

SNIPS' AUTOLYSE

(DEEL 4)

FRITS SPOELSTRA

SNIPS' AUTOLYSE

© Frits Spoelstra

(september-december 2015)

Websites:

www.snips.nl

www.autolyse.nl

Weblog:

www.snipsautolyse.wordpress.com

Snips' Autolyse (deel 4)

○ Ik doe wat aangegeven wordt	—	4
○ Kill the Buddha	—	6
○ Niets is 'iets' van zichzelf	—	9
○ Haal jezelf uit de vergelijking	—	10
○ De gedachte ziek te zijn (1)	—	11
○ De gedachte ziek te zijn (2)	—	13
○ Wat is 'ik'?	—	14
○ Het verschil tussen 'echt' en 'waar'	—	16
○ Vloeken in de kerk	—	19
○ Alles = niet waar	—	23
○ Over God	—	26
○ Depressiviteit na ontwaking uit de Droomstaat	—	28
○ Onpersoonlijke rugpijn	—	32

IK DOE WAT AANGEGEVEN WORDT

Ik doe wat ik doe omdat het 'aangegeven' wordt. Deze manier van zeggen jat ik van Jed McKenna, omdat het de beste manier van zeggen is... Dus waarom zou ik een nieuwe manier verzinnen? Tenzij dat aangegeven zou worden, maar dat is niet het geval.

Hoe werkt dit voor mij in de praktijk. Ik benadruk 'voor mij' omdat het voor anderen anders kan werken, het is maar net hoe het aangegeven wordt. Voor mij werkt het als volgt:

1. Er komt iets op mijn pad
2. Dit resoneert met mij
3. Het idee het niet te doen verdwijnt

Punt 1 kan een idee zijn, een voorval, een uitnodiging. Punt 2 houdt in dat het mijn aandacht trekt en langer dan een paar uur vasthoud. Punt 3 houdt in dat het niet doen of uitvoeren van het idee, het voorval, de uitnodiging (whatever) meer stressgevoel oplevert dan het wel doen of uitvoeren.

Voorbeeld: Ik kreeg het idee om een piano te kopen, dat voelde goed en ik moest dat ook uitvoeren. Maar ik kreeg ook het idee om een basgitaar te kopen, en na een paar uur voelde dat al minder goed, dus dat heb ik (nog) niet gedaan, hoewel het idee er nog steeds is.

Geen wereldschokkend voorbeeld, maar het werkt het zelfde voor kleine zaken als voor gigantische leven en dood vraagstukken... er is geen verschil.

Wat ik probeer te zeggen is een gevoel, en dat is niet onder woorden te brengen omdat het persoonlijk is. Het is het 'gevoel' dat wat er voor me ligt onvermijdelijk is en gedaan of uitgevoerd moet worden.

Zonder dat gevoel zie ik geen reden om het te doen of uit te voeren. Misschien dat ik het wel doe of uitvoer, maar dat is dan alleen voor iemand anders en dan is er het 'gevoel' dat ik dat moet doen voor de ander... ikzelf hecht er dan geen waarde aan.

Hoe dan ook, het is niet 'ik' die het aangeeft, althans niet de 'ik' in de vorm van dit lichaam... het gaat buiten die 'ik' om en staat er los van. Het is 'dat' wat het aangeeft.

KILL THE BUDDHA

Ik vroeg me deze ochtend af of er ook een gevaar zit in het strikt implementeren van Een Cursus In Wonderen (ECIW) in je dagelijks leven. Ik ben er zelf nog niet uit, maar ik vermoed van wel. Ik ga daar nu even over "autolyseren".

ECIW vraagt je om bij alles wat je doet, alles wat je meemaakt en alles wat je ziet de keuze te maken tussen de 'ego denkgeest' en de 'juiste-denkgeest'. Simpel gezegd: je wordt uitgenodigd om bij alles wat je doet te kiezen tussen illusie en waarheid.

Dat is waar en noodzakelijk, maar het is af en toe ook heel erg leuk om mee te gaan in de illusie, ook al weet ik dat het een illusie is, en dat wil ik niet verpesten door tegen mezelf te zeggen: "het is alleen maar een projectie." Ik weet dat het een projectie is, maar nu doe ik even alsof het echt is. Het is namelijk allemaal bullshit. Alles! Niets uitgezonderd. En het voordeel van bullshit is dat ik er mee kan doen wat ik wil omdat het bullshit is.

En zodra ik dit heb geschreven, weet ik dat ook dat niet waar is, ook dat is bullshit.

Rigide Een Cursus In Wonderen volgen is net zo stupide (want onwaar) als rigide het christendom of de islam of boeddhisme of zen volgen. Maar het is net zo stupide om het niet te doen. Of je omarmt niets of je omarmt alles, er is geen

andere keuze. Er is niets grijs in deze wereld, alles is zwart of wit... het is waar of het is illusie.

