

SNIPS' AUTOLYSE

(DEEL 12)

FRITS SPOELSTRA

SNIPS' AUTOLYSE

© Frits Spoelstra

(november-december 2017)

Websites:

www.snips.nl

www.autolyse.nl

Weblog:

www.snipsautolyse.wordpress.com

Snips' Autolyse (deel 12)

○ Zoeken naar je werkelijke zelf	—	4
○ De 'boodschap'	—	7
○ Verlichting voor of van jezelf	—	9
○ Discussie, meningsverschil en oorlog	—	11
○ Waarom er niets verandert	—	14
○ Waarom de zoektocht zo moeilijk lijkt	—	18
○ Ben ik depressief of is er depressiviteit?	—	21
○ Spirituele stromingen en methoden	—	24
○ Wat is en wat gebeurt	—	27
○ Nooit wakker, nooit verlicht	—	32
○ Being Frits Spoelstra	—	34
○ 2018	—	37

ZOEKEN NAAR JE WERKELIJKE ZELF

In de spirituele zoektocht is één van de meest aangeprezen methodes de zoektocht naar jezelf. De schuld hiervoor ligt voor een groot deel bij Ramana Maharshi die door de huidige neo-Advaita en spirituele gemeenschap als één van de ‘grootste’ spirituele leraren geldt, maar wiens boodschap tegenwoordig door weinig mensen werkelijk wordt begrepen.

Ramana’s mantra was ‘wie ben ik?’, maar daarmee doelde hij niet op de fysieke ik. Hij wilde niet dat mensen op zoek zouden gaan naar de zelf van het ik-personage dat ze geloven te zijn, maar naar dat wat ze werkelijk zijn; dat wat alles is.

Vanzelfsprekend is dit verkeerd uitgelegd vanaf het moment dat de ego-denkgeest deze boodschap heeft gekaapt en heeft verbasterd tot een vorm waarin de ‘ik’ kan blijven bestaan.

Nog steeds gaan de meeste spirituele zoekers en leraren er vanuit dat er een ‘ik’ is die iets kan vinden en zien dat gebruikt kan worden voor diezelfde ‘ik’ — zelfs binnen de Advaita waar dat ontkent wordt terwijl hun acties het tegendeel erkennen. Men gaat er vanuit dat de ‘ik’ onderzocht dient te worden zodat diens ware aard gevonden kan worden en, indien mogelijk, verbeterd kan worden. Ze zetten de ‘ik’ in om die ‘ik’ te zoeken ter vernietiging van diezelfde ‘ik’ om zo een betere ‘ik’ te worden, een ronduit gestoorde opdracht die nergens toe leidt.

Het probleem van de gehele spirituele zoektocht is de misvatting dat hier een 'ik' zou zijn die kan zien wat die 'ik' in alle absolute werkelijk en waarheid zelf is. Die misvatting is de reden dat er, letterlijk eeuwen nadat mensen die er achter zijn gekomen hoe het werkt dat gecommuniceerd hebben, nog steeds spirituele zoekers zijn.

De standaard spirituele zoeker gelooft nog steeds een 'ik' te zijn die, in de vorm van die 'ik', in staat moet zijn te weten en te zien wie de werkelijke 'ik' is. Wanneer die 'ik' dan gevonden is — wat nooit gebeurt — wil die 'ik' vervolgens bevrijding voor diezelfde 'ik'. Als je nou even een stap naar achter doet, diep adem haalt, en eens even heel serieus kijkt naar wat dat werkelijk betekent, dan moet je toch inzien dat dit niet kan werken?

Het enige wat je hier kunt doen is onderzoeken wat je denkt te zijn en inzien dat je dat niet bent. Wanneer er de realisatie is dat jij niet dit lichaam, niet deze geest, niet dat denken, niet die gevoelens, niet die emoties en dus niet deze persoon bent, dan moet je wel dat zijn wat je altijd bent geweest. Hier kun je niet naar kijken, dat kun je niet zien, dat kun je niet ervaren omdat je dat bent.

Een belangrijk onderdeel van die realisatie is dat er ook de realisatie wordt gedownload dat alles wat die 'ik' die je dacht te zijn overkomt, alles wat die 'ik' voelt, elk trauma, elke angst, elke pijn en elk lijden, niets te maken heeft met wat jij werkelijk

bent. Het belang en de belangrijkheid van dat alles wordt automatisch verminderd tot het niveau van het zien van drama en rampen op het beeldscherm in de bioscoop of op de TV.

Die realisatie is overigens niet jouw realisatie, maak die vergissing niet. Het is niet de 'ik' die realiseert dat hij niet die 'ik' is, want dan is er nog steeds die 'ik' die dat realiseert. Met andere woorden, dat is de ego-denkgeest die de realisatie kaapt en gebruikt ter versterking van het ego-denken. De realisatie vindt plaats in dat wat je werkelijk bent, in dat wat jij als 'ik' niet kunt zien, ervaren en vinden, in dat wat jij alleen maar kunt zijn omdat je dat bent.

Er kan alleen gezien, ervaren en gevonden worden wat jij niet bent. Wat jij werkelijk bent kan niet gezien, ervaren of gevonden worden, omdat jij dat bent. Waarom zou jij jezelf moeten zien, ervaren of vinden als jij dat al bent en bovendien altijd bent geweest en altijd zal zijn? Moet een steen op zoek gaan naar zijn werkelijke 'steenheid' om een ware steen te worden?

DE 'BOODSCHAP'

Ik realiseer me de laatste tijd dat ik eigenlijk sinds 2012/2013 steeds hetzelfde schrijf in andere bewoordingen. Het is niet zo dat ik steeds iets nieuws te vertellen heb, maar dat er schijnbaar de noodzaak opkomt om een poging te wagen het nog duidelijker te verwoorden.

Ik denk dat mijn basis 'boodschap' redelijk simpel te begrijpen is, maar dat het probleem voornamelijk ligt bij wie het begrijpt. Wanneer 'dat wat jij bent en alles is' het begrijpt, dan zal het vrij snel duidelijk zijn en ben je klaar, maar als het 'dat wat je gelooft te zijn' is dat het begrijpt, dan wordt er iets van gemaakt wat het niet is en ga je terug naar start — of liever gezegd, je bent dan nog nooit begonnen.

