

## Ergens bij stilstaan zonder erover te denken

**Gisteren hebben we met elkaar vrijwel het hele gebied in kaart gebracht waar het in de meditatie om gaat.**

**Je zou zeggen, dan hadden we gisteren wel op kunnen houden, dan gaan we naar huis en gaan verder.**

**Maar het blijkt dat het niet zo werkt, en dat je er veel over moet horen.**

**Ik heb het in de introductietekst voor deze vierdaagse gehad over 'hetzelfde'. En het gaat ook altijd over hetzelfde. Maar 'hetzelfde' wat wij in ons hoofd hebben, zoals wij het zien en voelen, is inderdaad iets wat niet beweegt. Ik heb daarbij gezegd dat de herinnering aan een ervaring onbeweeglijk is en dood. Maar de ervaring zelf was niet dood, die was in beweging – geen seconde is hetzelfde in het heelal.**

Dat is het uitgangspunt: *geen seconde is hetzelfde in het heelal*. Maar ons bewustzijn is te traag om dat op te merken. Het houdt vast aan die momentopname, en slaat dat moment op. Dat betekent dat je iets wat beweegt, bevriest.

Daar komt ons gevoel vandaan van: 'als je dát beleefd hebt dan ziet het er zó uit.' We zijn ons niet bewust dat het op het moment van de ervaring al aan het veranderen is.

Krishnamurti heeft dat heel mooi uitgedrukt: "Je moet altijd weer sterven aan het moment waarin je leeft."

Doe je dat niet, dan sla je het op – een computer kan niet anders, die moet opslaan, of je moet het wissen.

Wij zijn in staat om aan de lopende band op te slaan wat beweegt, wat leeft, wat een rivier is – daartoe zijn we in staat, met het bewustzijn dat we hebben.

Het gaat erom dat we ons hier bewust van worden. Dat betekent niet dat het daarmee veranderd is, natuurlijk niet. Ons bewustzijn is gevormd door de evolutie van de mensheid en is heel oud. Maar de vraag is: *wat heeft de evolutie gevormd?* Dat is het grote onbegrijpelijke mysterie dat voortgaat alles in gang te houden, te vernieuwen en ook te laten sterven.

Dat laatste is een beetje akelig, dat willen we niet weten, *maar dat is een feit, het laat het ook sterven!*

Wij hebben een heleboel heisa bij het sterven, dat is altijd iets verschrikkelijks – terwijl het heel vaak een grote bevrijding is voor degene die sterft. Maar de omstanders laten dat niet toe, die zeggen: "... blijf hier, blijf hier, blijf hier! Je leven verlengen!"

En dat werkt natuurlijk, degene die sterft is niet vrij om te sterven, die wordt tegengehouden. En als de stervende een geloof heeft, dan heb je nog het oordeel, dan sta je terecht. Dat is echte grote *quatsch!*

Waar het om gaat is dat je op dat indrukwekkende moment dat je lichaam niet verder kan, totaal beleefd hoe het is om over te gaan van deze tijdelijk wereld waarin we leven omdat we een lichaam hebben, naar die tijdloze grote vrede waarin alle leed vervat is. Leed is dan niet weg, maar het is opgenomen, opgenomen in dat alles omvattende wat maakt dat het leed z'n eigenlijke plaats krijgt: dat het leed nodig is om tot bewustzijn te komen.

Het is een hele kinderlijke opvatting dat het leed er maar niet moest zijn. Dan zou er geen enkele vooruitgang zijn, absoluut niets. Het leed is nodig om ons een kans te geven ons bewust te worden van het totaal waarin het leed z'n plaats heeft, waarin het niet slecht is.

Wij kijken van buitenaf tegen het leed aan en dan is het vreselijk – het is ook vreselijk, omdat wij het als zodanig *beleven*. Je ziet het dagelijks op de buis, en dat komt door de beleving van de mensen die het ondergaan. Er is altijd een punt ...

Ik geloof dat het in mijn boek beschreven is, die Jood die gemarteld werd, hij raakt los en overziet opeens de hele situatie, overziet dat zijn beul een heel zielig, klein lichaam, een kleine werkelijkheid is, een kleine ziel in een vet lichaam. En hij ziet de beul in paniek raken: ... die man is dood, die man is er niet meer, dat mag niet gebeuren! – want hij is gehouden om wel te martelen maar niet dood te maken – en hem smeken: *kom terug, kom terug!*

En uiteindelijk keert hij terug in zijn lichaam. Die beul is zo blij ... Een ontzettend drama eigenlijk, van twee totaal verschillende gradaties van bewustzijn.

