

## Voorwoord door Eckhart Tolle

‘De waarheid maakt vrij.’ Deze woorden van Jezus zijn geen verwijzing naar een of andere conceptuele waarheid, maar gaan over de waarheid in jouzelf, de waarheid over wie en wat jij bent, een waarheid die elke omschrijving en vorm te boven gaat. Het gaat niet om iets wat jij *over* jezelf zou moeten weten, maar om een dieper en toch buitengewoon eenvoudig besef, waarbij wie het beseft en wat je beseft tot één samenvloeien. Dan wordt de kloof als gevolg van het ego gedicht en ben je weer heel. Je zou dat besef als volgt kunnen omschrijven: ineens wordt het bewustzijn zich van zichzelf bewust. Wanneer dat gebeurt, kom je op één lijn te staan met de evolutionaire impuls van het universum: gericht zijn op de ontwikkeling van bewustzijn in deze wereld. Hoeveel je hier op aarde ook bereikt mag hebben, als je geen weet hebt van deze levende waarheid, ben je als een zaadje dat niet ontkiemd is en ga je aan het ware doel van het menselijk bestaan voorbij. En zelfs wanneer je een leven van louter lijden en fouten hebt gehad, kun je daar alleen door dit besef verlossing van vinden en wat ogenschijnlijk zinloos was in retrospectief een diepe zin verlenen. Wanneer je door al je fouten tot dit punt – tot dit inzicht – gekomen bent, kunnen het toch geen fouten geweest zijn? ‘Ik ben niet datgene wat er gebeurt, maar de ruimte waarin het gebeurt.’ Dat besef, die levende waarheid, bevrijdt je van de vereenzelviging met de vorm, van de tijd en van een onheus, zelfbedacht zelfgevoel. Wat is die ruimte waarin alles gebeurt? Het bewustzijn dat aan de vorm voorafgaat.

Gangaji zegt terecht: ‘De dingen waarover ik spreek hebben niets met godsdienst van doen.’ Hoewel elke godsdienst in de kern ‘de parel in de lotus’ herbergt, om maar een oude term uit het Tibetaans boeddhisme te gebruiken, is een godsdienst op zich de waarheid niet,

maar een verhaal dat om de waarheid heen geweven is. Soms versluiert dat verhaal de waarheid alleen maar, en kan ze er nog doorheen schijnen. In andere gevallen wordt de waarheid door het verhaal verduisterd of neemt het verhaal de macht zelfs over. Elke keer dat een godsdienst verdeeldheid wekt – en dat gebeurt vaak – weet je dat het verhaal het heeft overgenomen. Dan is de essentie – die verwijst naar de onderliggende eenheid van al wat leeft – verloren gegaan. Het verhaal is uiteraard een gedachte, het geconditioneerde en tijdgebundene. De essentie verwijst naar het ongeconditioneerde, tijdloze, vormeloze, het rijk van het gewijde. ‘Wees stil en weet dat ik God ben.’

Duizenden jaren lang zijn mythen en mythologieën, verhalen dus, de dragers van de spirituele waarheid geweest. Er was bijna niemand die de waarheid herkende wanneer daar rechtstreeks naar verwezen werd. De meeste spirituele leermeesters gebruikten verhalen als belangrijkste leermiddel. Daarover staat in Mattheus 13:34: ‘Dat alles vertelde Jezus de menigte met behulp van gelijkenissen. Zonder gelijkenissen te gebruiken vertelde hij hun niets.’ (Groot Nieuws Bijbel 1996.)

