

**SNIPS' AUTOLYSE**

**(DEEL 8)**

**FRITS SPOELSTRA**

# **SNIPS' AUTOLYSE**

**© Frits Spoelstra  
(januari-april 2017)**

**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 8)

○ Het laatste jaar	—	4
○ Herinnering	—	5
○ Geen reden, zin, doel en waarde	—	7
○ Vier vragen	—	9
○ Is dat waar?	—	11
○ Geen gene	—	13
○ Over ego en jou	—	16
○ Over "de dood"	—	17
○ In de zandbak	—	20
○ Ik Ben	—	23
○ Wat is verder (voor mij)	—	26
○ Ego de parasiet	—	29
○ Ik ben droom	—	31
○ De kudde	—	35
○ Maya, ego en de rebellen	—	37
○ Dat wat niet gebeurt	—	39
○ Rusten in wat is	—	42
○ 100% verantwoordelijk maar schuldig aan niets	—	44

## **HET LAATSTE JAAR**

Sinds het begin van dit jaar heerst er één gedachte, of gevoel, dat simpelweg neerkomt op het idee, of wederom ‘het gevoel,’ dat dit ‘het laatste jaar’ is.

Ik heb verder geen idee wat dat inhoudt of waar dat naar verwijst, alleen dat het een heel erg sterk en overheersend gevoel/idee/ervaring is dat ik niet kan of wil ontkennen.

Dus bij deze staat het zwart op wit vermeld.

## HERINNERING

Al wachtend op de man die de geiser gaat onderhouden, zodat deze de rest van het jaar weer goed blijft functioneren (de geiser dan), verveel ik me wezenloos. Ik houd niet van wachten. Al met al een goede reden om eens opnieuw te beschrijven wat “dit” is en wat “wij” zijn.

Je kunt jezelf nooit genoeg herinneren aan wat je ‘weet’ dat is, omdat het zo gemakkelijk is om te vergeten. Ego grijpt alles aan om je terug in je fysieke zelfbeeld te trekken zodat je weer het gevoel hebt dat je een fysiek persoon bent in een tastbare wereld waarmee je in onderhandeling moet gaan om te overleven. Ontwaakt zijn houdt niet automatisch in dat je niet meer in slaap zult sukkelen. Je moet op je hoede blijven.

Dus, opnieuw: wat is dit en wat zijn wij? Dit is dat wat is en dat wat is, is het enige dat is. Als je nu om je heen kijkt is alles wat je ziet, dat wat is. We kunnen ‘dat wat is’ allerlei namen geven, zoals ‘God’ of ‘Het Universum’ of ‘Brahman,’ maar daarmee creëren we de mogelijkheid dat we ‘dat wat is’ gaan zien als iets buiten ons dat effect op ons heeft, terwijl ook wijzelf ‘dat wat is’ zijn.

Er is niets buiten ons en niets heeft effect op ons, omdat wij niet werkelijk bestaan als wat wij geloven te zijn, er is alleen ‘dat wat is’ dat schijnbaar doet alsof het ‘ons’ is. De meest handige manier om ‘dat wat is’ te omschrijven, of te benoemen,

is met de term ‘leven.’ Dat wat is, is leven en het leven is. Het leven is niet goed of slecht, niet leuk of vervelend, niet geweldig of deprimerend... het is; en aangezien ook wij ‘dat wat is’ zijn, zijn wij het leven dat is.

Wij zijn niet personen die leven, wij zijn het leven zelf, er is alleen maar het leven dat is en dat wat is, is 1 (één). Er is niets anders dan ‘dat wat is’ en er is niets buiten ‘dat wat is.’ Alles wat schijnbaar meer is dan 1 (één) is illusie dat schijnbaar in ‘dat wat is’ verschijnt, zoals een film schijnbaar op het filmdoek verschijnt maar zich niet op het filmdoek bevindt.

‘Dat wat is’ is de projector, dat wat ‘dat wat is’ denkt of verzint (bij wijze van spreken en gebrek aan betere woorden) is de film, het universum is het filmdoek en alle schijnbare entiteiten die ‘de film’ ervaren en waarnemen (waaronder wij) zijn de lenzen waardoor de film bekeken kan worden.

Niettemin zijn de projector, de film, het filmdoek en de lenzen één en hetzelfde: Dat wat is. Meer dan dit ene dat is, is er niet. Geen twee en alles wat daarop volgt, geen nul en alles wat daaronder zit. Alleen dit hier nu wat is, niets anders.

## **GEEN REDEN, ZIN, DOEL EN WAARDE**

De wereld en het leven zoals het is, dus niet zoals wij het ervaren en zien, is simpelweg “Bewustzijn” vormgegeven (of liever: geprojecteerd) en geplaatst op een gehallucineerde “tijdlijn” van A naar Z... of beter gezegd van G naar D (van geboorte naar dood) of van C naar D (van creatie naar destructie) of van B naar E (van begin naar einde) ... en zo kan ik nog wel even doorgaan.

Dit leven op deze aarde in dit universum heeft van zichzelf geen reden, zin, doel en waarde. Het is zoals het schijnbaar is en, los van het feit dat het niet werkelijk fysiek bestaat, gaat het schijnbaar zijn gangetje. Het geeft niets om waar het naartoe gaat, wat het gaat worden, wat er gebeurt of om wie of wat wel of niet kapot of dood gaat.

Elke reden, elke zin, elk doel en elke waarde is slechts dat wat een mens met het denken verzint dat het is. Hierbij gaarne de nadruk op “verzint,” want er is in ‘Waarheid’ (Dat wat IS) geen reden, geen zin, geen doel en geen waarde... het IS wat het IS. De rest, “dit gebeurt omdat dat is gebeurt en die en die dat en dat heeft gedaan”, is verzonnen, niet waar, onbestaand, want alles wat gebeurt en gedaan wordt heeft geen reden, geen zin, geen doel en geen waarde.

Dit wordt vaak gezien als een negatieve boodschap, een boodschap die niet erg populair is in zowel spirituele kringen als

in de mainstream maatschappij. Toch zie ik het als een positieve boodschap, want juist omdat er geen reden, zin, doel en waarde bestaat, kun je het allemaal zelf verzinnen. Uiteindelijk maakt het allemaal niets uit, dus, GO DO IT!

Of niet! Dat mag ook.

Ik vermoed dat het meestal als een negatieve boodschap wordt ervaren, omdat de meeste mensen niet kunnen omgaan met- of bang zijn voor absolute vrijheid. Het idee dat alles mogelijk is, alles mag en niets ooit enige werkelijke impact op wat dan ook heeft en er uiteindelijk, wanneer de reis voorbij is, geen consequentie of oordeel zal zijn, kunnen de meeste mensen niet verwerken. Dat is geen oordeel of verwijt, het is zoals het is... ik heb er geen probleem mee.

“Geen reden, geen zin, geen doel en geen waarde” wordt als negatief gelabeld, niet omdat het negatief is, maar omdat het te positief is en het degene die het accepteert in principe rechtstreeks naar absolute vrijheid katapult. Maya, Ego en de fysieke mens die zichzelf in een fysieke en ware wereld denkt en waant, zijn daar doodsbang voor.

“O shit! Absolute vrijheid! Geen begrenzungen! Geen consequenties! Wat nu?”

Whatever the fuck you want whenever the fuck you want it!

## VIER VRAGEN

Veel Cursus in Wonderen studenten “quoten” zelden de vier vragen die ergens verborgen in Hoofdstuk 21 van het Tekstboek staan, terwijl het voor het ontwaken cruciaal is om alle vier de vragen met “ja” te kunnen beantwoorden.