Dat is het eigenlijke drama, het drama van niet buiten je beperkte bewustzijn te kunnen treden wat door de evolutie gevormd is en wat nu natuurlijk in onze maatschappij verder gevormd wordt.

Maar wat *eigenlijk gebeurt* ontgaat ons. En daarom is het nodig dat we mediteren, dat we hier bij stilstaan – niet door er over te gaan denken, hierover nadenken is verspilde energie.

Dat is heel moeilijk, *stilstaan bij iets zonder erover te denken*. Het laten staan, je weet het niet. En op geen enkele manier beïnvloed je het zó dat je toch weer terug bent bij je tijdelijke werkelijkheid.

Stilstaan bij iets zonder erover te denken, daar gaat het om. Niets weten, alleen de grote vraag staat voor je. En die vraag die voor je staat... dat is de hele mensheid die zichzelf ziet. Daarin, in dat erbij stilstaan zonder gedachten, kan er iets gebeuren – ik zeg *kán*, het is helemaal niet gezegd dat er iets gebeurt. Maar het is mogelijk – en dat is een genade – dat je een moment plotseling beseft wie je bent.

Je bent natuurlijk dit lichaam met alles wat eraan vastzit, met alle afspraken, met alle bezittingen, met alle leed, *dat is er nog altijd*. Maar je merkt dat dat tijdelijke jou niet meer vasthoudt, dat je even – misschien zijn het maar een paar seconden, dat weet je later nooit, het is zo'n ongelofelijke ervaring dat het niet in de tijd is uit te drukken – dat je even weet dat datgene wat je eigenlijk bent niet sterft. Dat gaat altijd door, bij alle mensen – alleen: onbewust. En daar zit het in.

Meditatie kan daarbij, als het goed is, een hulp zijn. Je laat je niet voor de gek houden, door niemand, door welk heilig boek ook, nee, niets! *Jij* staat ervoor, jij, alleen. Niet met je vrouw, niet met je vriendin, niet met je liefde, helemaal niet. *Alleen*. En een moment later ben je weer terug in de hele baaierd van bekende dingen. *Maar, je weet dus wel voorgoed dat alles wat je kent niet 'Het' is*. En dat is een heel verschil. Dan laat je ook niet meer vragen toe van: 'ja maar ...' Want 'ja maar' is te laat, dat is in de tijd. En dit is niet van de tijd ... Daarom is natuurlijk de fase voordat zo'n ervaring tot je kan komen ... stil, er zijn geen woorden meer.

Als zodanig ben ik natuurlijk een sjacheraar, want ik gebruik woorden. Maar ik kan niet anders, ik heb niet het formaat dat ik door hier te zitten het jullie mogelijk maak te ervaren. Ik gebruik woorden. Maar die woorden kunnen je toch helpen te gaan beseffen waar het om gaat. De hele geschiedenis van de mensheid, alles wat in woorden te vangen is, gaat uiteindelijk hierover – heel wat boeken inclusief, ook al drukken ze het anders uit.

En het is geen rechte lijn ... Ik heb leerlingen die in een contemplatieve orde zijn gegaan omdat ze zich helemaal wilden wijden aan God. Af en toe krijg ik daar een bericht van. En ik merk hoe ze vastlopen, langzaam lopen ze vast. *Want er is geen rechte lijn naartoe!* Als je je verbeeldt dat je een rechte lijn moet gaan, loop je vast, dat gaat niet. Alle ceremonies, alle omhaal – het helpt niet. Dat komt omdat wij in wezen mens zijn. En een mens is in wezen oneindig – alleen weet hij het nog niet.

Dat is de weg, de taoïstische opvatting van de weg. Iedereen kan op weg gaan, het heeft helemaal niet met je bagage te maken, je kunt hoogleraar zijn, dokter, ingenieur, professor of weet ik wat, en je kunt een eenvoudige handwerksman zijn. Dat is voor *dit* precies hetzelfde. Zeer waarschijnlijk heeft de geleerde grotere moeite dan de eenvoudige handwerksman, omdat hij zoveel weet. Dat vertelt ook de hele chassidische geschiedenis, het draait om genade. En die kun je niet afdwingen, daar kun je niet naartoe werken – dat is voor ons héél erg

akelig. Je kunt je alleen bewustworden, van elke handeling. Zodra je dat probeert: je bewust te worden van elke handeling, merk je hoe verstrooid je bent. En dat je als het even moeilijk is al een antwoord weet – wat natuurlijk helemaal geen antwoord is, dat kan het niet zijn, *een echt antwoord ontstaat op het moment*, dat kun je niet paraat hebben. Wat je paraat hebt is dood, is verleden tijd.