Het tijdperk van collectieve mythen is momenteel voor miljoenen mensen ten einde gekomen. Er werden vervangende middelen zonder enige diepgang uitgetoet, maar die waren niet van lange duur en werden al snel als illusie doorzien. Het enige wat er nu nog over is, is de eigen mythologie van het individu: ‘Mijn eigen verhaal.’ Gangaji zegt dat zo: ‘De belangrijkste religie van de meeste mensen op aarde is het vertellen van hun eigen verhaal.’ Welke waarheid schuilt er in al die verhalen? Je kunt, wanneer je ’s morgens wakker wordt, je je droom herinneren en denken: het was maar een droom, het was niet echt. Maar zelfs in een droom moet iets werkelijk zitten, anders *was* hij er niet. Wat is dat? Het is datgene wat de droom of het verhaal, de gedachte of emotie, in staat stelt er te zijn. Dat ben jij: het is het bewustzijn dat jij bent. Ook mensen die ze niet langer nodig hebben, zullen blijven genieten van de verhalen die een spirituele waarheid bevatten, in films en in boeken. Die verhalen vervullen ook nog steeds een belangrijke rol bij het initiëren van de eerste bewustwording in mensen die zonder verhaal niet bereikt kunnen

worden, omdat verhalen onopgemerkt door de verdedigingslijnen van het ego heen kunnen komen. Je ego krijgt pas wanneer het al te laat is in de gaten dat elk spiritueel verhaal uiteindelijk over jezelf gaat.

Dit boek is bedoeld voor al die ‘spirituele zoekers’ voor wie het einde van de zoektocht nabij is en die toe zijn aan de onversneden waarheid. Gangaji verwoordt dat zo: ‘Op dit ogenblik in de geschiedenis kunnen gewone mensen beschikken over wat ooit aan de meest uitzonderlijke personen was voorbehouden.’

Het bevat de levende essentie van het werk dat Gangaji met talloze mensen verricht heeft. Gangaji moet in dat tijdsbestek duizenden persoonlijke mythen (verhalen) aangehoord en doorzien hebben, maar je zult er hier niet één aantreffen. In plaats daarvan krijg je de middelen – in de vorm van vragen en zelfonderzoek – aangereikt waarmee je je eigen verhaal kunt doorzien: de mentale constructies waar de werkelijkheid naar jouw idee uit bestaat.

Los van het korte verslag van Gangaji’s eigen geschiedenis en hoe die ten einde kwam, en het verhaal over de diamant waar dit boek zijn titel aan ontleent, bevat dit boek geen verhalen, en het heeft die ook niet nodig. De woorden hebben op zich al een uitermate levendige lading en transformerende kracht. Dat komt doordat ze ontstaan zijn uit een levend besef van de waarheid, en niet uit een verzameling verstandelijke kennis.

Dit boek gaat niet alleen over het transcenderen van compulsieve en onbewuste denkpatronen en het einde van het lijden van de mens. Het is een onderdeel van een evolutionaire transformatie van kosmische betekenis: het ontwaken uit de droom van de identificatie met de vorm, de droom van de afscheiding. Dat jij deze woorden leest, is een teken dat jij een wezenlijke rol speelt bij dit grootse avontuur: het collectieve ontwaken.

## Een woord vooraf van de samensteller

**D**e *Diamant in jezelf* is een bundeling van bewerkte uittreksels van gesprekken met Gangaji tijdens openbare bijeenkomsten en retraites vanaf 1990. Het boek is ontstaan in reactie op wat volgens Gangaji de belangrijkste aandachtspunten en zorgen zijn bij de meerderheid van de mensen met wie ze sprak. Het gaat daarbij om het streven naar oprecht geluk en vervulling, en inzicht in en oplossing van het lijden, zowel persoonlijk als wereldwijd.

De oorzaak van al het menselijk lijden is gelegen in één eenvoudige, maar desondanks dieptragische misvatting: we zijn ons niet bewust van onze ware aard. Wanneer we onszelf ten onrechte identificeren met een afzonderlijk ego, en als individu denken los te staan van de ene bron die alles leven geeft, lijden we onder een onnoemelijke ellende en verwarring. We staan los van elkaar en van onszelf. Bewust of onbewust: we vertrouwen het leven niet. We voelen ons alleen en zijn bang en uitgeput van de panische zoektocht naar zelfbevestiging, overal waar die niet te vinden is. Dit boek gaat over het einde van die zoektocht. Het gaat over de mogelijkheid om rechtstreeks en ogenblikkelijk in je eigen hart een eeuwige bron van ware vrede en blijvende vervulling te vinden.