Maar, als je alleen ECIW omarmt dan is er het grote gevaar dat het een doctrine wordt. Rigide uitvoeren wat een boek beweert is niet hetzelfde als leven in de geest van dat boek. Bovendien — en ik ratel gewoon even door, dit is mijn Autolyse — is het idee, of de overtuiging, dat 'de waarheid' te vinden zou kunnen zijn in een boek dat in de illusie of droomstaat door Jezus is gedicteerd aan een Amerikaanse psychologe, net zo gestoord als geloven dat de Bijbel het woord van God is en de Koran het woord van Allah.

Misschien zat Helen Schucman in een psychose? Het is bekend dat Bill Thetford meewerkte aan het CIA 'mindcontrol' project MKULTRA, dus misschien was Helen Schucman een proefpersoon en ECIW het resultaat? We weten het niet.

Of je omarmt niets of je omarmt alles! Een andere keuze is er niet. Maar als je alles omarmt, dan omarm je ook alle illusies en dat is ook geen optie. Elke illusie is niet waar en je kunt niet iets omarmen dat in absolute werkelijkheid niet bestaat. Dus dan blijft over dat je absoluut niets omarmt. Dat is (denk ik nu) wat Jed McKenna bedoelt met "Don't contemplate jumping. Just jump!"

Omarm niets! Houd je nergens aan vast! Jump! Kill the Buddha! Als ECIW jouw Boeddha is, moet je ook deze Boeddha uiteindelijk vermoorden. Wanneer je klaar bent, hup,

door de papierversnipperaars met dat homp papier! Ook Een
Cursus In Wonderen is uiteindelijk (en dan heb ik het over het
absolute uiteindelijke) niet waar en er moet een moment komen
waarop je ook dat boek neerlegt en achter je laat.

Altijd verder! Altijd *fucking* verder!

NIETS IS 'IETS' VAN ZICHZELF

Niets is 'iets' van zichzelf. Niets is goed of slecht, recht of krom, waar of onwaar, wit of zwart, dit of dat van zichzelf. Pas wanneer we er naar kijken, er over nadenken en er een oordeel over vellen is het opeens 'iets' geworden; en dat 'iets' — dat wat het is geworden — is het altijd niet.

Zodra het 'taal' is geworden, luid en duidelijk of in gedachten, is het een leugen, dus iedereen liegt altijd en niets is wat het lijkt te zijn.

HAAL JEZELF UIT DE VERGELIJKING

Ik ga het steeds komischer vinden dat de meest geloofwaardige spirituele "leraar" van dit moment iemand is die niemand kent...

In één woord: geweldig.

Maar dat terzijde.

Ik heb het natuurlijk over Jed McKenna, en één van de dingen die hij zegt is: "Haal jezelf uit de vergelijking."

En als je dat doet, dan kom je erachter dat JIJ altijd in het midden van alles hebt gestaan, en dat, als je die JIJ uit de vergelijking haalt, er geen midden van alles meer is en dat of alles uit elkaar valt, wat niet gebeurt, of alles samenvalt en één smurrie wordt, wat het geval is.

Haal jezelf bij alles uit de vergelijking. Wat is alles als jij het niet als centrum bij elkaar houdt? Ik vind het een geniale observatie.

DE GEDACHTE ZIEK TE ZIJN (1)

Ik wil dit even opschrijven, en het is niet iets dat ik op Facebook (ook wel Fakebook genaamd) wil delen, omdat er dan weer allemaal vervelende reacties opkomen... en daar ben ik wel een beetje klaar mee. De tijd dat het me interesseerde of ik serieus word genomen of gelijk krijg is al lang voorbij.

Anyway...

Vannacht werd ik wakker en voelde ik me ziek als een hond (niemand weet hoe ziek een hond zich voelt als hij ziek is, maar a la). Als eerste ging er door mijn hoofd dat ik me morgen, vandaag dus, ziek moet melden en dat Rinus (de coördinator in Artis waar ik werk) daardoor meteen een groot probleem heeft omdat ik zes uur per dag werk en er dan meteen een groot gat valt in het toch al met moeite gevulde rooster.

De tweede gedachte was veel boeiender. Ik bedacht me namelijk dat, als ik alleen maar de vormgegeven denkgeest ben, en dus een gedachte, dan is 'verkoudheid' ook een gedachte en dan is het gevolg van de samenkomst van die twee, namelijk: ziekte, ook slechts een gedachte. En de realiteit van gedachtes is dat ze niet werkelijk waar zijn.

Dus, zo dacht ik, een lichaam kan niet ziek zijn, omdat ziek zijn een gedachte is en dat lichaam ook... hoe kan de ene gedachte ziek worden van een andere gedachte anders dan in het denken, wat ook een gedachte is. Dus, dacht ik, dan is dit 'ziek

zijn' dat ik ervaar alleen maar een gedachte en elke gedachte kun je veranderen.