De 'boodschap' is, kort gezegd: Jij bent altijd dat wat je bent en dat wat je bent is dat wat is. Aangezien dat voor alles en iedereen geldt, is er alleen dat wat is (non-duaal) en alles wat schijnbaar los van elkaar bestaat (dual), is niet en bestaat niet. Nog korter gezegd: jij bent niet wat je gelooft te zijn. Nog korter? Jij bestaat niet.

Wat dit inzicht tegenhoudt is het idee en het geloof dat jij een losstaand personage bent dat wakker kan worden en eenheid kan ervaren, want dat losstaande personage dat je gelooft te zijn wil niet ophouden te bestaan. Wakker worden en eenheid ervaren als een losstaand personage is simpelweg onmogelijk. Zolang je

gelooft een losstaand personage te zijn, zul je geloven dat de wereld waarin je schijnbaar leeft de absolute fysiek tastbare waarheid en realiteit is, zelfs wanneer je denkt dat je gelooft dat dit niet zo is.

Wanneer je als een losstaand personage inziet dat de wereld om je heen niet een absolute fysiek tastbare waarheid en werkelijkheid is, dan is dat slechts ‘dat wat jij denkt en gelooft te zijn’ die dit als nieuwe waarheid heeft aangenomen en niet ‘dat wat je werkelijk bent’. Dan heb je jezelf wijsgemaakt dat de alles om je heen — behalve jijzelf — niet een absolute fysiek tastbare waarheid en werkelijkheid is. Dan droom je dat je niet meer droomt omdat de ‘boodschap’ is ontvangen door het personage dat je denkt te zijn in plaats van dat wat je werkelijk bent.

Zolang jij als losstaand personage gelooft dat jij iets ervaart, dan is het dat niet. Het is pas ‘het’ wanneer jij dit niet meer ervaart, maar dan is het geen ervaring meer. Pas wanneer er een inherente zekerheid bestaat dat jij als losstaand personage niet bestaat, niets doet, niets wilt en niets ervaart, kun je jezelf ‘wakker’ noemen. Tot dat moment droom je; en dan maakt het niet uit wat je droomt.

VERLICHTING VOOR OF VAN JEZELF

Wanneer we beginnen aan een spirituele zoektocht, dan betekent dit in de meeste gevallen dat er een zoektocht bestaat naar spirituele verlichting. In vrijwel alle gevallen komt dit neer op het willen vinden, bereiken of verkrijgen van spirituele verlichting voor jezelf. Jij, als hetgeen je schijnbaar gelooft te zijn, wil verlichting voor diezelfde jij die je schijnbaar gelooft te zijn.

Het hangt een beetje van af hoe serieus of hoe oppervlakkig je die zoektocht onderneemt welke vorm het zal aannemen. Als je de zoektocht aangaat als de persoon in dat lichaam, dan zoek je verlichting voor dat lichaam, als je hebt ingezien dat je niet dat lichaam bent maar nog wel een ‘zelf’ (in wat voor vorm dan ook), dan zoek je verlichting voor die ‘zelf’.

In beide gevallen is het een zoektocht zonder einde en zonder succes. Pas wanneer je inziet en jij je realiseert dat jij niet dat lichaam bent en dat er niet werkelijk een ‘zelf’ bestaat, kan er iets ontstaan dat we ‘verlichting’ zouden kunnen noemen... maar niet voor dat schijnbare lichaam of voor die ‘zelf’ in welke vorm dan ook, maar van het geloof een lichaam of een ‘zelf’ te zijn.

Het enige probleem dat wij als schijnbare mens hebben, komt voort uit onze identificatie met dat lichaam en die geest die wij ‘ik’ noemen en verlichting is niets anders dan de bevrijding van

die identificatie met dat lichaam en die geest, die 'ik'. Maar aangezien daarmee ook die 'ik' als werkelijk bestaand personage wegvalt, is er niet meer iemand (een 'ik') die verlicht kan zijn. Verlichting heft het verlicht zijn op en dat gebeurt precies op hetzelfde moment waarop verlichting schijnbaar bereikt is, waardoor er wederom niets is gebeurt.

Samenvattend, zolang je verlichting zoekt voor jezelf, in welke vorm jij jezelf dan ook ziet, gaat dat je geen enkel resultaat opleveren. Alleen verlichting van jezelf, van dat wat je gelooft te zijn, van de identificatie met jezelf en je lichaam als zijnde een losstaande werkelijke entiteit, kan ervaren worden... maar niet door jou, dus dat kun je en zal je dan niet meer 'verlichting' noemen.

DISCUSSIE, MENINGSVERSCHIL EN OORLOG

Ik heb al vaker gezegd dat er, volgens mijn bescheiden mening, twee realiteiten zijn. De realiteit die we hier als entiteit op aarde ervaren en de realiteit waarin deze schijnbare realiteit van ons leven op aarde schijnbaar plaatsvindt. De eerste realiteit is de enige die we kunnen ervaren, maar niet waar, en de tweede realiteit is wel waar, maar die kunnen we en zullen we nooit ervaren.

Gezien dit gegeven, is het misschien een idee om eerst even te kijken wat realiteit nou eigenlijk is. Van Dale, het woordenboek, zegt dat realiteit ‘werkelijkheid’ is en ‘werkelijkheid’ is ‘dat wat werkelijk is’. Het mag inmiddels duidelijk zijn dat ik het hiermee niet eens ben. Realiteit is in mijn optiek simpelweg dat wat door een schijnbaar losstaand personage ervaren wordt als waar.

Extreem gezegd houdt dit in dat, als iemand ervan overtuigd is dat hij elke week op maandag om twaalf uur een goed gesprek heeft met de Opperkabouter van Kabouterland, dan is dat voor die persoon realiteit. Ikzelf geloof niet in kabouters, dus voor mij is het geen realiteit. Realiteit is strikt persoonsgebonden en niet per se waar — eerder, per se niet waar.