In deze bladzijden schuilt de mogelijkheid je de hoogste en absolute waarheid over wie je bent te realiseren. Gangaji heeft in de vele jaren dat ze – wereldwijd – met allerlei mensen gesproken heeft, rechtstreeks ervaren dat zelfs de gewoonste mens, dat wil zeggen: iedereen die dit boek leest, zich onmiddellijk bewust kan worden van deze waarheid onder de waarheden.

De ‘waarheid’ waarnaar in dit boek verwezen wordt, is de ene diepe waarheid die je vindt in de kern van elke cultuur en religie, de ene diepe waarheid waar alle grote heiligen en mystici door de eeuwen

heen op gewezen hebben, de waarheid van de onvoorwaardelijke vrijheid en liefde die huist in het hart van ieder mens: de waarheid van het essentiële of wezenlijke zelf.

De hoofdstukken in dit boek zijn samengesteld uit velerlei gesprekken. Het boek neemt de lezer mee op een zich steeds verdiepend pad van zelfontdekking. Gangaji gebruikt talloze voorbeelden uit het gewone dagelijks leven om te wijzen op de hoogste vervulling die je wacht zodra je er aandacht voor hebt, zodra je de tijd neemt en oprecht de diepere waarheid over jezelf gaat onderzoeken.

Je zult in dit boek bepaalde woorden en zinsneden veelvuldig aantreffen. Neem ons die overdaad alsjeblijft niet kwalijk. Het is niet de bedoeling je met al die herhalingen te vervelen. Elke keer dat die woorden genoemd worden, krijg je een nieuwe kans die ene smetteloze waarheid in je eigen hart te ontdekken.

Je doet er goed aan je niet vanuit de gebruikelijke manier van leren aan de woorden vast te houden, want het mysterie van het ontwakende hart gaat alle begrip te boven. Maar wanneer je je er gewoon voor openstelt, voel je wellicht enige innerlijke weerklank: je hart maakt een sprongetje; en die vonk van herkenning kan in principe uitgroeien tot een laaiend vuur van zelfherkenning.

De *Diamant* bestaat uit vier essentiële thema's: Deel een, *De Uitnodiging: ontdekken wie je werkelijk bent*, heet je welkom in het geheim van rechtstreeks zelfonderzoek, en opent de mogelijkheid de diepere waarheid over jezelf te ontdekken. Het geeft je de kans te erkennen dat je als mens allerlei verhalen over jezelf kunt vertellen, maar dat dat nooit de waarheid is; dat je van alles over jezelf kunt denken, maar dat je dat niet werkelijk bent. Wanneer het denken wordt stilgelegd, al is het maar voor even, blijkt dat de vrede die er altijd al is de essentie is van al wat bestaat.

Deel twee, *Het denken te boven, dieper dan gevoel*, gaat over de neiging de waarheid en vervulling te zoeken vanuit je ratio en de gebruikelijke vormen van inzicht. Er wordt ingegaan op de diverse manieren van identificatie met gedachten en emoties als zouden die realiteit zijn. Wanneer de stem van het ego of superego, die doorgaans al je aandacht in beslag neemt en je keuzes in het leven bepaalt, vals blijkt te zijn, komt de ware kennis van het hart vrij. Je krijgt de kans

te ontdekken dat concepten en emoties je geluk niet meer beïnvloeden zodra je ze eerlijk en rechtstreeks gaat onderzoeken. Rechtstreeks zelfonderzoek is de sleutel.