- *Vraag*: Ik betrap mezelf erop dat ik toch steeds graag wil 'groeien'.

- *Maarten*: Je bedoelt eigenlijk dat je zou willen groeien in bewustzijn. Ik heb het er al over gehad, je kunt stilstaan bij hoe je bent en er dan niet over denken. Je bent gevormd door de evolutie van de mensheid, die zich in de verschillende volken en situaties op aarde net iets anders voordoet, maar in wezen overal hetzelfde is. Daar ben je van, en daarin heb je je voldoening en je teleurstelling. Dat is zoals het is. De enige manier om daar echt iets in te veranderen, is dat je dat hele niveau van de evolutie verlaat. En weer, dat kun je niet willen, maar je kunt je daarin wel steeds verder verdiepen. Een leraar is er alleen maar om te zeggen: doe dat nou maar, verdiep je nou maar ... Dat is het enige wat hij kan doen, en dat is heel weinig. Dan kun je zeggen: dat heb ik nu al zo *vaak* van je gehoord, en ik geloof dat dat werkelijk is, maar als ik thuis zit, twijfel ik.

Dan zeg ik: dat is héél gewoon, je moet het *eindeloos* horen – aangenomen dat je die mens die denkt dat hij een leraar is, vertrouwt. Uiteindelijk is alles een kwestie van vertrouwen. Maar als je hem vertrouwt, dan nog moet je het eindeloos horen. Want terwijl ik praat en jij antwoordt, terwijl we in dialoog zijn, *gebeurt* er iets. En daar hebben we geen van beiden vat op. Dat wat er gebeurt is genade. Dat moet blijkbaar *eindeloos* gebeuren, altijd weer opnieuw. Totdat jijzelf op een dag zegt: "Oh ... ja!" En dan sta je stil zonder te denken, en kan het gebeuren. ... Steeds meer te kunnen beseffen, steeds meer stil te staan bij die vraag ...

Dan is het heel begrijpelijk dat er kloosters zijn ontstaan. Ze zijn ontstaan omdat men op een bepaald moment behoefte had niet afgeleid te worden door alles wat nodig is om in leven te blijven. En ze ontstonden bovendien in een tijd dat ze tevens centrum waren van kennis. Maar uiteindelijk ben je je eigen klooster. En je trekt je niet uit de maatschappij terug, je blijft er midden instaan, jij bent er een uitdrukking van. Maar je staat er op een andere manier in. Dat is de weg, voor ons allemaal.

Mensen hebben ontdekt dat hun kennis hen eindeloos in de weg staat. Ook wij zijn in die situatie, we zijn niet allemaal handwerksman. Maar daar gaat het niet om. Waar het om gaat is hoe jij erin staat, met jouw gegevens, met jouw mogelijkheden en onmogelijkheden; en je daarbij niet blindstaart op je onmogelijkheden. Dat je aanvaardt: ‘... ja, zo zit ik in elkaar, dat is blijkbaar mijn lot.’

Dat is niet zo eenvoudig, inzien dat je een lot hebt. En dat het lot niet zinloos is, dat jij blijkbaar die mens bent die dat lot heeft. Kun je dat lot aanvaarden zoals het is? Zonder daarover andere mensen lastig te vallen ...

Ik merk het aan mezelf, telkens valt er weer een of andere functie uit en daar zit ik dan weer over te jeremiëren. Dat is afschuwelijk!

We zijn allemaal voorlopig – en dat is moeilijk voor ons. Kun je die voorlopigheid in zijn volheid aanvaarden? Want *in* die voorlopigheid, in dat hele gewone leven, is het grote mysterie verborgen. Als je dat gaat ontdekken ... Hoe dat loopt, weet ik niet ...

Mensen zeggen tegen me:

“Ja, jij weet alles van het sterven, hè.”

Ben je nou helemaal gek, ik weet er geen *bliksem* van, dat is allemaal nog van buiten. Wat ik meegemaakt heb is van buiten, dat ben ik niet. Ik weet wel dat ik liefst niet zoveel mensen om me heen heb als het zover is, dat is het enige. Dat is een keukenzout recept ...

Maar ik weet eigenlijk niet wat ik wil, misschien is het opeens afgelopen – wat ik natuurlijk hoop [lacht].