Dit zijn de vragen:

1. Verlang ik een wereld die ik regeer in plaats van een die mij regeert?
2. Verlang ik een wereld waarin ik machtig ben in plaats van hulpeloos?
3. Verlang ik een wereld waarin ik geen vijanden heb en waarin ik niet kan zondigen?
4. En wil ik zien wat ik heb ontkend omdat het de waarheid is?

De eerste drie zijn vrij makkelijk met “ja” te beantwoorden, want dat is wat iedereen graag wil (vermoed ik), maar de vierde vraag, als je er goed over nadenkt, is niet zo gemakkelijk eerlijk en oprecht met “ja” te beantwoorden.

Als je die laatste vraag niet eerlijk beantwoord met “ja”, dan wil je niet wakker worden. Die laatste vraag houdt namelijk in dat je absoluut bereid bent om alles wat onwaar is te willen zien voor de onwaarheden die het zijn, OMDAT het waar is, en

bovendien ben je absoluut bereid om te willen zien wat je niet eerder wilde zien, OMDAT het waar is.

Voor de Jed McKenna freaks: die vierde vraag is gelijk aan de eerste stap.

## **IS DAT WAAR?**

Wanneer je bij alles wat je zegt, doet, vindt, voelt, ervaart, ziet, hoort, ruikt en proeft, jezelf afvraagt “Is dat waar?” (en dat is wat ik altijd doe), dan moet je jezelf allereerst afvragen wat je precies hebt gezegd, gedaan, gevonden... et cetera... om er achter te kunnen komen of het werkelijk waar is.

Zo vroeg ik me vandaag af of het echt waar is dat ik me opwind en druk maak over de enorme stupiditeit en de kortzichtigheid die ik om me heen ervaar. Waarmee men, bij voorbeeld, kijkt naar de verkiezing van Donald Trump en hoe makkelijk vrijwel iedereen meegaat in de massahysterie als gevolg van de massale hypnose die in gang is gezet door de linkse en rechtse massamedia, waarin deze Donald Trump opeens als een ‘nieuwe Hitler’ of een ‘nieuwe redder’ wordt weggezet (en daarmee polarisatie creërend, verdeel-en-heers, chaos en destructie).

Los van het feit dat ik die kortzichtigheid en die stupiditeit schijnbaar werkelijk ervaar als precies dat, kortzichtig en stupide — en los van het feit ik alleen maar een soort van schaapmensen om me heen ervaar die na-blaten wat de opiniemakers voor-blaten zonder er zelf ook maar één seconde over na te denken — en los van het feit dat ik heel moeilijk kan begrijpen waarom andere mensen niet verder kunnen kijken dan hun neus lang is en als makke schapen blind achter elkaar

aanrennen, compleet gemanipuleerd door de onzin van de massamedia — is het niet waar dat ik me opwind en druk maak over die stupiditeit en kortzichtigheid.

Ik wind me op en maak me druk omdat ik blijkbaar vind dat die andere mensen niet zo stupide en kortzichtig horen te zijn. Ik maak me druk en wind me op, ik doe dat mijzelf aan, want het is niet aan mij om te vinden dat iemand niet stupide of kortzichtig mag zijn, het is niet aan mij om te vinden dat een ander niet mag geloven wat hij gelooft, en het heeft ook geen daadwerkelijk effect op mij (anders dan de ego-geestelijke reactie van opwinden en druk maken), aangezien er niet iets is dat bedreigd kan worden.

Soms is de waanzin om me heen zo groot — en hij wordt met de dag groter naargelang steeds meer en meer mensen die vroeger nog enigszins konden nadenken de hooivorken en fakkels oppakken en achter de gestoorde meute aanrennen (It was him! He did it! Let's kill the monster!) — dat ik me er daadwerkelijk over opwind, me druk maak en zelfs boos word, terwijl het mij niets aangaat en het geen effect op mij kan hebben — ook al lijkt dat wel zo te zijn.

Gelukkig zie ik dit steeds vaker steeds sneller in en kan ik het na een diepe zucht en een lichte vloek laten gaan... Het is niet aan mij om de mensen om me heen te veranderen, het is niet aan mij om de wereld te verbeteren, ik kan alleen maar met mijzelf aan de slag.

## GEEN GENE

Sinds kort neem ik video's op die ik op You Tube plaats. Ik heb dat lang niet willen doen, omdat het zo 'guru-ish' overkomt: "Zie mij eens weten hoe het in elkaar zit en ik ga je vertellen hoe jij daar kan arriveren." Zo zit ik niet in elkaar, zo ben ik niet.

Ik ben het uiteindelijk, blijkbaar, toch gaan doen, en ik vermoedde dat het uit nieuwsgierigheid voortkwam. Althans, dat maakte ik mijzelf wijs: "Ik ga video's opnemen om er achter te komen of ik dat wat mijn ervaring is ook verbaal kan communiceren." Om iets te ondernemen moet je jezelf in de maling nemen, anders doe je niets. Je moet een doel of een reden verzinnen en vervolgens moet je dat doel en die reden gaan geloven (suspension of disbelief)... ook al is het bullshit (en dat is het).

Ik heb 9 video's opgenomen in een poging mijn ervaring van 'dat wat is' te verwoorden. Op het einde werd duidelijk wat de werkelijke 'reden' en het werkelijke 'doel' was van deze exercitie: het was niet voor een ander maar voor mij, het ging niet om het onderwerp maar over mij. Het bleek een inherent onderdeel van mijn Autolyse te zijn en bedoeld om mij te confronteren met iets dat nog steeds in mij aanwezig was.

Daar kwam ik pas achter nadat ik de laatste van de 9 video's had opgenomen en ik op het einde in een soort van trance (niet

echt, maar toch) terechtwam en iets zei dat niet werkelijk deel uitmaakte van het verhaal over ‘dat wat is’ en iets was wat ik nog niet eerder zo had gezegd of geschreven. Het was ook iets dat ik niet zo snel publiekelijk zou zeggen, dus ik was extra verrast dat het er zo maar uitkwam.

Nu gaat het niet zo zeer om wat ik op het einde van die video zeg, maar eerder omdat het er natuurlijk uitkwam. Ik had het niet bedacht, was niet van plan het te zeggen en het is iets waarvan het grootste gedeelte van de mensen om mij heen het eens zal zijn dat het compleet gestoord is. Nee, het gaat om het feit dat er geen gene was, geen enkele ‘o wat zullen anderen er van denken’ emotie.

De grap is dat ik dacht dat het me al geen reet meer kon schelen wat anderen denken over wat ik zeg of doe of schijnbaar ben; maar pas toen ik ervoer dat het echt helemaal niet aanwezig was, merkte ik dat ik er tot die tijd toch nog wel enigszins ‘last’ van had; en je ‘mist’ het pas als het weg is. Onbewust wilde ik nog dat mijn familie, mijn directe vrienden, mijn collega’s, geloofden dat ik redelijk ‘normaal’ ben — ook al ben ik dat, in vergelijking met de gangbare ervaring van dit universum en de daar heersende specificatie van wat waar is en wat niet, absoluut niet.

Nu is die ‘gene’ er niet meer en de video’s moesten daarvoor worden opgenomen en gepubliceerd. Ze staan op You Tube en zijn voor iedereen te vinden, ook voor mijn familie, vrienden en

collega's en het kan mij niets schelen wat ze er van denken. Om zelf extra duidelijk te ervaren of dit werkelijk zo is, heb ik de 9 video's op mijn persoonlijke Facebook geplaatst (onbewust had ik mijn "Autolyse/spirituele leven" enigszins gescheiden gehouden van mijn "persoonlijke leven") en deze actie leverde ook geen enkele ervaring van 'gene' op.