Deel drie, *De knoop van het lijden ontwarren*, stelt de onderliggende oorzaken van persoonlijk lijden aan de orde. Het onderzoekt de mechanismen waarmee gedachten en emoties elkaar versterken en voeden in eindeloze cycli van lijden en verwarring, en dat alles in een poging gevoelens van onbehagen te vermijden. De geconditioneerde overtuigingen die je er over jezelf op na houdt en de – vergeefse – gewoonte het geluk buiten je te zoeken, worden ten diepste onderzocht. Hier krijg je dus de kans bewust te kijken naar de onophoudelijke neiging het genot na te jagen en pijn te vermijden.

In Deel vier, *Kiezen voor vrede*, wordt de mogelijkheid naar voren gebracht te leven als een heldere en bewuste afspiegeling van je ware aard. Het is de bedoeling dat je zelf de verantwoordelijkheid op je neemt voor je gevoel van afgescheidenheid en erkent dat het leed in de wereld in niets verschilt van het leed dat maar blijft voortduren in je eigen denken. Het wereldleed is slechts een afspiegeling van onze collectieve innerlijke toestand. Zodra deze verkeerde identificatie eenmaal onderkend wordt als de oorzaak van elke vorm van persoonlijk leed, wordt het evenzeer duidelijk dat je de keuze hebt daarmee door te gaan of ermee op te houden. Je kunt altijd en overal voor vrede kiezen, voor overgave kiezen, voor de waarheid van het diepere weten kiezen. De laatste hoofdstukken van het boek bieden je de kans een boven elke vorm van twijfel verheven integriteit te vinden en de mogelijkheid in werkelijke vrijheid te leven. Je hebt de vrijheid en verantwoordelijkheid alles open en nieuwsgierig tegemoet te treden en helemaal jezelf te zijn.

Door het hele boek heen werpt Gangaji vragen op die je aanzetten tot oprecht, diepgaand zelfonderzoek. Het is van belang dat je die vragen zonder aarzelen beantwoordt, zodat je de innerlijke criticus ontloopt. Ze hebben ten doel een opening te creëren voor rechtstreeks zelfonderzoek, zodat je de ideeën en overtuigingen die je voor de werkelijkheid hebt gehouden en waar je tot op heden geen vraagtekens bij stelde, ten diepste gaat onderzoeken. Ik wil je aanraden deze kansen – en de diepe inzichten waar ze toe kunnen leiden – optimaal

te benutten. Wanneer er een vraag wordt opgeworpen, kun je het boek dichtdoen en haar herhaaldelijk aan jezelf stellen, waarbij je de antwoorden vrijelijk en ongecensureerd in je op laat komen. Je vindt het wellicht handig om je antwoorden op te schrijven en zo een doorlopend dagboek van je zelfonderzoek bij te houden.

De vragen zijn bedoeld om de diepste zelfontdekkingen tevoorschijn te roepen. Ze moeten je laten zien wat je wellicht nog nooit hebt gezien: de waarheid, en daarna de diepere waarheid die daar nog onder ligt. Zelfonderzoek is niet bedoeld om zaken in orde te maken of recht te zetten; het gaat erom dat je oprecht onderzoekt wat nu eigenlijk de drijvende kracht van je leven is. Wanneer je de antwoorden eenvoudig, eerlijk en waarheidsgetrouw in je op laat komen, leg je de onderliggende overtuigingen bloot die je persoonlijke lijden in stand houden.

Zelfonderzoek is een van de belangrijkste boodschappen van dit boek. Tegen de tijd dat je het boek uit hebt, heb je ten diepste geproefd van de kracht, de eenvoud en de levendigheid van rechtstreeks zelfonderzoek en weet je hoe je dit gemakkelijk kunt toepassen op alles wat zich in je leven voordoet. Wanneer je het licht van bewuste aandacht laat schijnen over welk van leed doordrongen verhaal van het ego dan ook, kan het verhaal geen macht over je leven meer uitoefenen.