Er was, zo dacht ik, geen enkele reden om aan te nemen dat het waar is dat ik ziek ben en dat ik daarom mij morgen ziek moet melden. Een lichaam kan niet ziek worden omdat het simpelweg niet bestaat. 'Het lichaam' en 'ziek zijn' zijn gedachtes in de denkgeest en alleen denkgeest bestaat, niet de gedachtes die denkgeest denkt, want dat zijn alleen maar gedachtes.

Hier heb ik mij de rest van de nacht, vanzelfsprekend ook tijdens het slapen, op gericht, met als resultaat dat ik weliswaar nog niet 100% ben, maar wel fit genoeg om te gaan werken. Ik denk dat de denkgeest er nog even aan moet wennen dat het niet ziek is, en dat het alleen maar dacht ziek te zijn, en dat was een vergissing waarom ik niet moet vergeten te lachen.

Ik ga dit verder niet delen op Fakebook, zoals ik al zei, omdat het gewoon iets is dat ik moest schrijven om het buiten mij te plaatsen, qua autolyse, en daarvoor is deze blog in eerste instantie bedoeld. Uiteindelijk moet de rest van de dag nog uitwijzen of het klopt wat ik zeg of dat ik later op de dag gewoon alsnog instort... ik ga daar overigens niet van uit.

Misschien is het punt van dit verhaal dat je niets aan de theorie van Een Cursus in Wonderen hebt als je het niet onverbiddelijk in de praktijk van alle dag implementeert.

DE GEDACHTE ZIEK TE ZIJN (2)

Ik heb een vergissing gemaakt door te denken dat als de Denkgeest inziet dat het lichaam niet ziek kan zijn, het lichaam dan opeens niet meer ziek zou zijn. Het is een denkfout die ik wel vaker maak en om de zoveel tijd loop ik daar weer tegenaan... met andere woorden: krijg ik de kans om opnieuw de keuze te maken en vergeving toe te passen.

... And I failed miserably!

Als het lichaam opeens beter zou worden omdat "ik" hier inziet dat in waarheid er geen ziekte kan zijn, dan zou dat "magie" zijn — magie a la The Secret — en dat kan wel, het is alleen niet waar en uiteindelijk zal de uitnodiging om het een keertje "goed" te doen opnieuw langskomen.

De winst, als ik het zo mag noemen, die ik uit de laatste exercitie heb gehaald is dat ik weet dat de griep die in dit lichaam heerst niets met "mij" te maken heeft en dat ik me dus minder "klote" voel omdat ik het "klote gevoel" niet als persoonlijk ervaar en het — de griep en/of dit lichaam — dus niet anders hoeft te zijn. Ik bevecht het niet en ik wijs het niet af.

Maar dat lichaam heeft nog steeds griep waardoor "mijn voertuig" tijdelijk in de garage blijft staan. Nu snap ik het weer. Het wachten is op de volgende uitnodiging om te zien of ik niet weer in zo'n magische valkuil donder.

WAT IS 'IK'?

Wat is "ik"? is misschien een betere vraag dan "Wie ben ik?" of "Wat ben ik?". Niet per se bedoeld als vervanging voor die twee vragen, maar als toevoeging. "Ik" is waarschijnlijk het meest gebruikte woord en verwijst naar de persoon, of het lichaam, of de geest, of de 'whatever', dat wijzelf denken en geloven te zijn en niemand vraagt zich werkelijk af wat dat dan is.

Dus: wat is "ik"? In eerste, en misschien enige instantie, is "ik" de eerste persoonsvorm enkelvoud die naar onszelf verwijst. Zoals de vinger die naar de maan wijst niet de maan is, zo is "Ik" een persoonsvorm en niet de persoon zelf. Het is een instrument, een werktuig, waarmee we om kunnen gaan met de omgeving in de dualistische droomwereld, de levende realiteit waarin we schijnbaar bestaan. Ik hoef denk ik niet te benadrukken dat, bijvoorbeeld, de hamer niet de timmerman is.

In tweede instantie is "ik" de identificatie met een ongeëvenaarde shitload aan geloven, aannames, overtuigingen en misvattingen die zich, voor ons persoonlijk, in ons tijdelijk leven tot nu toe-, en, in het algemeen, in alle eeuwen van het bestaan tot nu toe, hebben opgestapeld. "Ik" is laag op laag op laag van geloven, aannames, overtuigingen en misvattingen die we voor waar hebben aangenomen... En dat is wat we denken te zijn; een shitload aan onwaarheden.

Die "ik" is wat bij elke gebeurtenis zegt dat het "ik" aangaat of dat "ik" het gedaan heeft. Het is dat wat alles persoonlijk maakt en zichzelf in het middelpunt van het universum plaatst. Maar, als die allesoverheersende "ik" slechts een cluster van geloven, aannames, overtuigingen en misvattingen is — met andere woorden: een shitload aan onwaarheden, niet een werkelijk iets maar slechts een aanname van iets — waarom plaatsen we dat dan in het midden van het universum en staan we toe dat het alle beslissingen neemt en overal een mening over heeft?

