

ECHTE LIEFDE IS STILTE-ZIJN

De bron van ons werkelijke zelf kan zomaar gezien worden als de gedachten van het ego niet meer voor waar worden aangenomen. Dan wordt achter het persoonsgebonden denken één onpersoonlijk Zijn herkend. “Liefde is de herkenning van het Stilte-zijn dat ik ben en deel met ieder ander. Je kunt het niemand geven, noch kun je het ontvangen. Je kunt alleen maar herkennen dat je het al bent.”

TEKST JAN VAN DELDEN

Jan van Delden (1951) kwam eind jaren zeventig in aanraking met zijn leraar, Wolter Keers. Deze leerde hem de betekenis van de onpersoonlijke liefde en de manier waarop die gedeeld kan worden. Na de dood van Keers trok Jan zich terug in Zuid-Frankrijk. Tien jaar later begon hij lezingen te geven, zowel in Frankrijk als in Nederland. Jan schreef drie boeken, die alle drie verschenen bij uitgeverij Samsara: *Terug van nooit weggeweest* (2003), *Zelfrealisatie, is dit nu alles?* (2007) en *Vele wegen, één thuis* (2013). www.ods.nl/la-rousselle

Met Stilte bedoel ik niet het woord stilte, want geen enkel woord kan iets zeggen over ons zichzelf kennende Zijn dat ook Stilte is. Het is aanwezig achter de aangeleerde woorden, de labels, waar ons eigenste zelf zit. Simpel kan waarheid niet zijn. Het persoonlijke stemmetje in ons zegt dat je daar alleen bent, maar het is ons Zijn zelf dat die gedachte kent. Inzien of aanvaarden dat we nu al thuis zijn, onpersoonlijk en ongedefinieerd, is het directe pad naar nergens heen hoeven. Ons Zijn is niet aan verandering onderhevig en heeft tijd noch vorm nodig om zichzelf bewust te zijn.

Ons Stilte-zijn draagt de geluiden en alle andere ervaringen die komen en gaan. De aandacht bij de aandacht van ons onveranderlijke Stilte-zijn houden, helpt om langskomende denkproblemen te omzeilen en het onveranderlijke in ons vast te houden. De droomkracht waarmee het egodenken allerlei ervaringen maakt en gedachten verbeeldt, schotelt ons steeds drama's voor alsof ze echt zijn. Ook al blijft deze droomkracht ons die drama's voorschotelen, de uitnodiging is die niet meer serieus te nemen.

De lievelingslijst van ons egodenken

Waarheid zien is overal 'thuis zijn' zien, omdat al die ego-woorden verwijzingen - labels - zijn naar wat we werkelijk zijn: 'bewust-gewaar-zijn', maar ook 'stilte-zijn', 'kennen-zijn', 'hier en nu-zijn', en 'aandacht-zijn'. Elk woord of label wordt gekend in ons Zijn, dat aan alles voorafgaat, aan al het gebrul en gekakel. Ons Zijn is wat het is, de rest geeft

niets anders dan gedachten over verschillende kenmerken van ons Zijn weer.