Ik hoop dat je tijdens het lezen van dit boek de absolute zoetheid van je eigen innerlijke wezen ontdekt. Ik hoop dat je ziet waar Gangaji je op wijst en begrijpt dat dat volmaakt en onveranderd blijft te midden van alle veranderende omstandigheden in je leven. Dat ongerepte hemelgewelf van oneindig bewustzijn is je werkelijke toevluchtsoord, het is de liefde zelf, en ze roept je hier en nu, vanuit de diepten van je eigen hart. Luister ernaar!

*Shanti Einolander*

## Inleiding

Dit boek is voortgekomen uit gesprekken met mensen over de hele wereld: mensen die op zoek waren naar spirituele verlichting, mensen die een oplossing zochten voor het huidige klimaat van afgescheidenheid en strijd op aarde, en mensen die simpelweg een oplossing zochten voor hun persoonlijk leed.

Tot aan mijn ontmoeting met mijn leermeester in 1990 maakte ik me druk om mijn eigen ellendige verhaal. Hoewel ik in een relatief veilige omgeving opgroeide, had ik toch het gevoel dat er iets ontbrak, dat er iets was wat ik niet gekregen had.

Ik groeide op in een klein stadje in Mississippi met alle vrijheden en privileges van een kind uit de blanke middenklasse, maar werd heimelijk gekweld door de dynamiek in ons gezin en het alcoholisme van mijn ouders. Ik had het gevoel dat er sprake moest zijn van een grote vergissing en dat ik aan alle kanten werd ingesloten door een of andere duistere macht. De christelijke godsdienstlessen die ik kreeg deden uiteindelijk maar weinig om dat gevoel te verdrijven. Eigenlijk werd het juist versterkt, vanwege de angst dat ik door mijn ontoereikendheid tot de eeuwige hel veroordeeld zou zijn. Ik vond korte tijd soelaas in de liefde voor Christus. Ook de ruimhartige, onvoorwaardelijke liefde van mijn grootmoeder, Mammy, was tijdens mijn kinderjaren het licht dat mij liet zien wat geestelijke gezondheid en een vredig hart waren. Toch heb ik geen gelukkige jeugd gehad.

Ik trouwde als jonge vrouw met een fantastische arts en bracht een prachtig gezond kind ter wereld. Toch werd ik wederom getroffen door een gevoel van onbehagen dat ook door die betere omstandigheden niet verdreven werd. Wat was het probleem? Ik concludeerde dat ikzelf het probleem was, dus begon ik aan een zoektocht en



verkende allerlei wegen om verbetering aan te brengen in wie ik dacht te zijn en mezelf voorgoed te genezen.

Tegen de tijd dat ik eindelijk oog in oog kwam te staan met mijn leermeester, had ik veel aan mezelf gedaan. Ik had aan mijn persoonlijkheid gewerkt, aan mijn emoties en mijn neuroses, en was op die terreinen redelijk succesvol geweest. Ik was me er echter van bewust dat ik nog steeds door het leven ging met lijden als basis. Ik had van alles geprobeerd om dat lijden te verlichten: psychotherapie, affirmaties, meditatie, allerlei workshops, helderzienden, astrologie, visualisatie, automatisch schrift, dansen, psychedelica, aan al mijn verlangens toegeven en al mijn verlangens onderdrukken. Ik had geprobeerd van mezelf te houden en geprobeerd mezelf te haten. Niets werkte. Natuurlijk waren er mooie momenten geweest, momenten van genade, vreugde, gelukzaligheid en vrede. Maar overal liep een rode draad van lijden doorheen. Er bleef steeds negativiteit en strijd in me opkomen en ik zag het ook in de mensen om me heen.