En is dat wel zo?

HET VERSCHIL TUSSEN 'ECHT' EN 'WAAR'

Ik werd getriggerd door een Facebook bericht van vriendin Anne Vogy. Zij schreef:

"Het is niet écht mensen, het is niet echt, ik zweer het!"

Waarop ik antwoordde met:

"Het is wel echt, maar niet waar."

Ik wil proberen het verschil tussen 'echt' en 'waar' te beschrijven. Dit is niet een makkelijke opgave, omdat wij mensen de woorden 'echt' en 'waar' als gelijkwaardig zien.

Iets dat 'echt' is, is niet automatisch 'waar', omdat elke leugen die we elkaar vertellen een echte leugen is, maar de leugen is niet waar. Dit kun je zien als een flauw voorbeeld, maar als één voorbeeld 'waar' is, dan is daarmee de stelling waarvoor het voorbeeld is bedoeld bewezen: 'Echt' is niet 'waar'.

'Echt' is een ervaring die we hebben in de 'droomstaat' waarin we leven. 'Dit hier', wijzelf op de aarde in dit universum, is 'echt' omdat we het als 'echt' ervaren. Het klassieke voorbeeld om te bewijzen dat het 'echt' is, gaat als volgt: "als ik jou sla, dan voel je pijn, en als jij mij slaat dan voel ik pijn." Het slaan en die pijn is 'echt' omdat het ervaren wordt.

Het huis waarin we wonen is solide, niet omdat het werkelijk solide is, maar omdat het als solide wordt ervaren. Als ik er met mijn vuist tegenaan sla voelt het solide, als ik er tegenaan loop dan stoot ik mijn hoofd en ervaar ik pijn. Een huis, en daarmee alles wat als solide wordt gezien, lijkt 'echt' omdat het ervaren wordt als iets dat tastbaar is, maar ook 'tast' is een ervaring en bewijst niet dat iets dat solide aanvoelt ook werkelijk solide is.

Noot: Zoals wetenschappelijk is aangetoond bestaat alles uit moleculen en bestaan moleculen voor 99,99999% uit lege ruimte. Dus alles bestaat voor 99,99999% uit lege ruimte en kan dus niet solide zijn.

Alles wat we als 'echt' labelen is een ervaring en elke ervaring is subjectief. 'Subjectief' is persoonsgebonden en vanzelfsprekend kan een subjectieve ervaring voor ieder verschillen. Dit is wat 'echt' onderscheidt van 'waar', omdat iets dat 'waar' is, altijd hetzelfde 'waar' moet zijn, ongeacht de persoon voor wie het geldt of de omstandigheden waarin het bestaat.

'Waar' is objectief omdat het niet uitmaakt wat een ander er van vindt en of een ander het gelooft of niet; dat wat 'waar' is verandert daar niet door, het is dan nog steeds hetzelfde 'waar'. 'Waar' is altijd waar en kan nooit het ene moment dit zijn en het andere moment dat. Dat wat 'waar' is, is altijd objectief omdat het niet discrimineert tussen mensen, plaatsen of

omstandigheden... het is altijd en overal hetzelfde voor alles en iedereen.

Dat wat 'waar' is, is een eeuwig onveranderlijk feit en dat wat 'echt' is, is een altijd aanpasbaar persoonlijke ervaring. Dit houdt in dat alles wat we op planeet aarde meemaken en ervaren heel erg 'echt' is, iets waar we daadwerkelijk mee te maken hebben en waarmee we iets kunnen doen, maar het is uiteindelijk allemaal niet 'waar'.

Ik hoop dat dit het verschil tussen 'echt' en 'waar' verduidelijkt. Zo niet, laat me dan weten wat nog onduidelijk is en dan probeer ik het nog eens. Voor mij persoonlijk is het namelijk gesneden koek en het is lastig om me in te leven in iemand die iets dat zo overduidelijk is nog niet in de vingers heeft.

VLOEKEN IN DE KERK

'Verder' is niet alleen maar 'doorgaan', het is ook het beantwoorden van de vraag: "Wie of wat kun je vandaag laten gaan?" 'Verder' is het blijven verwijderen van onwaarheden tot het enige dat hier enigszins waar is overblijft. 'Verder' is je 'niet vasthouden aan iets dat zekerheid lijkt te bieden', omdat alle zekerheid op planeet aarde, of eerlijker gezegd: in het hele universum, slechts schijnzekerheid is.