Iedereen heeft een eigen realiteit die altijd op specifieke punten afwijkt van de realiteit van anderen. Er bestaat op deze aarde in dit universum niet zoiets als de voor alles en iedereen

geldende realiteit, net zoals er op deze aarde in dit universum niet zoiets als de voor alles en iedereen geldende waarheid bestaat. En realiteit heeft niets te maken met waarheid, aangezien waarheid waar moet zijn voor alles en iedereen en ieders persoonlijke realiteit voldoet niet aan dat kwalificatie.

Dat wat jij hier als entiteit op aarde als realiteit ervaart is niet waar in absolute zin, het is slechts waar voor jou. Dit betekent dat, in absolute zin, in absolute waarheid, jouw realiteit niet waar is en dat geldt voor iedere entiteit op aarde; niemand uitgezonderd. Elke discussie, elk meningsverschil en elke oorlog die gevoerd wordt, gaat niet over wie de waarheid verkondigt en niet over wie gelijk heeft, maar over wie het sterkst is en de ander zijn/haar (in absolute zin onware) realiteit met verbaal of fysiek geweld kan opdringen.

Niemand weet wat waar is en niemand heeft ooit gelijk. Elk gevecht, verbaal of fysiek, gaat over wiens onwaarheid volgens mijn/jouw/zijn/haar onware realiteit ten onrechte als minder onwaar wordt gezien dan de onwaarheid van de onware realiteit van een ander. Is het werkelijk noodzakelijk om uit te leggen hoe gestoord dit is? En toch gelooft vrijwel iedereen, zeker mensen met macht en/of aanzien, altijd dat hij/zij gelijk heeft en dat de ander er naast zit, met alle gevolgen van dien.

PS: Dit is overigens ook de reden waarom het in deze schijnbare realiteit nooit beter zal worden en we nooit in vrede op aarde

zullen kunnen of gaan leven, ongeacht hoe hard we geloven in de elk jaar terugkerende kerstboodschap. Halle-fucking-luja.

WAAROM ER NIETS VERANDERT

Ik vermoed dat er bij veel mensen het idee, of de hoop, bestaat dat hun leven en het leven in het algemeen drastisch zal veranderen wanneer ze wakker zullen worden. Dit is niet zo, en dat is dan ook meteen de informatie die je niet verstrekt zal worden door mensen die zichzelf als spirituele leraar of coach presenteren en voor inkomsten afhankelijk zijn van jouw zoektocht.

Er verandert helemaal niets aan jij als schijnbaar lichaam en de wereld waarin jij je schijnbaar bevindt. De moord en doodslag stopt niet, de oorlogen stoppen niet, de seizoenen veranderen niet, je moet nog steeds eten en drinken en er voor zorgen dat je eten en drinken vergaart en je hebt nog steeds te maken met mensen die jij wel of niet leuk vindt die jou wel of niet leuk behandelen.

Ik vermoed dat veel mensen die geloven dat ze wakker zijn geworden, zich terugtrekken uit de directe samenleving en zich afsluiten van alles waar hun lichaam en geest negatief op reageert. Vervolgens starten ze een mantra over hoe alles goed is en hoe alles één is en dat alles liefde is, tot ze zichzelf daarvan hebben overtuigd. Dit is omdat de buitenwereld na ontwaking nog steeds zo blijkt te zijn zoals deze altijd al was en niet te veranderen is in wat zij vinden dat het zou moeten zijn.

Het probleem na ontwaking is nooit dat de wereld en het leven niet is wat jij vindt dat het zou moeten zijn, het probleem is dat jij vindt dat de wereld en het leven moet zijn zoals deze niet is. De wereld en het leven is niet het probleem, jouw perceptie van de wereld en het leven is het probleem, en vanzelfsprekend is het niet de wereld en het leven dat moet (noch zal) veranderen, maar jouw perceptie van die wereld en dat leven.

Hier is een vervelend feitje dat de meeste spirituele zoekers niet willen horen:

*Wanneer je ‘wakker’ wordt,
verandert er niets, nada, noppes
aan niets, nada, noppes!*

Dit is omdat wakker worden niets te maken heeft met jouw lichaam, jouw geest, jouw ziel, jouw leven, deze aarde of dit universum. Het gaat buiten jou en alles wat we als realiteit ervaren om en het is volkomen en absoluut onpersoonlijk. Het gebeurt en heeft niets te maken met wat dan ook op deze schijnbare aarde in dit schijnbare universum. Het is niet dat jij wakker wordt, maar het is eerder zo dat er wakker worden is waardoor er gezien wordt — maar niet door jou — dat er nooit iets heeft geslapen, maar dat is een fucking mondvul.

Er is niet iemand die wakker wordt, er wordt alleen ingezien, maar niet door een persoon, niet door iemand, dat er niemand is die een iemand is. Simpel gezegd, wordt er ingezien dat jij niet bent wat je dacht te zijn. Je bent niet dat lichaam, niet die geest, niet die entiteit hier op aarde in dit universum en dat inzicht verandert vanzelfsprekend helemaal niets aan dat lichaam, die geest, die entiteit hier op deze aarde in dit universum noch aan deze aarde en dit universum.

Het spel gaat gewoon door. Het lichaam blijft leven met alle hormonen, voorkeuren en afkeuren, en alle karaktereigenschappen in tact. Een deel ervan zal worden afgezwakt omdat er is ingezien dat er niemand in dat lichaam zit en het gebeuren, het spel, volkomen onpersoonlijk is. Je wordt misschien minder snel boos en dat wat er plaatsvindt in het spel zal misschien minder impact op je hebben, maar het spel zelf, het leven zelf, verandert nooit.

Het leven is niet goed of slecht. Wat er schijnbaar gebeurt en wat we elkaar schijnbaar aandoen is niet goed of slecht. Je kunt als een gek willen dat het anders is, vinden dat het anders moet zijn, hopen of bidden dat het anders zal worden, maar dat verandert helemaal nooit iets aan hoe het is en het enige wat dit je oplevert is een kut- of klote gevoel (pick your choice).