Ik weet niet of dit, die 'gene', het laatste beetje is waarmee 'ego/maya' mij probeerde te doen geloven in de werkelijkheid van dit bestaan, dit universum, want ook de 'wat zullen mijn familie, vrienden en collega's er van denken en zullen ze me nu anders behandelen' emotie was iets waarvan ik me niet bewust was dat het nog in extreem lichte vorm aanwezig was, maar het voelt nu wel alsof er weer iets is weggevallen. Het voelt lichter.

Jed McKenna beweert dat het ongeveer 10 jaar duurt voor je na je ontwaking alle residu van je 'bullshit-ego' kwijt bent, en ik zit 'pas' in jaar 7. Voor nu is er weer een stukje ego/maya-bullshit van dat wat ik ooit dacht te zijn vernietigd en daarvoor moest ik die video's opnemen. Ik wist niet dat dit residu er nog was, maar blijkbaar was het er, en nu is het weg.

**VERDER!**

## OVER EGO EN JOU

Wanneer je wilt zien wat is, in plaats van zien wat niet is — kortom: als je echt een kans wilt hebben om wakker te worden — dan is het van belang om je in elke cel van dat lichaam van je te realiseren dat wat jij altijd hebt gedacht te zijn, slechts is wat de ego-denkgeest jou doet geloven dat jij bent.

Ego-denkgeest, kortweg “ego”, is wat de Engelsen “mind” noemen en dient dus niet verward te worden met “het denken”. Het is niet iets wat plaatsvindt in je lichaam of geest, maar iets dat je lichaam en geest heeft overgenomen en controleert. Dat is niet goed of fout, het is gewoon zoals het is.

Simpel gezegd: daar waar jij denkt en gelooft dat jij iets doet, iets denkt, iets wilt, iets voelt, iets proeft, iets hoort (et cetera), is het slechts zo dat er gedaan, gedacht, gewild, gevoeld, geproefd, gehoord WORDT... waarna de ego-denkgeest jou wijsmaakt dat jij degene bent die het doet, denkt, wilt, voelt, proeft, hoort. En dat terwijl JIJ er geen jota mee te maken hebt. Het gaat letterlijk buiten jou om.

Kort gezegd: dat wat denkt iets te doen en gelooft daar verantwoordelijk voor te zijn, ben jij niet, maar dat is ego-denkgeest dat jou doet geloven dat jij het doet en daarvoor dus vanzelfsprekend verantwoordelijk bent.

Mediteer daar maar eens op, het is letterlijk “mind”-blowing.

## **OVER "DE DOOD"**

Death is on my mind! Afgelopen 17de februari was het de tweede verjaardag van mijn moeders overlijden en dan sta ik altijd even stil bij de dood, of sta ik nog stiller bij de dood dan anders.

Ik heb vastgesteld dat eigenlijk niemand werkelijk weet wat “dood” is en dat is waarschijnlijk de reden waarom we het er niet graag over hebben en waarom we het liever voor ons uitschuiven. Het is een onontkoombaar feit dat we allemaal een keer doodgaan, maar meer willen we er niet over weten zodat we, tot die tijd komt, de dood kunnen ontkennen.

Wat we “dood” noemen is meestal het einde van het leven, zoals dat is omschreven door wetenschappers en dokters. Wanneer het hart niet meer klopt en de geest niet meer werkt en er niet meer geademd wordt, dan is de persoon dood. Het is een puur lichamelijke vaststelling, alsof de mens alleen puur lichamenlijk is. Het feit dat het lichaam achterblijft en de persoon letterlijk verdwenen is, zien we daarbij over het hoofd.

Een andere, niet wetenschappelijke, benadering wordt geleverd door berichten vanuit het dodenrijk, zoals deze worden doorgegeven middels ‘channeling’ of overgeleverd middels religie en reïncarnatie-theorieën. Het is niet aan mij om te beweren dat deze benaderingen juist of onjuist zijn; ikzelf neem

ze mee maar geloof niets of niemand en kom zelf tot een conclusie, die, vanzelfsprekend, een persoonlijke speculatie is.

Niemand weet hoe het is om dood te zijn omdat niemand ooit dood is. Iedereen die leeft is overduidelijk nog niet dood gegaan en kan niet uit eigen ervaring weten wat ‘dood zijn’ is, en iedereen die niet meer hier is, kan de daadwerkelijke dood niet met ons delen... hoogstens het sterven, op weg naar de werkelijke dood. Niemand is ooit dood, omdat het of het echte einde is, en dan ben je er niet meer om dood te zijn, of je gaat door, maar niet als de persoon die je was maar als dat wat je was voor je die persoon werd.

Ik sluit niet uit dat ‘dood zijn’ alleen iets is dat wij hier als levenden meemaken en ervaren wanneer het een ander overkomt. Ik heb namelijk te maken met mijn persoonlijke theorie dat er alleen ‘dat wat is’ is waarin onze schijnbare werkelijkheid schijnbaar verschijnt. Met andere woorden: ‘dat wat is’ speelt dat het onze schijnbare werkelijkheid is waarna het, na een schijnbare dood, weer — of: nog steeds! — ‘dat wat is’ is.

Nog anders gezegd: er is nooit iets gebeurd. Het is niet zo dat we leven en uiteindelijk sterven, maar we geloven dat we leven terwijl dat niet zo is... dus wat kan dan sterven? Er is het boeddhistische verhaal (ik geloof dat het boeddhistisch is, maar ik kan er naast zitten) dat vertelt dat als je een vlieg in zijn

vlucht doodslaat, de vlieg niet eens doorheeft dat hij dood is en gewoon doorvliegt.

Met andere woorden: dat wat de vlieg werkelijk is gaat door met ‘zijn’ omdat het in eerste instantie nooit werkelijk een fysieke vorm is geweest en dus niet sterfelijk is. Als dat voor de vlieg geldt, dan geldt dat voor alles en iedereen. De vraag is of we, na onze schijnbare dood, werkelijk doorhebben dat we niet meer in deze schijnbare wereld aanwezig zijn. Die vraag wordt pas beantwoord wanneer je dood gaat.

De meeste mensen willen zo lang mogelijk blijven leven, zij ontwijken en ontkennen de dood, maar ik kijk er naar uit. Niet omdat ik per se dood wil, maar omdat ik werkelijk met een bijna kinderlijk enthousiasme benieuwd ben naar wat er gebeurt wanneer dit lichaam sterft. Ik kan me heel goed voorstellen dat het een hilarische ervaring is om dood te zijn, zoiets als *the punchline* van een goed geconstrueerde grap, en dat ‘de dood’ alleen vreselijk en verwoestend is voor de achterblijvers.

Misschien heeft de wetenschap gelijk en houdt het gewoon op, wat inhoudt dat je nooit door zult hebben dat je dood bent. Misschien ga je gewoon door, net als die boeddhistische vlieg en heb je eveneens niet door dat je dood bent. Misschien realiseer je je dat dit leven op aarde daadwerkelijk een illusie is geweest, een lange droom, en ben je opeens weer thuis.

Ik kan bijna niet wachten om er achter te komen.

## IN DE ZANDBAK

Het is niet mijn bedoeling om arrogant te zijn, maar ik kan niet voorkomen dat het in de ervaring van een ander wel zo overkomt. Dit geldt ook voor leugenachtig, emotioneel en alles wat een ander op mij kan projecteren. Ik heb daar geen controle over. Ik kan alleen zijn wat “dit lichaam” is; ik kan niet controleren hoe een ander mij ervaart en van daaruit beslist wat ik ben.