Voor de duidelijkheid, je hebt drie mogelijkheden in dit leven:

1. Je gelooft dat dit leven de ware realiteit is en komt nooit verder dan dat. Dit noemt Jed McKenna 'Menselijk Onvolwassen'; je gelooft dat de speeltuin het echte leven is.
2. Je komt er achter dat dit niet de ware realiteit is, maar doet alsof en speelt mee. Dit noemt Jed McKenna 'Menselijk Volwassen'; je weet dat de speeltuin een speeltuin is, maar speelt mee met de mensen in categorie 1.
3. Je weet wat Waarheid is, omdat je je hebt gerealiseerd wat onwaarheid is. Dit noemt Jed McKenna 'Waarheid Gerealiseerd' of 'Onwaarheid Ongerealiseerd'; je weet dat de speeltuin niet waar is en hebt geen werkelijke interesse om mee te spelen met categorie 1 en 2, anders dan wat noodzakelijk is om het lichaam in leven te houden of de

leefomstandigheden zo prettig mogelijk te laten zijn
(mocht je dat willen).

Deze blog is voor mensen zoals ik, categorie 3, die puur en alleen willen weten wat Waarheid is ten koste van alles. Dit is een hele kleine groep, dat weet ik, en voor hen is deze blog. Dit gezegd hebbende, ga ik 'verder'.

Religie, filosofie, wetenschap en spirituele stromingen zijn schijnzekerheden, net als heilige-, filosofische-, wetenschappelijke- en spirituele boeken die je als 'absoluut waar' interpreteert. Ideeën als 'spiritueel verlicht', 'leven in het Nu' en 'alles gebeurt en is zoals het is' zijn schijnzekerheden en ook de paden daar naartoe zijn schijnzekerheden. Maar ook een goede baan, een mooi huis of een stoere auto, een gelukkig gezinnetje, et cetera, zijn allemaal schijnzekerheden.

In principe kun je de volgende regel aanhouden: als iets er voor zorgt dat jij je goed en veilig voelt, dan ben je er nog niet; je hebt dan een 'boeddha' gevonden, of een 'knuffeldoekje', en die moet je verwijderen. Dit klinkt misschien tegenstrijdig met de realiteit waarin we geloven te leven, omdat iedereen gelukkig wil zijn en zich veilig wil voelen... maar dan gaan we er vanuit dat deze realiteit waarin we geloven te leven echt waar is — en dat is niet zo. Het feit dat vrijwel niemand werkelijk gelukkig is en absoluut niemand ooit veilig is, wijst er al op dat het waanideeën zijn.

Ik wil wel benadrukken dat het niet zo is dat ik vind dat iedereen ongelukkig moet zijn, ik schrijf hier puur en alleen vanuit mijzelf voor mensen zoals mijzelf (categorie 3). Ik heb niets met gelukkig zijn en veilig voelen, ik heb geen drang om mee te spelen in de speeltuin. Al vrij snel in mijn leven was het duidelijk dat ik hier niet rondloop om een 'normaal' leven te leiden a la 'huisje, boompje, beestje' et cetera. Niet dat daar iets mis mee is, maar het is niet voor mij... Waarheid is mijn doel en Waarheid is mijn functie; de rest is bijzaak. Dat klinkt misschien pathetisch, maar dan alleen voor iemand die niet begrijpt hoe het voelt om die drang naar Waarheid te hebben.

Maar dat terzijde, nu ga ik weer 'verder'.

De afgelopen 8 jaar heb ik intensief gebruik gemaakt van Een Cursus in Wonderen en ik merk nu dat ik ook dit boek voorbij ben. 'Verder' is je niet vasthouden aan iets dat zekerheid lijkt te bieden en alles wat we kunnen vinden op aarde en in het universum is per definitie onzeker en onwaar omdat de aarde en het universum zelf onwaar zijn; dus ook Een Cursus in Wonderen is per definitie onwaar. Wat niet uitsluit dat er goede pointers in te vinden zijn; ik heb er ontzettend veel aan gehad en geloof (neem aan) dat ik niet echt wakker zou zijn geworden zonder dit boek.

Ik weet dat er mensen zijn die voor waar aannemen dat het boek gedictieerd is door Jezus of De Heilige Geest uit naam van 'GOD', maar daar is geen enkel bewijs voor en het is daarom

niets anders dan een aanname of een geloof dat vergelijkbaar is met het geloof dat De Bijbel of de Koran het woord van God is en daarom de absolute waarheid en meteen het bewijs dat God bestaat, want hoe anders zou Hij dan het boek hebben kunnen dicteren... Magic turtles all the way.

Ik zie Een Cursus in Wonderen en alle boeken (spiritueel en niet spiritueel) en alle goeroes —vrijwel alles en iedereen— als een wegwijzer naar 'Verder'. En net zoals je tijdens het wandelen de wegwijzer die je de richting aanwijst achterlaat wanneer je doorloopt, dien je alle "spirituele" wegwijzers en pointers achter je te laten wanneer ze je hebben laten zien wat ze je kunnen laten zien; als je tenminste werkelijk wilt uitvinden wat Waarheid is.