Vanuit onze innerlijke stilteplek, waar we altijd zijn, neem je alles moeiteloos waar: het geluid van een vogeltje, populieren in de verte, de waaktoestand, de droomtoestand en de afwezigheid van die toestanden. Als je dat beseft, zie je dat je dat ongedefinieerde eeuwige Zijn bent dat zichzelf kent, en dat er niets anders dan dat Zijn in ons bestaat. Het is oneindig, onvoorstelbaar. Als er in dat stille Zijn een gedachte opkomt, zie je die gewoon komen en gaan en blijf je als dat Zijn onveranderd, onbewogen. Meer gebeurt er niet, meer gebeurt er nooit. Er is geen wereld, er zijn geen lichamen, er is geen gedefinieerde doener binnen ons Zijn, alleen een getuige-zijn dat alle gedachten erover kent. Doordat ik bij mijn leraar Wolter Keers heb mogen ontdekken dat de heerlijkheid van de Stilte, van het gewoon er zijn, onze diepste kern vormt, was het zien op zich niet in één keer genezen. Gedachten leken ongestoord door te gaan met vragen, problemen en andere dingen projecteren. Ik geloofde de gedachte nog dat ik nog iets aan de gedachten die langskomen moest veranderen, dat je je egoneigingen en de waarneming van de drie toestanden (waken, dromen en diepe slaap) helemaal kwijt moest zien te raken. Ik kon de Stilte in de praktijk van het dagelijks leven nog steeds niet echt vertrouwen, hoe indringend ik er ook via Wolter kennis mee had gemaakt en daarmee mijn waandromen had doorzien en tot uitsluitend het Kennen ervan had teruggebracht. →





VANUIT ONZE INNERLIJKE STILTEPLEK, WAAR WE ALTIJD ZIJN, NEEM JE ALLES MOEITeloos WAAR: HET GELUID VAN EEN VOGELTJE, POPULIEREN IN DE VERTE, DE WAAKTOESTAND, DE DROOMTOESTAND EN DE AFWEZIGHEID VAN DIE TOESTANDEN. ALS JE DAT BESEFT, ZIE JE DAT JE DAT

Echte liefde is Stilte-zijn en heeft niets nodig en hoeft ook niets los te laten om dat te zijn. Het gaat er niet om die stilte te bereiken, maar om het onveranderlijke in jezelf te aanvaarden en je te realiseren dat je daar al bent. Dan houdt het zoeken op en kan je stilheid verankeren. Voorbij lichaam, gedachten en droomtoestanden lost elk idee van afgescheiden zijn op en zie je de heerlijkheid van het delen van je eigen, onpersoonlijke, ene Zijn, want 'alleen zijn' is een persoonlijke gedachte en interpretatie, geen feit. Het egodenken in ons zal dat nooit toegeven en proberen je volledig in beslag te blijven nemen met een stroom van onoplosbare problemen. Dat is de lievelingslist van ons egodenken. Maar bij al die afleidingsmanoeuvres moet de vraag gesteld worden (de enige die nooit wordt gesteld): 'Wat in ons ziet en kent dat denken?' Wat we allemaal uiteindelijk gaan zien, is dat het slechts gedachten zijn die suggereren dat er problemen zijn, terwijl je Stilte-zijn ze onveranderlijk en onbeïnvloedbaar kent, welke vorm ze ook aannemen.

Door jezelf uit te nodigen bewust geen aandacht meer te besteden aan die afleidingsmanoeuvres van het egodenken en het stille kennende zijn in je aandacht te leren houden door de heerlijkheid ervan te herkennen, valt 'er iets voor moeten doen' vanzelf weg. Je kunt gedachten pas echt leren passeren door te ervaren dat je Stilte-zijn altijd dicht bij je ligt dan de inhoud van je gedachten, en zo in te zien dat die kennende Stilte sneller schiet dan je schaduwen beweren. Zo kun je alles, ook dood en twijfels en de bijbehorende angsten die langskomen en suggereren dat je schuldig bent, doorzien. Zodra ons 'kennen-zijn van gedachten' herkend wordt, ervaart de Stilte zichzelf al vóór elke bewering die het denken kan doen. Dat heerlijke en lieflijke Zijn is onze grootste gemene deler en onze kleinste gemene eenvoud, wat je ook ooit denkt gedaan of gelaten te hebben en wat je ook van plan bent te gaan doen. Dat is allemaal slechts gelul over gebakken lucht. Die droomgedachten vertellen een verhaal waarin we altijd al in het gekende, de wereld der verschijnselen, geïnvesteerd hebben en niets ervan kunnen opofferen, omdat we dan het leven verliezen; dat het verleden toch echt het nu veroorzaakt heeft en dat we dat echt nooit los kunnen laten.