Alles is perceptie. Dat geldt ook voor mij. Mijn perceptie is gekleurd door mijn persoonlijke ervaring (niet echt een ervaring, eerder een non-ervaring) dat alleen “iets” bestaat en dat dit “iets” niet echt iets is. Ik noem het “dat wat is” of “Waarheid” (met hoofdletter) en alles wat daarin verschijnt is “niet iets” en bestaat niet werkelijk, anders dan in “de droom” (bij gebrek aan betere woorden) die plaatsvindt in “dat wat is” a.k.a. “Waarheid”. Voor mensen die deze non-ervaring niet hebben “ervaren” is dit complete onzin, dat weet ik, niettemin is het wel mijn non-ervaring en dat kan ik niet ongedaan maken.

De meeste mensen die zo’n non-ervaring hebben (niet echt “hebben”, omdat het een non-ervaring is), houden hun mond dicht en leven hun leven zo goed en zo kwaad als dat kan. Ik begrijp dat heel goed, omdat er niet heel veel mensen zijn die in staat zijn om te begrijpen wat je vertelt — in mijn geval: wat ik vertel. Dus, ook al is het de beste non-ervaring die je als entiteit

kunt hebben, houden ze hun mond en acteren ze “normaal” te zijn, omdat vrijwel niemand hen zal begrijpen.

Dit is niet omdat andere mensen dom zijn, want geloof me, ik ben niet een geleerd iemand en als ik uit deze schijnbare realiteit kan ontsnappen, dan kan iedereen dat. Het is omdat ze niet weten dat er zoiets bestaat als de Droomstaat, waardoor ze alles wat ervaren wordt automatisch voor waar aannemen — want: wat kan het anders zijn? Ze weten oprecht niet beter en, zoals het een levend wezen betaamt, zullen ze alles wat hun “echtheid” bedreigt, zoals de boodschap dat ze niet echt bestaan, bevechten en tegenspreken. Dat is pure overlevingsdrang van “ego” dat hen doet geloven dat zij werkelijk dat lichaam en die geest zijn.

Niettemin kan ik hen alleen zien als kleine kinderen in de zandbak. (Op dit punt mag je “arrogantie” op mij projecteren, omdat ik weet dat dit niet waar is.) Kleine kinderen in de zandbak leven in hun eigen realiteit die ze absoluut voor waar aannemen. De speelgoed auto is een echte auto en als ze vader en moedertje spelen dan is de één echt vader en de ander echt moeder. Uit de speelgoed theepot komt echte thee die ze ook echt opdrinken en ook al zijn de koekjes onzichtbaar, ze smaken echt lekker.

Als volwassene ga je niet een diepgaand gesprek aan met kinderen in de zandbak, omdat ze niet in staat zijn om te begrijpen wat je zegt en niet leven in jouw realiteit. Niet omdat

de kinderen dom of minderwaardig zijn, maar simpelweg omdat ze niet weten waarover je het hebt. Ze hebben niet de ervaring die jij hebt en niet het overzicht dat jij hebt.

Vandaar dat ik liever mijn teksten en uitingen plaats binnen een klein circuit van mensen die schijnbaar enigszins begrijpen waarover ik het heb. Met mijn video's ben ik uit deze comfortzone gestapt. Dat heeft wel enig inzicht opgeleverd, maar de reacties die ik terugkrijg van “de kinderen in de zandbak” zijn, mild gezegd, vermoeiend en ik ervaar duidelijk dat ik daar geen zin meer in heb. Ik heb geen spijt van mijn stap in die richting, want aan spijt doe ik niet, maar het leverde niet op wat ik hoopte.

Leermomentje: alle hoop is valse hoop.

Je kunt als volwassene niet een diepgaand gesprek voeren met kinderen die er nog niet klaar voor zijn. Veel “verlichte” mensen verwateren hun boodschap, hun non-ervaring, zodat de kinderen het kunnen begrijpen, maar ik kan dat niet en wens dat ook niet te doen. Een verwaterde verhaal is niet het ware verhaal, en het ware verhaal is alleen te bevatten voor mensen die uit de zandbak zijn gestapt en zien dat het leven dat ze tot dan toe hebben geleefd, niet echt waar is.

## **IK BEN**

Ik schijn het over “IK BEN” te moeten hebben. Nisargadatta Maharaj en Ramana Maharshi hebben het over “IK BEN” en Jed McKenna beweert dat het enige dat ik met enige zekerheid op deze aarde kan vaststellen is dat ik besta, met andere woorden: “IK BEN.”

Maar is dat zo?

“IK BEN” als gegeven is de fundering waarop een persoonlijk leven wordt en is gebouwd. Wanneer er een entiteit wordt geboren, bezit het niet de ervaring van “IK BEN.” Die ervaring ontstaat pas wanneer het zich bewust wordt van de naam die het heeft gekregen en de benadrukking dat het “dat” (die naam) is. Dit wordt tijdens de rest van het leven uitgebouwd met geslacht, ras en religie.

Wanneer iets wordt geboren, dan “IS” het. Pas wanneer het zich daarvan bewust is, ontstaat de ervaring “IK BEN” (de fundering) en daarop wordt gebouwd “wat” het is en waarin het schijnbaar bestaat. De ervaring “IK BEN” is hiermee de fundering van de wereld die jijzelf ervaart en zeker niet de wereld die is en niet de wereld die door anderen wordt beschreven.

Het serieus onderzoeken van jouw wereld om je heen en het verwijderen van alles wat daarin niet waar lijkt te zijn, resulteert altijd in het vinden van de fundering “IK BEN” — wat gelijk

staat aan ontwaken IN de droom — en wanneer de fundering “IK BEN” onderzocht wordt, ontstaat er de kans om te ontwaken UIT de droom.

De laatste stap op weg naar ontwaken UIT de droom is vanzelfsprekend de realisatie dat de fundering “IK BEN” ongefundeerd is. Met andere woorden: er is geen enkel bewijs te vinden voor de aanname dat ik besta anders dan het geloof dat ik hier schijnbaar ben; en elk geloof is onwaar. Wat overblijft is niets dat, aangezien dit niets het enige is dat is, automatisch alles is.

Dus: ontwaken IN de droom is nog steeds geloven in de fundering “IK BEN” (de aarde wordt gedragen door magische schildpadden die elkaar tot in de oneindigheid ondersteunen) en ontwaken UIT de droom is zien dat de fundering ongefundeerd is (er is geen schildpad die de allerlaatste schildpad ondersteunt).

Hieruit volgt dat Absolute Non-duale Waarheid niet gezien of ervaren kan worden, omdat het niets is, maar dat jij je wel kunt realiseren dat Absolute Non-duale Waarheid moet bestaan omdat dit niets alles lijkt te zijn. Dit is niet logisch, en het is met het denken niet te verklaren, omdat geen enkele paradox logisch of te verklaren is, niettemin moet die paradox het enige zijn dat waar is. Alles is niets en daarom is niets alles.

Dit levert op dat de ‘ik’ die schijnbaar ‘is’ (als in: “IK BEN”) niets is en daarmee automatisch alles is. Ik ben letterlijk niets en

daarom ben ik letterlijk alles. De enige betekenis van “IK BEN” is niet dat ‘ik’ als entiteit “Frits” besta, maar dat ‘ik’ als entiteit niet besta en daarom alles ben. Ik ben de Alpha en Omega, ik ben alles en niets, ik ben het enige dat is: IK BEN.