ALLES = NIET WAAR

Ik schreef het volgende op Facebook:

Alles = Perceptie

Perceptie = Subjectief

Subjectief = Niet waar

Alles = Niet waar

Ik begrijp dat er mensen zijn die moeite hebben met zo'n simpele opsomming, omdat het leven heel erg ingewikkeld lijkt en dus vinden dat een beschrijving, of een omschrijving, of een verklaring, vanzelfsprekend ook ingewikkeld moet zijn. Ik zelf zou niet weten waarom dat zo zou moeten zijn. Nog meer versimpeld komt het hier op neer:

Alles = Perceptie = Subjectief = Niet waar.

Laat ik dit eens verklaren.

Punt 1: Alles = Perceptie.

Wat 'Alles' is, lijkt me duidelijk en 'Perceptie' is, en ik volg hierin altijd De Dikke Van Dale: 'Waarneming'. 'Waarneming' is het gevolg van 'waarnemen' en dat is 'met de zintuigen gewaarworden'. Nu weten we dat zintuigen zelf niets

gewaarworden, maar dat zij gecodeerde informatie (licht, trilling, etc.) verzenden naar het brein, alwaar deze informatie gedecodeerd wordt tot beeld, geluid, etc.

Hiermee belanden we automatisch bij...

Punt 2: Perceptie = Subjectief.

Het brein kan gecodeerde informatie alleen decoderen met de kennis en informatie die het al bezit; het brein kan niets nieuws verzinnen. Het kan zichzelf alleen iets nieuws aanleren door informatie van buitenaf, maar alleen als er al een raakpunt — dus: vergelijkbare informatie — aanwezig is.

Je kunt alleen iets gewaarworden als je brein bekend is met de materie zelf of met iets waarmee het vergelijkbaar is. Alles wat je gewaarwordt (waarneemt), wordt altijd gekleurd door de kennis die jouw brein bezit of het gebrek daaraan. Alle perceptie is dus altijd subjectief.

Punt 3: Subjectief = Niet waar.

Om dit vast te stellen, hoeven we alleen te kijken naar de beschrijving van 'waarheid' of 'dat wat waar is', en die is vrij simpel:

Iets kan alleen waar zijn als het voor alles en iedereen hetzelfde waar is en altijd en overal onveranderlijk dezelfde waarheid is. Waarheid, of 'dat wat waar is' moet dus altijd objectief zijn en als het niet objectief is, dan is het niet waar. Het

is dan op zijn best een geloof, een aanname of een overtuiging,
maar dat heb ik al vaak genoeg uitgelegd.

Conclusie: Alles = Niet waar.

Die conclusie is onvermijdelijk:

Als 'Alles = Perceptie' waar is;

En 'Perceptie' altijd 'Subjectief' is;

En 'Subjectief' altijd 'Niet waar' is;

Dan is 'Alles = Niet waar' waar.

Zie daar een paradox die geen paradox is.

OVER GOD

Ik zat zo te denken over God — kun je zo hebben, nietwaar? — en de vraag die mensen wel stellen: "Geloof jij in God?" Daar heb ik geen simpel antwoord op. Meestal antwoord ik gewoon "Nee" omdat ik wel weet waar het gesprek toe zal leiden, en als ik eerlijk zou antwoorden zou het een wat lang en misschien onbegrijpelijk antwoord zijn... dus, bij deze:

Wat is "God"? "God" is niet een persoon die het heelal en ons heeft gecreëerd en ons in de gaten houdt en over ons oordeelt, nee, "God" is een woord dat verwijst naar "dat wat IS", door sommigen "Eenheid" of "Waarheid" of "Liefde" of "Brahman" genoemd, en waarschijnlijk zijn er nog veel meer woorden voor, maar uiteindelijk: "same shit, different name".

God is zonder eigenschappen en attributen, zonder tijd en ruimte, God is niet dit en niet dat, niet zus en niet zo. Elke andere uitleg als zijnde een personage of een entiteit buiten onszelf is onwaar. Als we "God" als woord gebruiken voor het enige dat werkelijk bestaat, als enige waarheid als het ware, dat kun je alleen het volgende over "God" zeggen: God is niet iets, God IS alleen maar.

God IS. Dit betekent niet dat God is en wij zijn, het betekent dat alleen God IS en alles wat in God lijkt te verschijnen — het universum en alles daarin, de wereld, jij en ik — IS NIET!

Met andere woorden: "God" is slechts een woord dat probeert te beschrijven wat niet te beschrijven is en het nadeel van het woord "God" is dat het zo misbruikt en verkeerd begrepen is, dat we het eigenlijk niet meer kunnen gebruiken. Dit geldt overigens ook voor als die andere woorden.

Dus... Wat is HET?

HET IS!

En voor "HET" kun je al die woorden — God, Liefde, Waarheid, Eenheid, Brahman — invullen. "Same shit, different name!"

Als je dat werkelijk direct "ervaart" en niet alleen intellectueel "snapt", dan ben je wakker en is je wereld, als het goed is, ingestort, en dan zal je ongeveer een kleine tien jaar nodig hebben om daar weer aan te wennen.