Het leven is een (naar mijn bescheiden mening, gestoord) spel dat, wanneer het voorbij is, net als bij Mens Erger Je Niet of Monopoly, geen enkel effect heeft gehad op dat wat is. Het

maakt niet uit hoeveel bordspellen Monopoly je speelt, het is elke keer hetzelfde spel en wanneer het spel gespeeld is ben je geen fuck rijker dan voordat je er aan begon, en dit schijnbare leven is niets anders dan zo'n spel.

Wakker worden is inzien dat dit leven niet de werkelijkheid is, dat jij niet je lichaam bent, en dat alles wat er gebeurt geen enkel effect heeft op dat wat jij werkelijk bent en dat wat werkelijk is. Hierin, en alleen hierin, ligt de vrede... en vervolgens ga je gewoon weer aan de slag met dat stomme spel waarin je schijnbaar meespeelt; want er is niets veranderd en er zal nooit iets veranderen omdat jij dat toevallig wilt of wenst. Deal with it!

WAAROM DE ZOEKTOCHT ZO MOEILIJK LIJKT

Een probleem dat het succes van een spirituele zoektocht tegenwerkt is de neiging om het ingewikkelder te maken dan het in alle eerlijkheid is. Hier kom je natuurlijk pas achter wanneer je er klaar mee bent, want tot die tijd kan niemand het je aan je verstand peuteren dat het echt niet zo heel erg ingewikkeld is. Ik ga het toch proberen.

Het begint al met de misvatting dat je iets moet vinden wat je nu nog niet hebt. Dit kun je een leven lang volhouden zonder het ooit te vinden en als je in reïncarnatie gelooft kun je er meerdere levens aan besteden zonder het ooit te vinden. Als je iets tastbaars zoekt, iets wat je kunt gebruiken of wilt hebben, zoals een hamer, je sleutels of een nieuwe fiets, dan kun je dat vinden, maar dat wat je zoekt tijdens een spirituele zoektocht is dat wat zoekt... en dat ben je al. *Problem solved!*

Veel spirituele zoekers geloven dat wat ze zoeken iets heel erg groots is, iets enorm geweldigs dat alles overschaduwet of verlicht en ergens ver van hen verwijderd is, terwijl het juist heel klein is en vooral heel erg gewoon en normaal, bovendien is het dichterbij dan het puntje van je neus; het is namelijk dat wat je bent. Ik kan daar allemaal mooie benamingen aan geven, maar die zeggen niet zoveel... dus je moet gewoon zelf komen kijken.

En dat is meteen een andere vergissing die veel spirituele zoekers maken, ze denken dat er goeroes, meesters, leraren en coaches bestaan die hen kunnen helpen om te vinden wat ze ten onrechte denken dat ze nog niet hebben. Dat gaat niet werken. Er bestaat geen enkele goeroe op aarde die iemand daadwerkelijk kan geven wat hij of zij denkt te zoeken. Je moet het echt zelf doen, het is geen groepsproject. Door te hopen dat een ander je gaat helpen en je succes afhankelijk te maken van wat een ander je belooft te geven, verspil je ontzettend veel tijd.

Iets anders dat de zoektocht onnodig ingewikkeld maakt is de noodzaak om alles te verklaren en te begrijpen. Ik heb ontzettend veel tijd verspild (niet echt natuurlijk, omdat tijd niet bestaat, maar bij wijze van spreken) aan het willen verklaren wat dit gekkenhuis dat we aarde noemen en dat gestoorde spel dat we leven noemen nou echt precies is. Het enige waar ik achter ben gekomen is dat het niet te verklaren en niet te begrijpen is, omdat het allemaal niet iets is.

Dan komt al snel de vraag op: “Hoe simpel is het dan?” In principe heb ik dat antwoord al gegeven: dat wat je zoekt is wat zoekt. Dat is niet je denken, wat niet van jou is, en niet je lichaam, dat je niet bent, maar dat wat daar aan vooraf gaat en schijnbaar ten onrechte gelooft dat alles wat gezien en ervaren wordt daadwerkelijk iets is.

Als je kunt spelen met het idee dat dit leven niet iets is, dat deze aarde niet iets is en dat dit universum niet iets is, dan

ontstaat er de mogelijkheid om in te zien dat het overduidelijk niet daar te vinden is. Dat versimpelt de zoektocht al. Als het niet buiten je te vinden is, want dat is niet iets, dan moet het dus in jezelf te vinden zijn (dichterbij dan het puntje van je neus, zoals ik al zei) en wellicht zal het dan sneller tot je doordringen dat jij het bent wat je aan het zoeken bent; niet jij als lichaam maar jij als dat wat is.

En het mooie daarvan is dat jij dat nooit niet bent geweest.

BEN IK DEPRESSIEF OF IS ER DEPRESSIVITEIT?

Als ik ‘normaal’ zou zijn, dan zou ‘Ik ben depressief’ voor mij een normale uitspraak kunnen zijn. Ik gebruik dat ook wel wanneer het ter sprake komt, omdat er anders geen mogelijkheid tot converseren bestaat, maar voor mijzelf ben ik niet depressief, maar is er depressiviteit.

Als ik depressief zou zijn, dan zou ik denk ik wel zelfmoord willen plegen, maar dat zou ik waarschijnlijk niet doen omdat ik daar te schijterig voor ben — stel je voor dat het misgaat! Hierdoor zou ik mij dan weer heel erg kloten voelen, waardoor ik nog depressiever zal zijn, nog liever zelfmoord zou willen plegen, wat ik niet zou durven waardoor ik mij nog veel depressiever zou voelen, et cetera ad infinitum.

Maar, zoals ik al zei, ik ben niet depressief, er is depressiviteit, en het verschil zit hem puur en alleen in het feit dat ik heb ingezien dat ik niet dit lichaam ben en de depressiviteit bevindt zich alleen maar in dit lichaam. Niettemin kan ik alleen direct ervaren wat dit lichaam ervaart, waardoor ik dus wel die depressiviteit ervaar maar niet depressief ben.