Ik had op dat moment een naar de gebruikelijke maatstaven geweldig leven. Ik hield heel veel van mijn tweede echtgenoot, Eli. We hadden een levendige en hartstochtelijke verhouding, op elk niveau. Ik had een dochter die blij was met haar leven. Mijn gezondheid was in orde. Financieel stond ik er beter voor dan de meeste mensen. Ik had werk waar ik in geloofde en dol op was. Maar ik bleef op zoek naar meer. Ik was bang kwijt te raken wat ik had; ik leefde tussen hoop en vrees over wat de toekomst zou brengen. Ik werd er doodmoe van! Ik raakte zeer gedesillusioneerd over mezelf en over de aandacht die ik voortdurend gaf aan het streven mezelf te verbeteren. Ik was tot het besef gekomen dat die betrokkenheid op mezelf een bepaalde cyclus doorliep. Aan de ene kant was er een gevoel van persoonlijke voldoening, het idee dat het leven zich op de juiste manier ontvouwde. Aan de andere kant waren er gevoelens van dreiging, een onderliggend gevoel van ellende en de overtuiging dat het hele universum zich in een hopeloze toestand bevond.

Als zo'n cyclus zich miljoenen keren afspeelt, krijgt hij iets heel vertrouwds. De gedachten, beelden en emoties die in me opkwamen, waren allemaal al eens eerder verschenen. De jaloezie, de afgunst, het streven naar bevrediging – aanvankelijk zintuiglijk en verstandelijk,

later spiritueel – brachten me steeds weer bij mijn persoonlijke vorm van ontevredenheid.

En ook al onderkende ik wel dat mijn ‘verhaal’ anders was en soms overeenkomsten vertoonde met het verhaal van anderen, ik geloofde er nog steeds in, en mijn ellende duurde voort. Hoewel ik erkende dat dit tragische en romantische verhaal als een deken over wat zich afspeelde in mijn innerlijke leven én mijn uiterlijke leven heen lag, had ik er geen idee van dat dit verhaal in feite geen *werkelijkheids-waarde* had.

Ik wist niet wat ik moest doen. Hoe was het mogelijk dat ik relatief gelukkig was, af en toe zelfs ten diepste vervuld, en toch een intens verlangen bleef voelen naar iets wat ik niet eens kon benoemen? Ik had alles wat ik kon bedenken gedaan om die knoop van lijden te ontwarren.

Uiteindelijk zag ik in dat ik hulp nodig had. Ik had behoefte aan een leraar. Dus bad ik om de ware leermeester, een echte leermeester, de opperste leermeester, zonder ook maar enig idee van wat een ware leermeester of een ware leer was, of wat daarvan het resultaat zou zijn. Ik wist alleen dat ik vrij van strijd wilde zijn. Ik wilde de waarheid omtrent mijn bestaan verwerkelijken, maar wist niet hoe dat moest. Ik zag in dat ik alle wegen die ik kende geprobeerd had en gaf het uiteindelijk op.

Binnen zes maanden nadat ik was gaan bidden om een echte leermeester bevond ik me, door een wonderbaarlijke samenloop van omstandigheden, in India, oog in oog met H.W.L. Poonja (Papaji). Hij begroette me op buitengewone wijze. Met fonkelende ogen nodigde hij me uit binnen te komen en alles wat hij me kon geven te aanvaarden. Hij checkte mijn referenties niet; hij checkte mijn karma niet; hij keek niet naar mijn verdiensten. Hij zag in mijn ogen dat ik het fantastisch vond hem te ontmoeten, en zei: ‘Zeg maar wat je wilt.’

Ik zei: ‘Ik wil vrijheid. Ik wil vrij zijn van al die verwickelingen en misvattingen. Ik wil weten of de opperste, absolute waarheid echt bestaat. Zeg me wat ik moet doen.’

Om te beginnen zei hij: ‘Je bent waar je zijn moet!’ Vervolgens zei hij: ‘Doe niets. Jouw probleem is dat je bezig blijft. Maak een eind aan al je overtuigingen, al je zoeken, al je excuses en zie zelf wat er

altijd al is. Beweeg je niet. Ga nergens naartoe en nergens van weg. Wees stil, in dit moment.’

Ik wist niet wat hij bedoelde, want ik zat stil. Toen besepte ik dat hij het niet over fysieke activiteit had, maar me wees op het stilleggen van alle mentale activiteit.

