd en is het mijn conclusie na een zoektocht van meer dan 25 jaar.

Er is geen wereld, wat automatisch inhoudt dat er geen mensen, dieren, bacteriën, microben, bomen en planten zijn; want waar zouden die op of in moeten bestaan als er geen wereld is? Zonder al dat bestaat er geen dualiteit is alles wat IS. Dit is het en het is 'DIT'.

Het probleem is dat de denkgeest voor een deel gelooft dat het zich heeft afgescheiden van 'DIT' en dat deel van de denkgeest creëert (zoals de gehele denkgeest creëert, want dat is wat het doet) een duale schijnwereld om te bewijzen dat die afscheiding

waarin dat deel van de denkgeest gelooft werkelijk heeft plaatsgevonden.

Die gecreëerde wereld, onze wereld, bestaat alleen omdat het deel van de denkgeest dat gelooft dat het zich heeft afgescheiden van 'DIT' moet bewijzen dat afscheiding (dualiteit) mogelijk is, omdat het anders niet bestaat (wat overigens zo is, er is alleen denkgeest en dus niet een deel van de denkgeest dat voor zichzelf is begonnen).

Helaas voor het schijnbaar afgescheiden deel van de denkgeest is afscheiding onmogelijk, daardoor heeft afscheiding nooit plaatsgevonden en kan de wereld niet bestaan, anders dan als illusie (droomstaat) om te bewijzen dat de onmogelijke afscheiding mogelijk zou zijn; wat dus niet zo is!

'De wereld heeft als enig doel  
om je af te leiden van de waarheid  
dat er geen wereld is.'

Er is geen wereld. Zo simpel is het en iedereen kan voor zichzelf vaststellen wat voor onherroepelijke consequenties dit heeft voor alles waar hij of zij schijnbaar in gelooft. En of je dit nu wel of niet gelooft, verandert niets aan het simpele feit dat het zo is. De absolute realiteit past zich niet aan aan wat jij denkt of gelooft, noch aan wat ik denk of geloof — wat is IS.

## **WIE BEN IK EN WAAR IS DIE IK**

Dinsdagavond, voor het slapen gaan, stelde ik mij, na een aantal dagen van depressief gevoel, de vragen: "Wie ben ik om te willen dat het anders moet zijn?" en "Waar is dan die ik die ik denk te zijn?"

Op beide vragen kreeg ik geen antwoord. En als er niemand is die het anders kan willen, dan is er ook niemand om depressief te zijn... dat moet namelijk dezelfde IK zijn. Ik weet dat dit niet logisch klinkt, maar het feit wil wel dat de volgende dag een geweldige dag was zonder enige vorm van depressiviteit.

Nu weet ik niet of het toevallig is dat de depressie verdween na het stellen van de vragen en het feit dat er geen antwoorden op zijn, maar het is wel iets dat ik frappant vind en wat ik opnieuw ga proberen te doen wanneer er zoiets als depressief gevoel over me heen komt.

Ik houd jullie op de hoogte of, als je last van depressieve gevoelens hebt, probeer het zelf eens uit.

## **ER IS NIETS GEBEURD EN ALLES IS AL GEBEURD**

Er is geen wereld, geen tijd en geen ruimte. Afscheiding van 'dat wat één is' is onmogelijk en die gekke gedachte, het domme idee van ego dat dit mogelijk zou zijn, is hersteld voor het uitgevoerd kon worden. Er is nooit iets gebeurd! Er is geen wereld en geen tijd en geen ruimte.

Dit levert het 'probleem' op dat ego niet gelooft dat het niet mogelijk is om zich af te scheiden en daardoor probeert te bewijzen dat afscheiding waar en mogelijk is en dat hij, ego, werkelijk bestaat als losstaand deel van de gehele denkkeest. Aldus creëert ego dualiteit dat alleen in stand gehouden kan worden door middel van chaos en wanorde.