DEPRESSIVITEIT NA ONTWAKING UIT DE DROOMSTAAT

Ik herlees sinds een week of zo het boek "Het Einde van je Wereld" van Adyashanti. Daar is geen speciale reden voor, anders dan dat mijn oog er opviel en ik op zoek was naar iets om te lezen voor de paar verloren uurtjes die elke dag weer langskomen.

Het boek gaat over de periode na de verlichting, wanneer de waarheid wel is gezien of gerealiseerd, maar het ego nog niet volledig is verdwenen. Het is een periode waarin je weet dat alles niet waar is, maar het ego nog sterk genoeg is om je er van te overtuigen dat sommige dingen nog wel waar zijn. Je bent wel wakker geweest, maar weer in slaap gedommeld, en nu weet je dat het een droom is, en toch geloof je dat het waar is.

Vandaag las ik de volgende passage. Adyashanti schrijft:

"Vanuit een verlicht gezichtspunt is het geweldig positief om te zeggen dat er geen zin en geen doel is. En het is positief omdat men iets beters heeft gevonden dan zin of doel. Men is gerealiseerd als de essentie van het bestaan. Wat zou er meer betekenis kunnen hebben? Wat zou er belangrijker kunnen zijn?"

Maar vanuit het standpunt van het ego kan dit verschrikkelijk zijn. Als je niet oppast, kun je gevangen raken

in een wervelwind of draaikolk van ego die je in een depressieve staat kan trekken. Ik ben in de loop van de jaren mensen tegengekomen die een heel echt inzicht hebben gehad, maar wier ego heeft gereageerd op wat ze hebben gezien. Ego reageert letterlijk op de werkelijkheid die is waargenomen; de reactie kan zeer negatief zijn. Het ego kan gedeprimeerd raken; de zin en het doel zijn uit zijn structuur verdwenen en er is nog genoeg ego over dat bij de pakken neer kan gaan zitten.

Sommige mensen kunnen behoorlijk lang in die depressieve toestand blijven zitten. Een tegengif tegen blijven steken in zinloosheid is zien dat we alleen maar naar de waarheid kijken vanuit het standpunt van het ego. Het ego heeft niets aan verlichting. Verlichting wordt wakker uit het ego, dus vanuit diens gezichtspunt heeft verlichting geen voordeel. Verlichting baat zijn; het baat wat jij werkelijk bent. Maar het brengt geen voordeel voor het ego. In feite is er niets verschrikkelijker dan om vanuit het standpunt van het ego naar de waarheid te kijken. Je denkt misschien dat het heerlijk zou zijn als het ego de waarheid kon zien, dat het ego overstelpt zou zijn van vreugde en geluk. Maar dat is meestal niet het geval."

Mijn oog viel hier op, of liever gezegd, het trok mijn aandacht meer dan de rest van de tekst, naar aanleiding van een email die

ik een paar dagen geleden ontving van iemand die me af en toe schrijft. Ik ga niet in op de details, maar ze liet me weten dat ze zich liet opnemen omdat ze geen zin en geen doel meer zag in dit leven. Ze dacht dat ik zou zeggen dat er ook echt geen zin en geen doel bestaat. Ik heb dat niet tegen haar gezegd, omdat ze daar op dit moment niets aan heeft.

Natuurlijk is het wel zo dat er geen zin en geen doel is, maar zolang er nog een ego aanwezig is, zal dat ego zin en een doel nodig hebben en zoeken; en als het niet te vinden is zal het ego depressief worden en misschien gaan nadenken over zelfmoord. Negen van de tien keer is het zo dat er na ontwaking uit de droomstaat iets van het ego achterblijft en dat stuk ego gaat zijn best doen om te overleven; en dit kan depressiviteit creëren. Zeer zelden is iemand meteen helemaal compleet wakker zonder een grammetje ego.

De kunst is om in te zien dat ook dat overblijfsel van het ego niet waar is en niet werkelijk een effect kan hebben. En als dat betekent dat je jezelf moet afzonderen van de omgeving om tot die rust te komen, of dat je gelooft dat een opname in een rusthuis of een andere retraite kan helpen om tot die rust te komen, dan betekent dat niet dat je het gevecht verloren hebt, het betekent niet dat je het opgeeft; het betekent alleen maar dat je het inzicht hebt en kan toegeven dat er nog ego aanwezig is.

En meer hoeft je niet te doen. Je hoeft het niet erg of fout te vinden, je hoeft het niet te bevechten en te vermoorden, je hoeft

je alleen maar te realiseren dat er nog iets van het ego over is gebleven en dat je simpelweg nog niet "klaar" bent. Het is dat stukje ego dat vasthoudt aan "zin en doel" en dat lost vanzelf op wanneer je er geen energie in stopt; want dat stukje ego is al verdwenen, alleen weet dat stukje ego het zelf nog niet. Neem de tijd zodat alles op zijn plek kan vallen en de rest volgt vanzelf wanneer je op wat voor manier dan ook die rust hebt gevonden.