Het verschil zit hem in het wel of niet claimen van de depressiviteit. Als ik zou geloven dat ik dit lichaam ben, dan zou ik depressief zijn (of verkouden zijn, of hoofdpijn hebben, vul maar in), maar aangezien ik niet dit lichaam ben, kan ik niet depressief zijn. Ik kan alleen de depressiviteit van dit lichaam,

of in dit lichaam, ervaren. Het is niet mijn depressiviteit, het is alleen maar depressiviteit.

Er wordt wel tegen me gezegd dat ik niet depressief zou kunnen zijn als ik werkelijk ontwaakt zou zijn, waarmee dan wordt beweerd dat ik niet ontwaakt ben. In principe klopt dat ook, aangezien ik niet depressief ben en alleen maar depressiviteit ervaar. Het ontwaken ten opzichte van wat ik ben staat los van het lichaam omdat ik niet dat lichaam ben en alleen het lichaam kan depressief zijn. Ik (dat wat ik werkelijk ben) ervaart die depressiviteit middels dat lichaam.

Ik neig overigens ook steeds meer naar het niet gebruiken van de stelling ‘ik ben ontwaakt’, omdat ‘ik’ niet ben ontwaakt. Er heeft ontwaken plaatsgevonden waarin is gezien dat er altijd ‘ontwaken’ is geweest. Het heeft letterlijk absoluut niets met mij te maken.

Dit is vanzelfsprekend een discussie die ik niet kan voeren met iemand die niet heeft ingezien dat hij of zij zijn of haar lichaam niet is. Die ander ziet en benadert zichzelf als lichaam en zal mij dus ook als lichaam zien en benaderen. Als ik zeg dat ik depressiviteit ervaar dan hoort die ander dat ik depressief ben, aangezien die ander een scheiding tussen mijzelf en het lichaam niet kan verwerken.

Waarom dit verhaal? Ik denk dat ik dit wilde opschrijven omdat ik op dit moment in deze schijnbare tijd en ruimte depressiviteit ervaar terwijl dat niet als een probleem wordt

gezien of ervaren, aangezien die depressiviteit van dat lichaam is en ik niet dat lichaam ben. Ik denk ook dat ik dit wil delen omdat ik iedereen die ervaart depressief te zijn het inzicht toewens niet depressief te zijn maar alleen maar depressiviteit te ervaren.

Ook dit is een goede reden om te onderzoeken wat je werkelijk bent en wat werkelijk waar is, aangezien het inzicht dat ik niet dit lichaam ben er voor zorgt dat ik geen antidepressiva hoeft te slikken of de neiging heb om zelfmoord te plegen. Ik kan de tijd nemen om de depressiviteit daadwerkelijk te ervaren zonder dat het persoonlijk wordt. Ik kan afstandelijk kijken naar het fenomeen ‘depressiviteit’ en het als leermateriaal gebruiken, waardoor het als iets positiefs wordt gezien en niet als iets negatiefs wordt ervaren.

Misschien denk je of geloof je dat ik uit mijn nek lul, oké, so be it, ik kan alleen maar zeggen dat het bewijs hier bij mij en voor mij overduidelijk is, maar wat jij er wel of niet mee doet is aan jou... daar ga ik niet over.

SPIRITUELE STROMINGEN EN METHODEN

Soms is er een onderwerp dat me bezighoudt waarbij ik niet meteen weet wat ik er mee moet doen. Maak ik een video of schrijf ik een blog? Bij twijfel deponer ik het dan in verkorte vorm op Facebook. Als het daarna uit mijn systeem is, dan blijft het daarbij, maar soms, zoals nu, vind ik dat ik er iets meer over moet schrijven.

Op 10 december schreef ik op de Facebook pagina “Autolyse Autolysis” het volgende:

“Elke spirituele stroming of methode die je iets belooft wat je schijnbaar mist of zoekt is ontwikkeld IN de droomstaat DOOR droomstaat personages en is bedoeld om je vast te houden IN de droomstaat.

Maar je kunt deze stromingen of methoden ook gebruiken als instrument om verder te komen, of beter gezegd, dieper te gaan. Dit houdt wel in dat je die stroming en methode een keer moet verlaten, loslaten en vergeten wanneer de grens is bereikt en er schijnbaar niets meer verandert. 30 jaar mediteren zonder enig effect is gewoon heel erg dom.

Zie elke stroming en methode als een hamer waarmee je een spijker ergens inslaat; wanneer de spijker er is ingeslagen, dan houdt je op met hameren en leg je de

hamer weg. Klaar! Je blijft niet tegen die spijker slaan in de hoop dat hij er nog dieper in zal gaan.”

Veel spirituele zoekers gaan er ten onrechte vanuit dat ze iets zoeken wat ze niet hebben en iets missen wat ze nodig hebben. Dat lijkt zo te zijn wanneer de zoeker zich identificeert met het lichaam en het denken, maar het is absoluut onwaar als gezien wordt dat de zoeker dat is wat hij/zij zoekt.

Alles en iedereen is dat wat aan alles en iedereen voorafgaat en is van nature compleet. De zoeker is in principe altijd op zoek naar dat wat hij is, zelfs wanneer hij op zoek denkt te zijn naar iets wat hij niet is maar mist of wilt hebben. Nogmaals: De zoeker is dat wat voorafgaat aan wat hij/zij denkt en gelooft te zijn (lichaam/denksysteem) en dat wat hij/zij is, is wat hij/zij zoekt.

Een spirituele stroming of methode kan de zoeker tot een bepaald (schijnbaar) “niveau” tillen, maar de spirituele zoeker kan alleen succesvol zijn wanneer hij die stroming of methode laat gaan. Wanneer dit niet gebeurt, dan raakt de zoeker verslaafd aan de spirituele stroming of methode en zal de zoeker vast blijven zitten in de Droomstaat en dat is precies waarvoor elke spirituele stroming en methode is ontwikkeld.

Elke zoeker heeft de mogelijkheid en de vrijheid om een spirituele stroming en methode te gebruiken tot zover deze behulpzaam is, maar is niet verplicht om een leven lang trouw te

blijven aan die stroming of methode. Zodra de stroming of methode geen stap verder meer blijkt op te leveren en er alleen een soort van tevreden status quo schijnt te zijn, moet de stroming en methode vaarwel worden gezegd als de zoeker daadwerkelijk wil ontwaken uit de Droomstaat.