## **WAT IS VERDER (VOOR MIJ)**

Afgelopen zaterdag had ik een extreem prettig gesprek met vriend Houk, onder het genot van een kop koffie in een oud bruin cafeetje op de Nieuwendammerdijk, over ‘dat wat is’ en over waar we wel of niet tegenaan lopen. De rode draad bleek de vraag “Wat is verder?” Met andere woorden: als alles duidelijk is en zo beleefd en geleefd wordt, wat is dan nog verder?

Na het gesprek met vriend Houk kwam ik diezelfde vraag steeds opnieuw tegen op (spirituele autolyse gerichte) internet fora: wat is dan verder? Schijnbaar moet ik daar iets mee, want alles wat ik ervaar, alles wat ik zie en hoor en beleef, is voor mij... zoals alles wat jij ervaart voor jou is. Wat betekent voor mij ‘verder’? Voor mij betekent ‘verder’ dat ik, als de losstaande autonome entiteit “Frits”, geen speler meer ben in ‘het spel’ dat we ‘leven’ noemen.

Wat bedoel ik daarmee? Zolang het leven goed is, is er niets aan de hand, maar wanneer het leven tegenzit, dan ontstaan er problemen. De losstaande autonome entiteit gelooft dat de problemen ontstaan door de situatie waarin de entiteit zich bevindt, terwijl het ’t claimen van de situatie als iets wat HEM overkomt, het probleem is. Zonder de losstaande autonome entiteit als speler, is er alleen het onpersoonlijke oordeel-loze

ervaren van wat er gebeurt en het spelen daarmee, zonder dat het ego het claimt als iets persoonlijks.

Onze taal is zo geconstrueerd dat het vrijwel onmogelijk is om niet te claimen wat er gebeurt, zelfs als jij er helemaal niets mee te maken hebt. Zo kan ik alleen zeggen dat IK MIJN teen heb gestoten tegen de tafelpoot, terwijl er alleen het stoten van de teen tegen de tafelpoot heeft plaatsgevonden. IK heb dat niet gedaan, en toch claim IK het stoten van MIJN teen, die aan MIJN lichaam zit, tegen, vaak ook nog, de poot van MIJN tafel. En dat doen we met alles.

IK zeg 'IK denk' terwijl er alleen gedachten zijn die geen waarde hebben tot IK ze claim, of 'IK kijk' terwijl IK niet hoeft na te denken of moeite hoeft te doen om te kijken. Met andere woorden: er gebeurt denken en kijken en IK claim het als iets wat IK doe. 'IK adem', 'MIJN bloed stroomt' door 'MIJN lichaam'... Het is allemaal niet waar. Het gebeurt vanzelf, het is wat gebeurt en IK heb daar niet mee te maken; het is niet MIJN bloed en niet MIJN lichaam, IK heb beiden niet gecreëerd, IK heb niets te maken gehad met het ontstaan van het bloed of dat lichaam.

IK claim alles achteraf en altijd ten onrechte. Dus 'verder' is voor mij het punt waarop IK niet meer claim wat gebeurt, waardoor er daadwerkelijk zal worden ervaren dat het leven, dat wat schijnbaar gebeurt, MIJ niet overkomt en volledig onpersoonlijk zal zijn zonder dat IK MIJZELF daar steeds aan

moet helpen herinneren. Zie je hoe verneukeratief de taal is? IK help MIJZELF herinneren wat IK niet moet doen... hoeveel fucking 'IKKEN' zijn er dan?

Het is allemaal bullshit van begin tot einde, en de meeste mensen leven hun hele leven in de veronderstelling dat het HUN leven is en dat ZIJ van alles en nog wat doen en dat alles wat gebeurt HEN overkomt... en dat is niet waar. Er gebeurt schijnbaar altijd van alles, dat is de aard van 'het spel', maar nog nooit ben JIJ, als dat wat je werkelijk bent, geraakt door wat dan ook. Er is JOU of MIJ nog nooit iets overkomen, en dat is de paradox: er gebeurt van alles maar er is nog nooit iets gebeurd.

Het leven is wat leeft, het is niet iets dat iemand bezit en het is niet iets dat iemand doet. Jijzelf bent niet wat je denkt te zijn, jij bent 'Het Zelf' dat 'zelft' en dat wat jij JOUW lichaam noemt is wat gebruikt wordt om te 'zelven'. Dat is het enige wat schijnbaar gebeurt; met de nadruk op schijnbaar, want uiteindelijk is ook dat niet waar.

## **EGO DE PARASJET**

Vanaf het moment dat ik me bewust ben van mijn bestaan ben ik 'ik'. Die ik is mijn ik omdat mij vanaf het begin is verteld dat ik die ik ben, dus ik ben vanzelfsprekend die ik en het is mijn ik. Het is niet jouw ik want jij hebt een eigen ik. Dit is mijn ik en dat is wat ik ben, en die ik moet ik verdedigen tot in den dood.

Dat is wat Ego mij doet geloven en dat is wat Ego iedereen doet geloven. Maar Ego is niet 'iets', Ego is een gedachte en kan mij niet iets doen geloven tenzij ik zelf geloof dat het werkelijk waar is. Ego is bovendien slechts één gedachte die ooit een keer geloofd is en alles waarin geloofd wordt bestaat schijnbaar 'echt'. Dat ene Ego, die ene gedachte, is als een parasiet die het lichaam overneemt en dat lichaam doet geloven dat het dat Ego is, en die parasiet wordt van ouder op kind overgedragen.

Je wordt geboren met die parasiet en het enige wat die parasiet hoeft te doen om zijn bestaan te verwerklijken is jou er van te overtuigen dat jij die parasiet bent. Hiervoor gebruikt de parasiet je ouders en je omgeving, die je vanaf dag één aanleren dat jij jij bent en zij zij en dat dat. Het klinkt misschien gek dat jouw Ego jouw ouders gebruikt om jou er van te overtuigen dat het jouw Ego is en dat jij dat bent, maar dat is alleen zo als je er van uitgaat dat iedereen een eigen Ego en dus een eigen parasiet heeft. Dat is niet zo, dat is ook wat Ego ons wil doen en doet geloven.

In feite is er maar één Ego, één parasiet, en deze bestaat uit één gedachte die ooit serieus is genomen. Een parasiet is iets buiten ons dat ons schijnbaar overneemt, maar alleen als we dat toelaten, wat automatisch betekent dat we dit kunnen terugdraaien en ‘genezen’ kunnen worden. Ik ben niet dat Ego, ik ben niet die ik die ik dacht te zijn, ik ben niet die parasiet die me van alles laat geloven en van alles laat doen... en jij bent dat ook niet. In absolute waarheid is er niets buiten ons, buiten jou, buiten mij, en bestaat dat Ego, die parasiet, niet.

Inzien dat je niet dat Ego bent, niet die parasiet, maar dat dit Ego, die parasiet, zich in je genesteld heeft, in wat jij gelooft te zijn dankzij dat Ego, en je heeft overgenomen — met andere woorden: een externe invloed is die niets met jou te maken heeft — kan al extreem bevrijdend werken. Als het een externe invloed is, niet van jou is en niets met jou te maken heeft, dan kun je er dus iets tegen doen.

Wat? Hoe? Vertel?

Kijk er naar, observeer het, en zie werkelijk in dat jij dat niet bent. En wanneer je ziet dat jij dat niet bent, dan kunnen je ophouden met het luisteren naar wat Ego je vertelt te doen en vertelt te geloven. Ego zal door blijven kletsen, maar je luistert dan niet meer en neemt het niet meer serieus... iets wat we vanaf dag één hadden kunnen doen.