Ik voelde allerlei twijfels in me opkomen: dat ik als ik niet nadacht niet voor mijn lichaam zou zorgen, niet uit bed zou komen, niet zou kunnen autorijden, niet naar mijn werk zou gaan – ik was doodsbang. Ik had het gevoel dat ik alle grond onder mijn voeten – die ik tijdens mijn zoektocht gevonden dacht te hebben – kwijt zou raken als ik ophield met zoeken. Ik zou iets kwijtraken van wat ik bereikt had.

Maar hij had een sterke persoonlijkheid en op het moment dat ik hem in de ogen keek, herkende ik een kracht en een helderheid en een ruimte die me versteld deden staan. Ik had om een leermeester gevraagd en gelukkig was ik op dat moment verstandig genoeg om aandacht te geven aan de leermeester om wie ik gevraagd had. Als zijnde deel van mijn onderzoek was ik op dat moment bereid om op te houden gevolg te geven en geloof te hechten aan de gedachten die aan mijn doodsangst ten grondslag lagen, en durfde me te laten vallen in wat aanvankelijk een diepe afgrond van wanhoop leek. En daar bleken de vervulling en de vrede te liggen waar ik altijd naar op zoek was geweest, die daar altijd geweest waren, en nooit weg hadden gekund. En het schokkendste was dat ik begreep dat ik dat altijd geweten had! Op dat moment besepte ik dat alles wat ik ooit gewild had, er al was, als de grondslag van zuiver, eeuwigdurend zijn. Al het leed dat ik ‘het mijne’ of ‘ik’ genoemd had, had zich in feite afgespeeld in niets dan stralend, zuiver zijn! En, het allerbelangrijkste: ik zag in dat ik in werkelijkheid dat zijn, dat wezen *ben*. Datzelfde wezen is overal en in alles aanwezig, zichtbaar en onzichtbaar.

Dat besef bracht een opmerkelijke verschuiving met zich mee: ik verlegde mijn aandacht van het verhaal over wie ik was naar de eideloze *wezenlijke diepte* die altijd onder dat verhaal aanwezig was geweest. Wat een rust! Wat een vrede! Ik had daarvoor ook al momenten van kosmische eenwording of opperste gelukzaligheid ervaren, maar dit was van een geheel andere orde. Het was een sobere

vorm van extase, een moment waarop ik inzag *dat ik niet gebonden was aan mijn eigen verhaal*.

Het was zo'n eenvoudig besef, dat ik het maar moeilijk kon geloven. Zo simpel kon het toch niet zijn, dacht ik. Ik had altijd geleerd dat je eerst vrij moest zijn van zonde, hebzucht, agressie, haat en karma voordat je tot dit punt kon komen, en dat had ik ook gelooft. Uiteindelijk realiseerde ik me dat *alles* wat ik dacht altijd slechts een gedachte zou blijven, iets waar je nooit op zou kunnen bouwen omdat het onderhevig was aan conditionering en weer kon verdwijnen. Ik kon – nu ik de waarheid ontdekt had – niet langer op mijn gedachten vertrouwen. Mijn gedachten konden niet meer de lakens uitdelen. Mijn vroegere angst van het niet-weten veranderde in de vreugde van het niet-weten. Het *niet-weten* werd de ingang naar wat je met je denken niet kunt waarnemen. Wat een opluchting! Wat een enorme bevrijding!

Nadat ik enige tijd bij Papaji had doorgebracht en hij mij ondervraagd en op de proef gesteld had, zag hij dat mijn gedachten inderdaad tot stilstand gekomen waren. Toen hij de gevolgen daarvan zag, vroeg hij mij 'van deur tot deur' te gaan en met anderen over mijn ervaring te spreken. Ik zei: 'Papaji, ik zou echt niet weten hoe ik dat moet doen.' Zijn antwoord was: 'Mooi, dan kun je dus echt uit eigen ervaring spreken.' Hij gaf me de naam Gangaji, naar de heilige rivier de Ganga (Ganges) in India, omdat ik hem aan de oever van die rivier ontmoet had en omdat ik hem in een droom verschenen was als de godin Ganga.