Ontoorlogen

Stap dus figuurlijk uit alle egogedachten, neem ze niet meer voor waar aan, door de bron in jezelf te erkennen: je simpele Kennen-zijn van dit moment, het eeuwige Nu-zijn zelf. Wat de droombeelden van het denken ook blijven beweren, je aandacht geven aan het feit dat je Stilte en Vrijheid bent, is de investering die wederopstanding mogelijk maakt. Ons onzichtbare Kennen-zijn, eenmaal genezen van lichaam en denken, gonst en bonst dan als een fontein van stilte. Laat het egodenken, dat beweert het gekende te zijn, zijn gang maar gaan, want uiteindelijk is het niet meer dan een bundel gedachten die je droomt. Je zocht per ongeluk naar geluk binnen de droom, binnen de leugen, en je wenst

niet uit je zelfbedachte nachtmerrie te stappen. Daarom moet de droomkracht zelf naar de waarheid in ons willen komen. Je kunt de waarheid, ons stille, zichzelf kennende Zijn, nooit naar de droom der ervaringen brengen. Dat kan eenvoudig niet, net zoals je het filmdoek niet naar de film kunt brengen.

Deze ingang naar Stilte-zijn toelaten, is je realiseren dat de hele persoonlijke film door ons onpersoonlijke Zijn gekend en gemaakt werd, dat de aan- of afwezigheid van filmbeelden niets verandert aan ons Zijn en dat dat dus zelf het filmscherm is. Daarom probeert zelfs God dat niet eens aan ons uit te leggen. Die wacht liefdevol en geduldig tot we zelf vragen of het dromen maken en het geloven in die dromen mag ophouden.

Wanneer je, nog verstrikt in wanen, ons Kennen-zijn naar illusies probeert te brengen, probeer je illusies werkelijkheid te verlenen. Maar door de illusies aan de waarheid in ons te geven, bied je de waarheid de gelegenheid ons te genezen, door ons te leren dat die illusies onwerkelijk zijn. Daarmee geef je jezelf de mogelijkheid eraan te ontsnappen.

Vanuit dat nieuwe standpunt van ons onpersoonlijke Kennen-zijn ga je naar alles kijken wat in het leven aan ergernissen en oordelen langskomt, bijvoorbeeld naar alle projecties waarin je anderen de schuld geeft en eist dat ze veranderen. Op die manier zag ik tot mijn verbazing dat alle gedachten die anderen hadden ook in mijzelf zaten. Dat kijken naar die waanbeelden vanuit Stilte-zijn noem ik 'ontoorlogen'. Dingen verliezen hun negatieve of positieve lading zodra je inziet dat ze in jezelf zitten en uit je eigen gedachten bestaan. Maar dat gaat niet altijd makkelijk, want het ego projecteert om voort te bestaan een slagveld waarin maar één kant op wordt gekeken en waarin anderen als schuldig worden gezien. In alles zit een oordeel: goed/slecht, schuldig/onschuldig, mooi/lelijk. Na het terugvinden van de innerlijke droomoorzaak dacht ik dat ik me makkelijk aan ieder oordeel kon onttrekken, maar dat lukte me niet op eigen kracht. Ik kreeg niet de hele plaat schoongepoetst. Ik zag dat er een oordeel verborgen zat in elke interactie. Ik zag zoveel kleingeestige dingen, blinde vlekken die ik nooit bij mezelf, maar wel bij anderen had gezien, dat ik er wanhopig van werd. In mijn rol als Jan dacht ik altijd een heel sociaal persoon te zijn, maar dat bleek helemaal niet waar te zijn. Ik had allang gezien dat ik nooit Jan geweest was, maar ik had de blinde vlekken van sommige illusies over mezelf en anderen niet herkend, was ze toch voor waar blijven aannemen, en zo voedde ik met die oordelen nog het ego. Het sneller schieten had ik niet in alle situaties in praktijk weten te brengen, dus waren herhaling en de wil tot leren nodig om het niet met en vanuit Jan te doen. Het inzicht had in het begin nog geen enkele kracht in het dagelijks leven. Er was botweg genade nodig om hulp te durven vragen, om de overgave ook aan Mezelf te vragen.