## **IK BEN DROOM**

Na een onrustige nacht na een onrustige (beetje depressieve) paar dagen, werd ik vanochtend wakker met iets wat ik al ‘wist’ maar nog niet zo letterlijk had ervaren. Als deze schijnbare realiteit vergelijkbaar is met een droom, dan is het leven (het ZIJN) ‘dromen’ (een activiteit) en is alles in dat leven ‘droom’, inclusief mijzelf: IK ben DROOM.

De nacht was een aaneenschakeling van halfslaap en half wakker zijn met flarden dromen over iets dat nog niet gebeurd is maar in de planning staat (een barbecue, in de droom/halfslaap een picknick) waarin ik gesprekken voerde met de mensen die dan (wanneer die barbecue doorgaat) aanwezig zullen zijn. In principe was IK in gesprek met (mij)ZELF over de schijnbare realiteit en wat dat betekent voor die IK. De uitkomst was, ook voor mij, bijzonder.

Als ik 's nachts slaap en droom, dan is er alleen de droom. De hoofdpersoon, degene waarmee ik mij identificeer in de droom en die lijkt op mijn ‘dagelijkse ik’ is niet wie ik werkelijk ben, maar een droomfiguur. Ikzelf slaap en ben geen onderdeel van de droom, ik ben ‘dat’ waarin de droom plaatsvindt. Ik stuur de droom niet op een actieve manier, de droom gebeurt in mij en vindt schijnbaar spontaan plaats, dus ik kan niet zeggen dat ik de droom zelf droom. Er is alleen de droom en er vindt dromen plaats, er is geen ‘ik’ die dat doet; er is geen dromer.

Nu kun je stellen dat het mogelijk is om lucide te dromen, waarbij jij je bewust bent dat je droomt en jij de droom bewust kunt sturen. Het enige probleem bij zo'n stelling is dat ook het lucide dromen in de droom plaatsvindt en ook gedroomd wordt. Er wordt gedroomd dat de hoofdpersoon in de droom zich bewust is van het dromen en vervolgens droomt dat hij de droom bewust stuurt. Lucide dromen is nog steeds dromen en er is nog steeds geen werkelijke dromer die actief en bewust droomt.

Zo is dit 'dagelijkse leven', volgens mijn persoonlijke en directe ervaring, vergelijkbaar met een droom. Het is in feite dromen zonder dat er sprake kan zijn van een dromer, omdat de droom, net als tijdens het nachtelijke dromen, slechts plaatsvindt in 'iets', maar waarbij dat 'iets' geen actieve rol heeft. Dit 'iets' is vanuit het dromen gezien een aanname. Wij, in de droom als onderdeel van de droom, zijn ons niet bewust van dat 'iets' tenzij we lucide dromen en ons bewust zijn van het dromen; maar dan nog is dat 'iets' een aanname, aangezien het lucide dromen, het wakker zijn terwijl we dromen, nog steeds onderdeel van de droom is en nog steeds dromen is.

Het enige wat ik, als lichaam-geest-identificatie in de droomstaat met zekerheid kan vaststellen is dat ik BEN, ik BESTA. Wanneer ik in de droom ontwaak en 'lucide' de droom ervaar als dromen (wat 'mijn' ervaring is) dat kan ik niet meer met zekerheid vaststellen dat ik BEN, dat ik BESTA, omdat ik

eveneens onderdeel van het dromen ben en vanzelf de droom ben. IK ben DROOM.

Vanuit 'ik als droom', als onderdeel van het dromen, kan ik geloven dat er een dromer is die wel echt bestaat, maar dat is een aanname en niet per se waar. Het is enige wat 'ik' als onderdeel van het dromen kan aannemen is dat het dromen plaatsvindt in 'iets' dat schijnbaar bestaat. Zeker weten doe ik dat niet.

Aangezien alles wat 'ik als droom' meemaakt het dromen is, is alles het dromen, is alles droom en ben ik droom. Dit houdt automatisch in dat, wanneer er werkelijk ontwaken uit de droom plaatsvindt, de hoofdpersoon die bestond tijdens het dromen, net zoals na het ontwaken uit de nachtelijke droom, niet meer bestaat, en er alleen nog dat 'iets' is waarin het dromen schijnbaar plaatsvond. Dit 'iets' is niet de dromer tijdens het dromen en is vanzelfsprekend niet een dromer wanneer er ontwaking heeft plaatsgevonden... er was alleen dromen en er was niemand die het deed.

Enfin, ik werd wakker na een onrustige nacht, verrassend goed uitgerust en best wel blij, met het inzicht en de directe ervaring dat dit leven dromen is en dat ik droom ben. De rest, zoals waar het dromen in plaatsvindt, is speculatie en niet echt van belang. Dit is dromen en ik ben droom... en na het ontwaken — wat niets met mij te maken heeft, want 'ik' word

niet wakker, niemand wordt ooit wakker, er is ontwaken — is er niets gebeurd, want het was een droom.

## DE KUDDE

Voor Ego om te geloven dat het 't lichaam is en om jou er van te overtuigen dat jij het Ego bent dat 't lichaam is, waardoor jij gelooft het lichaam te zijn, heeft Ego schijnbare 'andere mensen' nodig om te bewijzen dat het bestaat. Door zich te verbinden met anderen kan het zich er middels reflectie en projectie van overtuigen dat het IS. Dat is de reden waarom een 'mens' het altijd nodig vindt om onderdeel te zijn van een kudde.

Die kudde kan een grote kudde zijn, zoals de Nederlandse kudde, of een kleinere kudde die een sub-kudde is van een grote kudde, zoals de linkse kudde, de rechtse kudde, de groene kudde, de alternatieve kudde, de rap kudde, de heavy-metal kudde, de familie kudde, de werk kudde, et cetera. Om het gevoel te hebben dat we 'mens' zijn, dienen we ons, naast de identificatie met ons lichaam, ergens extern mee te identificeren.

Dit kudde-gedrag komt niet voort uit de wil of de wens ergens bij te horen, maar eerder uit de angst om nergens bij te horen. Ego doet ons geloven dat het ergens bij horen, het geaccepteerd worden door een kudde, ons mens maakt. Dit betekent dat, wanneer we nergens bij horen, wanneer we het gevoel hebben uitgesloten of misschien zelfs uitgestoten te worden, we wellicht geen mens zijn. Hierdoor zou er de volgende vraag op kunnen komen: *'Als ik niet mens ben, wat ben ik dan?'*

Het stellen en het serieus willen beantwoorden van de vraag ‘Wat ben ik?’, leidt onherroepelijk naar de verdwijning van die schijnbare ‘IK’ en leidt onherroepelijk naar de realisatie dat jij niet dat lichaam bent. Na die realisatie zul je niet meer de noodzaak voelen om bij een kudde te horen, omdat het compleet gestoord is om een kudde te gebruiken om te bewijzen dat je iets bent wat je niet bent en nooit bent geweest.

Vanzelfsprekend kun je je wel aansluiten bij een kudde, wanneer je dat leuk vindt of vermakelijk vindt, maar je zult de acceptatie door zo’n kudde nooit meer verwarren met het bewijs dat jij je lichaam of dat Ego bent. Bovendien zul je nooit meer kunnen geloven dat je een inherent onderdeel bent van die kudde en dat die kudde een noodzakelijkheid is voor jou om te kunnen bestaan. Je zult de kudde zien als een tijdelijk onderkomen, niet werkelijk van belang maar leuk voor nu.

