

## Over bewustzijnsverandering

Zodra je het verlangen naar het uiteindelijke wilt inlossen en je probeert door afzondering en meditatie er dichterbij te komen, zul je daarbij (meestal onbewust) je lichaam, adem en energie ook willen beheersen en sturen. Die vermenging van verlangen en willen beheersen in de verschillende yoga's, meditatiewijzen en religieuze praktijken, maakt het moeilijk te beseffen wáár je mee bezig bent.

Toch is het van levensbelang te beseffen hoe je er mee bezig bent, anders verspil je kostbare energie, die je om niet krijgt, aan een zaak die dat niet waard is.

De oerenergie kan op allerlei manieren getransformeerd worden.

De wijze van transformatie bepaalt de soort en kwaliteit van energie die ter beschikking komt.

De energie langs en door de centra is een andere energie dan die een spier beweegt, hoewel ze verwant zijn.

De beweging van een spier is tast- en zichtbaar.

Het stromen van energie niet.

De energie-oefeningen die je lichaam beter kunnen afstemmen op het transformatiewerk zijn nog geen hogere ontwikkeling, al zal een harmonisch afgestemd energielichaam een bewustzijnstransformatie vergemakkelijken.

Maar de staat van het energielichaam en het bijbehorende levensgevoel doen je het verband tussen je denken, voelen en doen en je wijze van ervaren niet beseffen, laat staan dat je de urgentie voelt van een mutatie van het bewustzijn.

Wel zal een vitaal energielichaam minder gauw teleurgesteld of bezorgd of geërgerd zijn.

Verliefden lijken onuitputtelijke energie te hebben (zijn zich tijdelijk meer bewust van de ander dan van zichzelf).

Er komt blijkbaar energie vrij doordat tijdelijk geen energie aan zelfbevestiging, verovering en verdediging wordt verspild, al zal t.z.t. wel de nieuwe twee-eenheid worden verdedigd, waarmee je tot de oude verspilling terugkeert!

Het gaat er dus om niet opgeslokt te worden door ik-activiteit van de geest.

Die tijdelijke staat *overkomt* verliefden. Ze hebben er niets voor gedaan.

Ergo, je kunt er niet voor oefenen!

### TERUG NAAR AF

Een verandering in het bewustzijn en daarmee een nieuwe wijze van ervaren, kan alleen door inzicht in het gehele proces van de ik-activiteit op gang komen. Dus niet door de door *ikwil* gestuurde activiteiten als vasten, onthechten, mediteren, bidden of yoga beoefenen.

Alleen vrijwillige belangenloze aandacht voor alles, binnen en buiten je, helpt.

Belangenloze aandacht!?!....

Een aandacht zonder het dringende bijmotief dat het 'iets' zal zijn, alleen pure belangstelling voor

wat gaande is, zonder verwachting, voorstelling of verlangen.  
De aandacht van de stille geest.

De stille geest heeft onbeperkte energie vanuit het geheel, waarvan het een accent is.  
Hij zet die in, als het nodig is, op het moment zelf, niet ervoor en niet erna.  
Niet gehinderd door oordeel of mening van de vergankelijke mens, die je blijft.

De stille geest is geen stil gemaakte, verdeelde geest.  
Vaak probeer je de verdeelde geest stil te maken.  
Daar kun je jaren mee doorgaan tot je merkt dat je jezelf voor de gek houdt.

De stille geest kan niet herinnerd worden omdat hij geen ervaring is.  
Wat je je herinnert is een toestand waarin alles tegelijk aanwezig was, onderscheiden maar niet  
gescheiden. Een geheim dat geheim blijft.

10-12-1994