Alles wat gescheiden lijkt moet tegenover elkaar staan en elkaar bestrijden om de dualiteit, en daarmee het bewijs dat afscheiding een feit is, in stand te houden. Er moet tijd en ruimte bestaan om een opeenvolging van chaos en wanorde te creëren die steeds groter en extremer wordt, omdat 'dat wat één is' een geheel is en alles wat dat niet lijkt te zijn van nature terugverlangt naar die eenheid. Daarom is er steeds meer geweld, macht en kracht nodig om de afscheiding in stand te houden.

Omdat er in waarheid niets is gebeurd terwijl er schijnbaar van alles is gebeurd (de schijnbare realiteit waarin we leven) ontstaat de paradox dat er niets is gebeurd en dat alles al is

gebeurd. In waarheid is er niets gebeurd en zal er ook nooit iets gebeuren omdat tijd en ruimte niet bestaan, maar in de illusie moet alles al zijn gebeurd omdat zelfs in de illusie tijd en ruimte niet bestaan.

Die laatste is lastig omdat in de illusie tijd en ruimte juist wel lijken te bestaan. Maar je kunt een illusie niet afmeten aan andere illusies, je moet illusies afmeten aan waarheid en in waarheid bestaan tijd en ruimte niet. Dus als we geloven dat er iets gebeurt in de illusie, dan is alles al gebeurd omdat er geen tijdlijn is.

Dit geeft ons het onwerkbaar model dat alles wat in het verleden is gebeurd, alles wat op dit moment gebeurt en alles wat nog staat te gebeuren, allemaal NU tegelijk plaatsvindt. We zien de tijdlijn gewoonlijk als iets van A naar B via een horizontale lijn die meestal van links naar rechts loopt, maar in waarheid speelt de illusie zich af als een opeenstapeling hier en nu van alles wat geweest is, nu is, ooit zal zijn en zelfs alles wat nooit zal zijn maar binnen de mogelijkheden van de potentiële toekomst valt. Alles gebeurt en is gebeurt op hetzelfde moment, hier en nu.

Houdt dit in dat de illusionaire toekomst vaststaat en dat we niets kunnen doen om die te veranderen? Nee, natuurlijk niet. Hoe zou een illusionaire toekomst vast kunnen staan? Er is geen toekomst, want alles is al gebeurd. Dat wat we hier, in de illusie, als toekomst zullen ervaren is het resultaat van de gedachtes,

ideeën en overtuigingen die we afzonderlijk zelf hebben.

Verander je gedachtes, ideeën en overtuigingen en de toekomst zal ook veranderen met slechts één constante: HET IS NIET WAAR!

Wanneer we op het schijnbare moment 'nu' van gedachte veranderen, zal de potentiële toekomst veranderen. Dit wil niet zeggen dat, door nu opeens positief te gaan denken de toekomst positief zal zijn, het wil alleen maar zeggen dat het invloed heeft. Ik weet niet wie het heeft gezegd, en dat maakt ook niet uit, maar het beste wat je werkelijk voor de wereld kunt doen is zelf ontwaken, want als jij ontwaakt is alles ontwaakt, omdat er alleen maar eenheid is en er verder dus niemand is die hoeft te ontwaken. Natuurlijk levert dat geen betere wereld op, want er is geen wereld.

Zolang je gelooft dat iedereen moet ontwaken om een betere wereld te creëren, wat nooit zal gebeuren, dan houd je alleen de dualiteit in stand en doe je precies wat ego wil dat je doet. Er is geen wereld, er is geen tijd, er is geen ruimte, er is geen ander. Er is nooit iets gebeurd en alles is al gebeurd en alles wat schijnbaar is gebeurd, nu gebeurt en zal gebeuren, maar niet echt gebeurt, gebeurt tegelijkertijd en is voorbij voordat het begonnen is.



# SNIPS' AUTOLYSE

© Frits Spoelstra

**Websites:**

[www.snips.nl](http://www.snips.nl)

[www.autolyse.nl](http://www.autolyse.nl)

**Weblog:**

[www.snipsautolyse.wordpress.com](http://www.snipsautolyse.wordpress.com)