## **MAYA, EGO EN DE REBELLEN**

Het Onbewuste is tijdloos en slaat alles op wat er ooit gebeurd is en ervaart het alsof het nu gebeurt. In het Onbewuste is het een permanente “Groundhog Day” waar alles wat opgeslagen wordt voortdurend tegelijk nu gebeurt en niets ooit vergeten wordt.

Elke gebeurtenis, elke herinnering, elk gevoel, elke emotie, alles wat ooit heeft plaatsgevonden, alle kennis, elk friggin’ detail, alles wat ook maar enigszins bedreigend is voor de Droomstaat, wordt in het Onbewuste omgezet tot een Rebel. Deze Rebellen weten alles en zijn alles, maar zij zitten gevangen in het Onbewuste en willen naar boven, naar het Bewuste, om de WAARHEID te preken.

Ego is hun gevangenisbewaarder die zijn best doet om die Rebellen in bedwang te houden. Ego weet niet waarom hij dat doet, Ego kan van zichzelf en uit zichzelf niets en volgt alleen maar orders. Ego staat onder controle, onder bevel, van Maya die, op haar beurt, een illusionaire werkelijkheid creëert voor het Bewuste om in te leven, waardoor het Bewuste wordt afgeleid van de rebellen in het Onbewuste en de kennis die zij bezitten.

Hieruit kun je al opmaken dat een gevecht tegen Ego een zinloos gevecht is, omdat Ego niet de ‘schuldige’ is; Maya is de ‘schuldige’. Maya creëert de illusie van gescheidenheid en dualiteit, maar het meest lullige van het geheel is dat jijzelf de

Schepper van Maya bent. Jij creëert Maya, Ego en de gevangenis. Hoe en waarom dat zo is, dat weten de Rebellen, maar die zitten opgesloten in het Onbewuste en zien alleen heel af en toe kans om een berichtje naar het Bewuste te sturen.

Dus, zo denk je wellicht, de enige manier om te weten wat er gaande is, is door de Rebellen te bevrijden. Maar, hoe bevrijd je de Rebellen? Dat doe je niet, want dat kun jij niet. Maar door zelfonderzoek te doen, door de vragen “WAT is dit?” en “WAT ben ik?” serieus te beantwoorden, kunnen de Rebellen zichzelf misschien bevrijden en kun jij je realiseren dat WAARHEID is — niet wat WAARHEID is maar dat WAARHEID is.

## **DAT WAT NIET GEBEURT**

Ik ben me de laatste paar dagen extra bewust van het gegeven dat wij mensen (en ik dus ook) ons voornamelijk bezighouden en druk maken over dat wat niet gebeurt. De geest, de ‘Mind’, het ego-denksysteem, richt zich voor 100% op zaken die nu niet aan de hand zijn, die nu niet gebeuren; zaken waarmee we letterlijk absoluut niets aankunnen.

We houden ons bezig met het verleden en voelen ons soms goed over dat verleden, maar toch meestal schuldig of ongelukkig. Die zaken beheersen de rest van ons leven. We winden ons op over wat er is gebeurd en maken ons zorgen over of ze wellicht misschien ooit weer ergens in de toekomst zullen gebeuren.

Maar dat verleden is voorbij, het heeft (schijnbaar) plaatsgevonden maar gebeurt nu NIET MEER en we kunnen er niets aan veranderen. Ons druk maken over het verleden is letterlijk zinloos en zorgt er in veel gevallen alleen maar voor dat we ons nu klote voelen om iets wat nu niet gebeurt en waarover we nu geen controle kunnen hebben.

Vervolgens gebruiken we dat verleden om vast te stellen welke gebeurtenissen we wel en welke we niet opnieuw willen meemaken in de toekomst, en gaan we ons bezighouden met wat we kunnen doen om er voor te zorgen dat er in de toekomst dit

of dat gaat gebeuren en we gaan vooral ons best doen om er voor te zorgen dat zus of zo niet gaat gebeuren.

Maar die toekomst gebeurt nu niet, die toekomst is er nu niet, dus we houden ons opnieuw bezig met- en maken ons opnieuw druk over iets dat niet nu gebeurt en misschien zelfs nooit zal gebeuren en waarover we opnieuw geen enkele controle kunnen hebben.

Voor de goede orde: Als ik het over ‘het verleden’ heb dan heb ik het over alles wat voor dit moment nu hier is gebeurd, dus zo kort als de vorige seconde, en als ik het over ‘de toekomst’ heb, dan heb ik het over alles wat zou kunnen gebeuren na dit moment nu hier, dus vanaf de volgende seconde. Ik heb het dus niet alleen over het mythische grote verleden of de mythische grote toekomst, maar ook gewoon over de vorige en volgende seconde.

Ik merk bij mijzelf dat ik, wanneer ik ’s ochtends opsta, me al bezighoud met wat ik die dag wel of niet ga doen en beslis op dat moment, kijkend naar resultaten uit het verleden, of het een goede of een kut dag gaat worden. Kortom: ik maak me, zodra ik mijn ogen open, al druk over zaken die NIET gebeuren en misschien NOOIT gebeuren. Dat is niet alleen wat ik doe, maar wat vrijwel iedereen doet en dat is compleet gestoord en extreem stupide.

Het enige wat er nu is, is dit moment, waarmee we eveneens niets kunnen doen. We kunnen alleen maar zijn, alleen maar

bestaan, in dat wat er nu schijnbaar is. We kunnen niet weten hoe of wat het is, omdat we alleen van het verleden kunnen weten hoe en wat het in het verleden was. We moeten iets namelijk eerst hebben ervaren, we hebben het eerst moeten meemaken, voor we kunnen beslissen (het is niet eens een ‘weten’) wat iets is geweest.

We kunnen ons alleen bewust zijn van alles wat al voorbij is, van het verleden. Dit moment nu is elk moment weer volslagen onbekend voor iedereen. Niemand weet wat er op dit moment gebeurt of hoe er op te reageren. Er is niemand die weet wat het is, hoe het is, of wat hij of zij er mee aan moet... en toch doen we alsof we controle over de gebeurtenissen of ons leven hebben en doen we alsof we weten waar we mee bezig zijn. Erger nog, we geloven dat we iets kunnen doen om de toekomst naar ons gelieven te vormen; dat is pas echt gestoord.

Dus, als samenvatting: Het verleden is voorbij en de toekomst bestaat (nog) niet, dus het is compleet zinloos om je daarmee bezig te houden of je daarover druk te maken. Verder heeft niemand controle of ooit controle gehad over het leven; niemand weet wat er nu gebeurt en niemand weet hoe er mee om te gaan of wat te doen; letterlijk iedereen doet maar wat. Hoe komisch (of wrang) is dat?

## **RUSTEN IN WAT IS**

‘Rusten in wat is’ is volgens mij het moeilijkste wat er bestaat. Het begint al met dat het klinkt als een mooie New Age bullshit uitspraak die de eerste de beste New Age goeroe met anderhalve verlichtingservaring kan roepen terwijl hij bezig is het geld te tellen dat hij de spirituele zoekers heeft afgetroggeld. Verzet verzekerd!! Althans, hier!

Nee! ‘Rusten in wat is’ is geen spirituele oefening, want een oefening is een actie en dat is niet rusten. Het is ook niet ‘Leven in het NU’, want ‘leven’ impliceert ‘beweging’ en ‘iets doen’ en is niet rusten. ‘Rusten in wat is’ is vergelijkbaar met ‘ik zie wel wat er gebeurt’ en ‘ik merk het wel’. Het houdt in dat je het leven het leven laat zijn en niet ingrijpt in wat er gebeurt. Dit betekent niet dat je niets mag doen, want ‘iets niet mogen doen’ is jezelf ‘iets doen’ ontzeggen en dat is nog steeds een actie en niet rusten.