Ramana Maharshi schreeuwde in wanhoop: "Verslind mij!" Daarmee vroeg hij eigenlijk: laat me ophouden dromen te maken en die te geloven. Die overgave bracht hem de schat: het zien dat we in het eeuwige Zijn als persoon, als lichaam, verdwenen zijn.

Heerlijke moeiteloosheid

Maar is ons zichzelf kennende Zijn in dat verdwenen-zijn aanwezig? Ja, als Stilte! Ons pure er-zijn, aanwezig-zijn, is altijd vrij - vrij van de waaktoestand, vrij van de droomtoestand en vrij van de diepe slaap. Je blijkt geen onderdeelje van de manifestatie te zijn, en toch ben je niet verloren. Want je was nooit een gedachte, een plaatje, een lichaam, iets gekends. Je was altijd alleen maar Aanwezigheid, zonder naam, vorm of tijd.

Wat we zijn is ongeboren, onsterfelijk; Stilte die haar eigen heerlijkheid als haar Zijn kent.

Wat we zijn is volledigheid en heelheid zonder meer. Daarin kunnen we ons ervan bewust worden dat we onszelf kwijt lijken te zijn geraakt aan de droom die we zelf aan de hand van gedachten gecreëerd hebben. Overgave aan de 'heelheid zonder meer' kan erg pijnlijk lijken te zijn in de droom, maar dat maakt slechts onderdeel uit van de droom en is dus niet waar. "Blijf daarom niet in de pijn," zei Ramana.

Realiseer je dus dat ons Kennen-zijn van de droombeelden zelf nooit in die pijn was en ook nu niet is. Geloof op dit moment het hele verhaal over jezelf als persoon niet. Geloof niets van wat er in je gedachten allemaal lijkt te zijn gebeurd of lijkt te gaan gebeuren. Blijf bij de heerlijke moeiteloosheid van ons vormloos en tijdloos zijn, dat stille Kennen van dit moment, en laat die langskomende gedachten van een zelf als persoon maar gewoon lachen en huilen als een marionet. Zelf zit je altijd achter die poppenkast, vormloos en objectloos, en als het kracht krijgt, als geluk en liefde. "Kom hier, bij dat simpele zijn als het geluk zelf!" Louter zijn en met de Stilte versmelten, is bewust je aandacht richten op ons zichzelf kennende thuis-zijn en dat eenvoudig delen met iedereen die achter dat persoonlijke denken één onpersoonlijk Zijn weet. Daarin kun je het idee van de realiteit van het persoonlijke bestaan kwijtraken en daardoor zien dat iedereen onschuldig is. De plek waar niemand weet wat 'ik' is, is de vredige Stilteplek waar ons Zijn nooit vandaan kan gaan.

De bundel gedachten, het verhaal van zonet of zo dadelijk, is het enige wat we moeten leren doorzien en vanuit ons Zijn van dit moment weer moeten willen kennen en aandacht geven, in plaats van aandacht te geven aan je fictieve bestaan als persoon, waarin je altijd koortsachtig op zoek bent naar lotgenoten. Dat noem ik het passeren van de sirenes.

Als je de simpele schat van Stilte-zijn als door een wonder mag hervinden, moet je nog leren dat waakvlammetje te bewaken te midden van het hele 'lul-maar-raak'-spektakel dat zich af lijkt te spelen in ons Zijn. Dat notie →

DINGEN VERLIEZEN HUN NEGATIEVE OF POSITIEVE LADING ZODRA JE INZIET DAT ZE IN JEZELF ZITTEN EN UIT JE EIGEN GEDACHTEN BESTAAN

nemen van ons Zijn en vrede stichten met de rede, kan niemand anders voor je doen. Het komt op jou, en jou alleen, aan!