Daarna staat de zoeker opnieuw met lege handen op de rand van een nieuwe afgrond, en dat is een geweldige positie... Now jump!

WAT IS EN WAT GEBEURT

Er is wat is en daarin verschijnt schijnbaar wat gebeurt. Dat is alles en al het andere wat schijnbaar meer lijkt te zijn dan dat is in mijn bescheiden observatie onzin. Om een poging te wagen zo absoluut duidelijk mogelijk te zijn — een poging die gedoemd is te mislukken — zal ik het in de onderstaande tekst gaan uitmelken.

Wat is, is! Het is niet vroeger iets geweest en het zal niet ooit in een toekomst iets zijn; het bestaat zodoende in tijdloosheid; het kent geen verleden, heden of toekomst. Dat wat daarin schijnbaar gebeurt (tegenwoordige tijd) zal niet ooit gebeurd zijn (verleden tijd) en zal niet ooit gebeuren (toekomstige tijd); het is wat gebeurt zonder oorzaak, effect en gevolg, zonder verleden, heden of toekomst, zonder reden en zonder doel.

Het is wat is en daarin gebeurt wat gebeurt; het verandert nooit en alles wat gebeurt is een actie, een beweging, een gebeuren, zonder resultaat. De mens, in dit geval en vanaf nu ‘Frits’ genaamd, plaatst dit automatisch op een tijdlijn, omdat ‘Frits’ gelooft dat alles een begin en een einde kent en een verleden en toekomst heeft. ‘Frits’ gelooft dat alles wat gebeurt ooit voorbij zal zijn en dat wat nog niet gebeurd is ooit wellicht zal komen.

Door het schijnbare bestaan van die tijdlijn kan ‘Frits’ zich tijdloosheid niet voorstellen. ‘Frits’ is daardoor niet in staat te

begrijpen dat alles gebeurt zonder een verleden waarin iets is gebeurd (voorbij is) of een toekomst waarin iets zou kunnen gaan gebeuren. 'Frits' plakt alles wat gebeurt aan elkaar zodat het lijkt alsof er ooit iets is gebeurd dat de oorzaak is van wat nu gebeurt en in de toekomst een effect en gevolg zal hebben op wat nog te gebeuren staat.

Maar in dat wat is, gebeurt schijnbaar van alles en dat heeft geen enkele oorzaak en laat geen enkel resultaat achter en heeft geen enkel effect en gevolg; net zoals in onze nachtelijke dromen van alles gebeurt dat, wanneer we 's ochtends wakker worden, geen oorzaak heeft gehad, geen resultaat heeft achtergelaten en geen effect en gevolg heeft gehad... anders dan de oorzaak, het resultaat, effect en gevolg dat 'Frits' zich in zijn hoofd haalt c.q. zichzelf wijsmaakt c.q. verzint.

In dat wat gebeurt, wat ontstaat in wat is, ontstaan gedachten die in sommige gevallen een fysieke vorm lijken aan te nemen; net zoals dat in onze nachtelijke dromen gebeurt, waarin droomgedachten een schijnbare wereld creëren waarin van alles gebeurt en er allerlei fysieke vormen aanwezig lijken te zijn die compleet in het niets verdwijnen en nooit hebben bestaan wanneer we 's ochtends wakker worden.

Een van die gedachten is de gedachte 'IK'. Vanuit die 'IK' gedachte ontstaat de gedachte 'IK BEN' en vanuit de gedachte 'IK BEN' ontstaat (in het hier besproken geval) de gedachte 'IK BEN FRITS'. Vanuit de 'IK BEN FRITS' gedachte komt de

ervaring een op zichzelf staande autonome entiteit te zijn — de fysieke vorm ‘FRITS’ — en aangezien de vorm ‘FRITS’ als een op zichzelf staande autonome entiteit wordt ervaren, ontstaat er een wereld en een universum om deze vorm heen.

Met andere woorden, het dualistische universum waarin alles schijnt te gebeuren, ontstaat pas op het moment dat er ten onrechte geloofd wordt in de waarheid van de gedachte ‘IK BEN FRITS’. Deze ‘IK BEN FRITS’ gedachte (net als de daar schijnbaar aan voorafgaande gedachten ‘IK BEN’ en ‘IK’) is niet een gedachte die ooit ergens in het verleden is ontstaan van waaruit ‘Frits’ schijnbaar is gevormd. Het is een gedachte die schijnbaar gebeurt maar nooit gebeurd is (verleden tijd) of zal gebeuren (toekomstige tijd) aangezien de gedachte plaatsvindt in wat is, en wat is bestaat in tijdloosheid.

Met andere woorden, ook al bestaat er schijnbaar de gedachte ‘IK BEN FRITS’, er is nooit daadwerkelijk een fysiek bestaande ‘Frits’ ontstaan of gevormd. ‘Frits’ kan dit niet begrijpen, omdat ‘Frits’ gelooft dat hij bestaat en een fysieke entiteit is en alleen kan denken en waarnemen in tijd, waarbij ‘Frits’ gebruikmaakt van een tijdlijn bestaande uit verleden, heden en toekomst met oorzaken, effecten en gevolgen.

Er is alleen wat is waarin schijnbaar hetgeen ‘Frits’ ervaart en meemaakt gebeurt, maar niet op een tijdlijn van A naar B, alleen ‘nu hier op dit moment’ en zonder enig resultaat. Het is een actie; het gebeurt maar is niet ooit gebeurd en zal nooit ooit

gebeuren. Het is de actie van het schijnbaar zijn van een fysieke werkelijkheid, maar het is nooit een fysieke werkelijkheid geworden en zal nooit een fysieke werkelijkheid worden. Het is het gebeuren van de beweging een fysieke vorm te worden zonder het ooit te worden. Een beweging zonder resultaat, een actie zonder effect en zonder gevolg.