‘Rusten in wat is’ kun je omschrijven als ‘Zijn’, maar het woord ‘Zijn’ levert een extra probleem op voor ons ego-denksysteem; het begrijpt niet wat ‘Zijn’ is, het begrijpt alleen ‘doen’. Vandaar dat ik ‘Rusten in wat is’ gebruik, omdat ‘Rusten’ het dichtst bij ‘bezig zijn met niets doen’ komt en dat kan het ego-denksysteem heel misschien begrijpen. “IK ga rusten in wat is,” zal het ego-denksysteem ten onrechte denken en het als een actie ervaren, terwijl het dat niet is.

‘Rusten in wat is’, hoe doe je dat? Dat is een goede vraag en levert meteen de reden op waarom het zo moeilijk is. ‘Rusten in wat is’ is niet iets dat je kunt doen, want ‘iets doen’ is een actie, een beweging, en dus niet rusten. ‘Rusten in wat is’ is een gemoedstoestand die je alleen maar kunt trachten toe te laten; waarvoor je open kunt staan, als het ware. Het is een gemoedstoestand waarin je de vorige seconde niet laat meewegen in wat er nu gebeurt en de volgende seconde niet als reden gebruikt om te doen wat je deze seconde nu hier doet.

‘Rusten in wat is’ kun je, om het ego-denksysteem tegemoet te komen, zien als doen wat je doet zonder onderbouwing die je put uit het verleden en zonder verwachting die je projecteert op de toekomst. Kortom — ZIJN! in plaats van DOEN! — maar dat is het moeilijkste wat er bestaat, omdat het ego-denksysteem er letterlijk geen fuck van begrijpt en er niet mee uit de voeten kan. Het ego-denksysteem staat dan letterlijk met lege handen en dat maakt het de beste ‘schijnbare methode’ (een methode die geen methode is) om wakker te worden.

Een belangrijke voetnoot is wel dat je pas kunt ‘Rusten in wat is’ wanneer er geen obstakels meer aanwezig zijn in de denkgeest, en die obstakels verwijder je (in my humble opinion) het makkelijkst middels Autolyse, ondersteund met Zelf-onderzoek.

## **100% VERANTWOORDELIJK MAAR SCHULDIG AAN NIETS**

Wanneer je in de bioscoop zit en naar een film kijkt, of in een theater naar een toneelstuk kijkt, of voor de televisie en een serie volgt en het enige wat je ziet gebeuren is een aantal mensen die vreselijk gelukkig zijn en niets doen omdat ze allemaal één zijn... hoelang denk je dan dat je blijft kijken voor het saai wordt?

Niet lang.

Het is het conflict en drama wat een verhaal in een film, in een toneelstuk of in een serie boeiend maakt. Zonder conflict en drama heb je niet werkelijk een verhaal, omdat een verhaal pas een verhaal is wanneer er op een schijnbare tijdlijn iets gebeurt dat spannend en/of boeiend is... en geluk en harmonie is niet boeiend, niet voor heel lang tenminste.

Zo zit het dus ook met dit leven dat we schijnbaar doorstaan, het leven wat, zoals Shakespeare al vaststelde, een schouwspel is. Dit leven is net als die film, dat toneelstuk of die serie en kan niet al die miljarden jaren voortgaan zonder de input van conflict en drama. Bot gezegd: zonder conflict en drama is er geen leven omdat er dan geen boeiend verhaal is... Adam trouwde met Eva en ze leefden nog lang en gelukkig in absolute harmonie. THE END!! Serieus niet meer dan een korte film van 5 minuten waard.

Het is een illusie om te geloven dat we ooit allemaal gelukkig in harmonie zouden kunnen samenleven als één, omdat dit leven een verhaal is dat zich schijnbaar afspeelt op een schijnbare tijdlijn, en er kan alleen iets gebeuren wanneer er conflict en drama is. Dit verhaal op aarde moet ook nog eens miljarden en miljarden jaren voortmodderen zonder saai te worden, dus de conflicten en het drama moeten jaar na jaar worden opgevoerd en extremer worden, net als in een goede soapserie.

Het is noodzakelijk voor de voortgang van het verhaal op aarde, de droomstaat, dat wij als mensen recht tegenover elkaar staan en elkaar bij tijd en wijlen de hersens inslaan. We moeten stelen, vreemdgaan, liegen en bedriegen zodat andere karakters in het verhaal de held kunnen spelen in de rol van “goede fatsoenlijke mensen”. Er moeten mensen en dieren doodgaan, de planeet moet dreigen te vergaan en aan de andere kant moeten we blijven hopen op een betere toekomst aan de hand van minuscule succesverhaaltjes.

Jed McKenna heeft ooit gezegd dat wij, als dat wat we werkelijk in absolute Waarheid zijn, 100% verantwoordelijk zijn voor alles en schuldig aan niets. Het heeft een tijdje geduurd voordat ik dit kon behappen, maar het is te verklaren aan de hand van de vergelijking met een film zoals wij die op het filmdoek in de bioscoop waarnemen en ervaren.

Wat wij werkelijk in absolute Waarheid zijn is ‘Dat wat is’ dat zich op aarde in het universum uit als ‘dat wat schijnbaar

lijkt te gebeuren, maar niet echt'. Ten opzichte van de vergelijking met een film, zijn wij, als 'Dat wat is' de scriptschrijver, regisseur, toeschouwer en acteur in één... en daar, vlak voor de neus van de acteur, houdt de absolute Waarheid op. Op dat punt, vlak voor zijn neus van de acteur, is waar, volgens Zen, de poortloze poort zich bevindt.

Voorbij de acteur begint de droomstaat, de film. De acteur speelt het personage—in mijn geval: Frits de Geweldige Droomvernietiger—die zijn schijnbare leven leeft in een wereld vol conflict en drama, met af en toe wat liefde, geluk en harmonie. Kortom: DE FILM! In die film zijn wij niet allemaal één en zal er nooit alleen maar geluk en harmonie kunnen bestaan. Maar die film is slechts een film; het is niet waar; het is een verzonnen verhaal en het is nooit werkelijk gebeurt.

Terug naar de opmerking van Jed McKenna: iedereen is 100% verantwoordelijk voor alles maar schuldig aan niets. Die 100% verantwoordelijkheid hebben we omdat wij allemaal die ene scriptschrijver/regisseur/toeschouwer/acteur zijn die 100% verantwoordelijk is voor de creatie, de uitvoering en het ervaren van het verhaal, maar we zijn binnen het verhaal nergens schuldig aan, omdat het slechts een verhaal is; niet echt waar en dus nooit werkelijk gebeurd.

Bovendien zijn wij niet het personage, het lichaam, dat we denken te zijn, dat is slechts de rol die we spelen en waarvan we vergeten zijn dat we het spelen. Daar is niets mis mee, dat moet

zo zijn, anders is het niet spannend. Conflict is geen conflict en drama is geen drama als we ons voortdurend herinneren dat het gespeeld is, dat lijkt me logisch. Niettemin kun je wanneer je wakker wordt en herinnert dat je in een bioscoop zit en naar een film kijkt (Plato's Grot), niet letterlijk maar wel figuurlijk 'zien' dat je alleen maar de scriptschrijver, regisseur, toeschouwer *en* acteur bent... 100% verantwoordelijk maar schuldig aan niets.

# 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)