Helledromen

Maak er alsjeblieft geen strenge stem van een straffende God van, iets wat binnen of buiten je spreekt en zegt: 'Opletten jongen, dat is nog dualiteit' of 'Dat is vies, slecht, zondig', etc. Anders ben je zo weer de vrijheid van dat heerlijke simpele Stilte-zijn kwijt en ga je die in waangedachten weer terug proberen te vinden. Gedachten die uitgaan van verschillen, beschouwen de Stilte, het Eeuwig Geluk-zijn, slechts als een idee. Dat is niet het delen van de liefde die we nu zijn, maar toekomstdenken dat oordelend in termen van genot en pijn de dood voorspelt. Gelukkig zijn zij die nu weten dat al dat verleden- en toekomstdenken nu wordt gekend en dus al weg is, want alles lost op in ons Kennen-zijn. Al die gedachten veranderen ons Kennen-zijn nooit, maar kunnen je wel de denkbeeldige beleving van helledromen geven. Gelukkig zijn ook dat maar wanen die niet in staat zijn ons Kennen-zijn zelf te veranderen. Liefde is de herkenning van het Stilte-zijn dat ik ben en deel met ieder ander. Je kunt het niemand geven, noch kun je het ontvangen. Je kunt alleen maar herkennen dat je het al bent. Dan is er een wonder gebeurd voorbij elk dialoog. Waar we naar verlangen is het hardste stilheidsgeluid; waar we naar verlangen zingt ons voortdurend toe, maar herkennen we niet als zodanig. Alles wat we voelen, denken, aanraken, is de stille stem der Liefde die ons toeroept alles los te laten en gewoon in alle rust te verblijven in wat ons Zijn is.

Die Stilte is een vriend die altijd je hand vasthoudt en je nooit verraadt. Ga alsjeblieft niet zoeken naar wie dit voor het eerst beweerd of gezegd heeft. Dat is waarheid toekennen aan verledendenken. Wel kun je je er gewoon bewust van zijn dat wat het verledendenken je vertelt allemaal niet waar is.

Dat bewustzijn is één universeel zijnservaren. Het wordt ongedefinieerd ervaren door een Zijn dat één en toch veelvoudig is. Daarin zit de ogenschijnlijke mogelijkheid dat ene Zijn te delen. Maar ons egodenken is zo ontzettend slim en getraind dat het er ogenblikkelijk labels en vormen op projecteert. We zijn zo ziekelijk gewend onmiddellijk te zeggen: 'Dit is van mij en van mij alleen.' Maar zodra je herkent dat je het lichaam niet bent, zie je ook onmiddellijk dat dat evenzeer geldt voor datgene wat als vorm aanwezig lijkt als de ander. Innerlijk zeg je dan onmiddellijk en vanzelf: 'Ik heb jou lief als mijzelf.' Het ego geeft voor de droompersoonlijkheid, die maar een fractie van de denkwaan uitmaakt, het universele geheel op. Dat droomdenken maakt zichzelf wijs dat je de hele wereld kunnen bezitten.

Laat in ons het zachte ruisen van de vredesvleugels de overhand krijgen en vanuit de Stilte het droomdenken als een aandoenlijke waan doorzien worden. Dat kan je leidraad zijn om terug te keren naar God en te zien dat je Zijn Hem die naamloos is nooit verlaten heeft. Als je God nooit verlaten hebt, hoeft je hem slechts waar te nemen om te begrijpen dat de afscheiding nooit heeft plaatsgevonden. Maar dat vergt wel een grote bereidheid om je Stilte-zijn als heerlijkheid te blijven zien waar de hel zijn droomverflag lijkt te prediken. ←