Dat wat gebeurt in wat is, is niet hoe 'Frits' dat ervaart en meemaakt, want hoe 'Frits' het ervaart en meemaakt is wat 'Frits' denkt en gelooft dat het is en is dus wat 'Frits' er van maakt. 'Frits' maakt er gebeurtenissen van die zich afspelen op een vanuit de 'IK BEN FRITS' gedachte ontstane tijdlijn, gebeurtenissen waarin verschillende losstaande fysieke objecten in meespelen, gebeurtenissen die een oorzaak, effect en gevolg hebben in een schijnbare realiteit dat een verleden kent (de oorzaak), een heden kent (het effect) en een toekomst kent (het gevolg).

'Frits' is de gedroomde fysieke expressie van gedachten die schijnbaar plaatsvinden in wat gebeurt in dat wat is, maar 'Frits' gelooft zelf dat het iets fysieks is waaromheen en waarmee van alles gebeurt. Bovendien gelooft 'Frits' dat er in het verleden van alles is gebeurt dat hem is overkomen wat een effect heeft op wat hem nu overkomt en een gevolg zal hebben voor wat hem in de toekomst zal overkomen. 'Frits' gelooft dat hij losstaat van dat wat gebeurt en dat wat gebeurt hem persoonlijk overkomt, terwijl hijzelf alleen een gedachte en bedachte

mogelijkheid is binnen wat gebeurt, een mogelijkheid die nooit werkelijkheid zal of kan worden.

Niets van wat er na de gedachte 'IK' schijnbaar gebeurt en ontstaat — dus nog voor de gedachten 'IK BEN' en 'IK BEN FRITS' — is waar, omdat wat is in tijdloosheid bestaat, waarmee alles wat in tijd lijkt of schijnt te bestaan — met andere woorden, alles wat schijnbaar tot gevolg heeft gehad dat er een fysieke vorm 'Frits' bestaat en alles wat 'Frits' als schijnbaar fysieke vorm ervaart — geen enkele werkelijkheidswaarde heeft in wat is en simpel gezegd niet bestaat, nooit bestaan heeft en nooit zal bestaan.

Alles gebeurt schijnbaar, maar er is nooit iets gebeurd en er zal nooit iets gebeuren; alles is eindeloos en tijdloos wat is, zonder ooit enig effect of gevolg te hebben of te hebben gehad. 'Frits' en zijn universum gebeurt, het is aan het gebeuren, maar het zal nooit iets zijn, het zal nooit iets zijn geweest en het zal nooit iets worden.

NOOIT WAKKER, NOOIT VERLICHT

Dit wordt een ietwat demotiverend stukje, maar ik wil het een keer heel duidelijk gezegd hebben: er is niemand op aarde die ooit wakker of verlicht gaat worden. Dus, als je gelooft of hoopt dat jij als de persoon die je denkt te zijn ooit zult ontwaken of verlicht zult zijn, dan heb ik je hierbij laten weten dat *dat* nooit gaat gebeuren. Als dat hetgeen is waarnaar je op zoek bent, dan ben je — zoals zoveel zoekers — begonnen aan een zinloze zoektocht.

De reden waarom is extreem simpel, namelijk dat jij niet je lichaam, niet je geest en niet je ego bent. Dus, als jij als dat lichaam, met die geest en dat ego, wilt ontwaken, dan gaat dat nooit lukken omdat jij dat niet bent. Als jij als dat lichaam, met die geest en dat ego, verlicht wilt worden, dan gaat dat niet gebeuren omdat jij dat niet bent. Met andere woorden, jij wilt dan wakker of verlicht worden als- en voor iets wat je niet bent, en dat is onmogelijk.

Dit hier, dit leven op aarde, is een droomstaat. Het is het dromen van een droom en letterlijk alles in een droom is die droom. In een droom kan nooit iets werkelijk gebeuren en in een droom kan nooit iets werkelijk bereikt worden. Jij, als dat lichaam met die geest en dat ego, bent het gedroomde in de droom. Jij bent niet dat wat droomt en dus wakker zou kunnen

worden, jij bent een inherent onderdeel van- en hetzelfde als de droom.

Het is wel schijnbaar mogelijk om je als gedroomd personage in de droom te realiseren dat je een gedroomd personage in een droom bent. Daardoor verandert de droom niet, jij als gedroomd personage verandert niet en er wordt helemaal niets wakker of verlicht. Het enige wat verandert is dat het gedroomde personage zich realiseert dat het allemaal niet echt waar is, waardoor hij het allemaal niet meer zo persoonlijk zal opnemen en wellicht — zoals Paul Hedderman dat omschrijft — wat lichter zal reizen door het droomlandschap.

Maar, zolang jij als gedroomd personage blijft geloven dat jij werkelijk dat gedroomde personage bent en als dat gedroomd personage kan ontwaken of verlicht kan worden, zul je je nooit werkelijk realiseren dat je slechts een gedroomd personage bent in een gedroomde droom; met als resultaat dat je nooit wakker zult worden, nooit verlicht zult zijn, nooit de droom zult zien voor wat het is en de rest van je schijnbare leven de droom als harde realiteit zult ervaren.

De oplossing is niet het veranderen van de droom, de oplossing is niet wakker of verlicht worden, de oplossing is zien wat is in plaats van zien wat niet is. Het is de droom zien voor wat het is, namelijk een droom, en niet voor wat het niet is, namelijk een harde tastbare fysieke realiteit. Hiermee ontken je het leven niet, maar erken je de droomstaat.

BEING FRITS SPOELSTRA

Ik moest denken aan een film die ik ooit heb gezien met de titel “Being John Malkovich”. Ik ben hem niet gaan herzien, maar volgens Wikipedia is het uitgangspunt van het verhaal ongeveer zo, en dit klopt wel met hoe ik het mij herinner:

“Craig Schwartz is een werkloze poppenspeler. Zijn huwelijk met zijn door de zorg voor dieren geobsedeerde vrouw Lotte staat zwaar onder druk. Op aandringen van haar neemt Craig een baan als kantoorklerk bij een bedrijf genaamd LesterCorp. Hij wordt tewerkgesteld op afdeling 7½ — een afdeling van een halve etage hoog tussen de zevende en achtste verdieping. Terwijl hij daar werkt, ontdekt hij achter een dossierkast een klein deurtje met een tunnel erachter. Wanneer hij hier door kruipt, belandt hij in het hoofd van acteur John Horatio Malkovich. Gedurende vijftien minuten kan hij vanuit het hoofd van de acteur door diens ogen kijken en daarbij alles zien en horen wat de acteur doet. Na vijftien minuten wordt hij de tunnel uitgeslingerd en komt hij in de berm van een snelweg terecht.”