Verder.

ONPERSOONLIJKE RUGPIJN

Rugpijn! Daar heb ik sinds twee dagen last van. Het is een flinke rugpijn. Wanneer ik een 'verkeerde' beweging maak dan voelt het alsof iemand een mes in mijn onderrug steekt, en vervolgens schiet de spier een seconde of langer in een soort van kramp. Ik heb al een paar keer in pijn op de vloer gelegen, wachtend tot de spier zou ontspannen en ik weer voorzichtig zou kunnen gaan opstaan, hopende dat ik niet weer een 'verkeerde' beweging zou maken.

Leuk is anders, maar het leverde ook een verrassend inzicht op. Namelijk dat het idee 'ik ben niet mijn lichaam' voor mij niet meer alleen maar een idee is, maar een levende werkelijkheid; en dat is nieuw. Dit geeft de rugpijn een aura van 'eens kijken of Frits werkelijk wakker is of dat hij het zichzelf alleen maar wijsmaakt?' Een test om te testen hoe veel 'verder' ik ben. Onzin, natuurlijk, want het leven is geen test en er valt niets te leren.

Die paar keer dat ik met verschrikkelijke pijn op de vloer lag heb ik serieus, terwijl ik op de vloer lag en in pijn was, ontzettend gelachen om de realisatie dat 'ik' geen pijn heb. Er is pijn en ik ben me bewust van die pijn, maar het is niet MIJN pijn. Ik HEB geen rugpijn, ik ERVAAR rugpijn in dit lichaam.

Het ego grijpt alles aan om ons te doen geloven dat het ons overkomt — rugpijn, ruzie, onrecht, ongeluk, whatever — en

dat wij slachtoffer zijn van de omstandigheden, maar in werkelijkheid gebeurt het alleen maar en ervaren wij het. In werkelijkheid is het een onpersoonlijke ervaring en zijn we nooit ergens slachtoffer van.

Hoewel de pijn verschrikkelijk was (ik schrijf dit nu op dag drie en er is nog wel pijn, maar niet meer zo vreselijk als gisteren en eergisteren) heb ik het niet als persoonlijk ervaren en heb ik af en toe heel erg hard moeten lachen om de tekortkomingen van dat lichaam waarmee ik me in deze realiteit voortbeweeg. Ook heb ik ervaren hoe sterk dat ego is en hoe overtuigend het ego kan zijn, hoewel, in mijn en dit geval, niet meer overtuigend genoeg.

Uiteindelijk heb ik het ervaren als een verhelderende gebeurtenis. De rugpijn is iets dat is. Het is niet leuk of niet leuk, niet gewenst of ongewenst, niet dit of dat, maar simpelweg iets dat is en volslagen onpersoonlijk ervaren wordt. Ik HEB geen rugpijn, er IS rugpijn en dat wordt ervaren. Het was niet 'IK' die op de vloer lag te vergaan van de pijn, maar het lichaam waarmee 'ik' me hier voortbeweeg; of liever gezegd: het lichaam dat 'ik' (dat wat ik werkelijk ben) heb geprojecteerd op het filmscherm 'aarde'.

Ik weet niet of ik me erg duidelijk uitdruk. Ik weet dat ik dit soort verhalen heb gelezen toen ik nog niet wakker was en ik kon me er toen moeilijk iets bij voorstellen. Het meest indrukwekkend was het boek "Bewustzijn en het Absolute" met

gesprekken met Nisargadatta Maharaj uit de tijd dat zijn lichaam stervende was aan een uiterst pijnlijke vorm van kanker en hij geen medicatie accepteerde omdat hij niet ziek was.

Ik denk dat de scheiding 'ik waarheid' versus 'geest/lichaam onwaarheid' iets is dat je moet ervaren voor je werkelijk inziet wat het in absolute vorm betekent. Het is met recht een "eyeopener." Ik denk dat het 'onpersoonlijke leven' niet een idee is dat je omarmt of gelooft, maar een letterlijke dwingende ervaring is waarbinnen het ego verdwenen is en de werkelijke 'ik' losstaat van de schijnbare 'ik' en het lichaam dat het leven op een fysieke manier ondergaat.

Natuurlijk druk ik me in het dagelijkse leven uit in de vorm 'ik heb rugpijn,' maar in werkelijkheid, in waarheid, staat die 'ik' los van de rugpijn en wordt die hele rugpijn onpersoonlijk ervaren. Alsof ik naar de interactieve film "Frits heeft rugpijn" kijk. Ik ben toeschouwer, scriptschrijver, regisseur en acteur tegelijk, maar geloof nooit werkelijk wat er gebeurt.

SNIPS' AUTOLYSE

© Frits Spoelstra

Websites:

www.snips.nl

www.autolyse.nl

Weblog:

www.snipsautolyse.wordpress.com