(bron: Wikipedia – Being John Malkovich)

Ik pik er even twee hoogtepunten uit die er voor mij toe doen:

1. Terwijl Craig Schwartz in Malkovich zit, doet hij daarbij de ontdekking dat hij als hij zich erop toelegt Malkovich' handelingen kan aansturen alsof deze één van zijn poppen is.
2. Malkovich merkt dat er iets mis is en ontdekt uiteindelijk de poort. Hij betreedt zelf de poort en daarmee zijn eigen geest. Hij belandt in een wereld waarin iedereen eruitziet zoals hij en enkel het woord 'Malkovich' kan zeggen.

In Punt 1 kun je Craig Schwartz zien als het ego dat het lichaam 'Malkovich' — dat simpelweg is — overneemt en controleert. Punt 2 kun je zien als de identificatie met dat ego als zijnde wat het lichaam is. Hierbij is het niet meer een extern ego dat Malkovich overneemt maar is dat ego Malkovitch zelf. Dat ego wordt nu niet meer gezien als een externe toevoeging — de 'gast' — maar als de 'gastheer' zelf. Ego is 'Malkovich' die zich in 'Malkovich' bevindt en gelooft 'Malcovich' te zijn. Alles wat hij ziet en ervaart gaat vervolgens alleen maar over 'Malkovich/ego' zelf.

Dit is overduidelijk wat vrijwel iedereen de hele dag aan het doen is. We zijn onszelf niet meer, maar we zijn onszelf aan het zijn. We geloven dat het ego dat ons stuurt en controleert onszelf is waardoor alles wat we zien en ervaren op onszelf geprojecteerd wordt als onszelf voor onszelf... IK IK IK!

Het enige wat je kunt zijn is jezelf, dat wat je werkelijk bent, maar zodra je gelooft dat je het ego bent, wat je kunt zien als een vanuit het externe binnengedrongen parasiet, ben je alleen nog maar bezig met het zijn van jezelf. Je bent bezig met de ACTIE van het zijn van jezelf in plaats van gewoon jezelf ZIJN; het eerste kost veel energie en leidt tot niets werkelijks, het tweede gaat geheel vanzelf omdat je altijd al jezelf bent geweest en nooit iets anders kunt zijn dan jezelf.

Dus, in plaats van bezig zijn jezelf te zijn kun je veel beter gewoon jezelf zijn. Dit is alleen mogelijk door niet meer te geloven dat je bent wat je niet bent en vanuit dat proberen te zijn wat je gelooft te zijn maar niet bent. Hiervoor is het noodzakelijk dat je gaat onderzoeken wat je niet bent, zodat je een gevoel kunt krijgen van wat je wel bent, waarna je dat gewoon kunt zijn omdat je dit altijd bent geweest en altijd zal zijn.

Toen ik zag dat ik niet een 'Frits Spoelstra' was die bezig was een 'Frits Spoelstra' te spelen, ontstond er plotseling de mogelijkheid waarin gezien werd dat ik in feite gewoon dat ben wat 'Frits Spoelstra' is en kon ik in het dromen van deze droom gewoon 'Frits Spoelstra' zijn. Ik kon voortaan gewoon zijn in plaats van bezig zijn met de actie te zijn wat ik denk te zijn. *Big difference!*

2018

Ik heb het idee dat ik alles wel gezegd heb en dat er niet zo heel veel meer is te vertellen. Ik heb ook het gevoel dat ik niet meer zoveel hoeft te schrijven om mijzelf er aan te herinneren hoe het schijnbaar in elkaar steekt. De ‘realisatie’ voelt gestabiliseerd en er is de ervaring dat dit het is, en oké, dat is het dan.

De enige drang die ik voel is het tegenspreken van mensen die zich als spirituele leraar of lerares opwerpen en zich bezighouden met advaita en non-dualisme, of nog erger, new age. Maar daartoe wil ik me niet verlagen, omdat het toch geen zin heeft en niemand er iets mee opschiet. Ik word letterlijk doodmoe van het spirituele wereldje en ga proberen om daar zo ver mogelijk vandaan te blijven.

Dus ik sluit vooralsnog deze blog af met de simpele vaststelling dat dit leven op aarde in dit universum het dromen van een droom is en alles in een droom is het gedroomde in de droom. Ik, als losstaande entiteit, ben een gedroomd personage in de droom en dat wat ik werkelijk ben — hoewel er daar geen sprake is van een ‘ik’ — is het dromen van de droom; niet de drome**R** maar het drome**N** van de droom.

Over non-dualisme (of advaita, wat hetzelfde is) kan ik nog zeggen dat dit alleen bestaat dankzij het geloof in dualisme. Maar aangezien non-dualisme betekent dat er geen twee is, wordt dualisme uitgesloten en daarmee wordt non-dualisme

uitgesloten. Non-dualisme is een geloof dat als enig doel heeft om de droom een werkelijkheidswaarde te verschaffen dat het simpelweg niet heeft. Het aanhangen van non-dualisme of advaita levert niets op.

Ik wens iedereen een goed jaar en leven waarin misschien niet gebeurt wat je wilt, maar wel wat op je pad komt. Wellicht ga ik me vervelen en ga ik toch nog meer schrijven, maar om heel eerlijk te zijn kan ik me niet voorstellen waarover ik dan zou moeten schrijven... ik heb echt alles gezegd wat er te zeggen valt.

SNIPS' AUTOLYSE

© Frits Spoelstra

Websites:

www.snips.nl

www.autolyse.nl

Weblog:

www.snipsautolyse.wordpress.com