Na verloop van tijd bleken andere mensen geïnteresseerd in wat ik over mijn ervaringen kon vertellen. De bijeenkomsten werden al snel te groot voor onze woonkamer en ik begon, zoals Papaji me gevraagd had, 'van deur tot deur' te gaan en hield overal ter wereld openbare bijeenkomsten waarbij ik sprak met mensen uit alle lagen van de bevolking.

Toen Papaji stierf, vroeg een verslaggever me wat hij voor mijn leven had betekend. Ik antwoordde: 'Vóór Papaji had ik geen leven. Ik had een verhaal vol ellende. Er waren prettige momenten, zelfs ogenblikken van gelukzaligheid, maar het bleef een verhaal over lijden. Door de ontmoeting met Papaji raakte ik mijn verhaal kwijt en kreeg ik een leven.'

Vanaf het moment dat ik ophield vervulling te zoeken in het denken of in uiterlijke omstandigheden, leef ik mijn leven op grond van vreugde. Er zijn heus wel ogenblikken van verdriet, woede en angst, er gaan allerlei stemmingen door me heen, maar het gebeurt allemaal op basis van vreugde. Ik hoef geen enkele stemming te vrezzen, geen enkel moment uit de weg te gaan. Ik begrijp eindelijk dat elke stemming, elke gemoedstoestand, elk gevoel, alles wat je als mens waarlijk onderzoekt, verwijst naar dezelfde bron: het ongerepte hemelgewelf van vervuld bewustzijn dat ik in feite ben, en dat jij in feite bent.

Men heeft mij gevraagd of ik een goeroe ben of aan het hoofd van een kerk of godsdienstige beweging sta. Ik zie mijzelf niet als goeroe en ben beslist niet het hoofd van een kerk of godsdienstige beweging. Sommige mensen noemen me ‘leraar’, maar in feite ben ik niet anders dan ieder ander. Wij zijn stuk voor stuk aspecten – of referentiepunten – van het ene essentiële bewustzijn. Ik kan alleen de rol van leraar spelen omdat ik weet dat uiteindelijk geen enkele rol werkelijkheid is. De ware leraar leeft in ieder mens en openbaart zich uiteindelijk in alles, zowel in de ogenschijnlijke binnenkant als de ogenschijnlijke buitenkant.

De dingen waar ik over spreek hebben niets met godsdienst van doen. De leraar van mijn leraar, Ramana Maharshi, was weliswaar hindoe, en mijn leraar, Papaji, werd als hindoe opgevoed, maar deze leer heeft niets met Oost of West te maken. Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen hindoe, christen, jood, moslim, boeddhist, heiden, man, vrouw, jij of ik. Het gaat om de herkenning van de alomtegenwoordigheid van zijn waarin al wat bestaat verschijnt: jij en ik, de zee, de berg, de lucht, elke vorm van gelukzaligheid en elke gruwel. Dat veld van zuivere aanwezigheid – of tegenwoordigheid – leeft en is intelligent en kan zichzelf in principe bewust in jou herkennen.

Je bent in feite niets dan bewustzijn; je bent niet je naam, niet je lichaam, niet je emoties en niet je gedachten. Dat zijn slechts omhulsels die komen en gaan. Ze worden geboren, bestaan in de tijd, en gaan dood. Bewustzijn komt en gaat niet. Het is hier en nu. Een andere tijd kent het niet.

Bewustzijn is vrij. Het is niet gebonden door namen of concepten. Het wordt niet beperkt door een besef van ruimte of tijd. Het wordt niet beïnvloed door emoties of ongemakken. Jij bent zuiver bewustzijn. Je bent altijd vrij geweest, want je bent altijd bewustzijn geweest. Je hebt jezelf ervaren als een punt in dat bewustzijn en je vandaaruit verbeeld dat je beperkt bent tot een lichaam. Dat inzicht is, al duurt het slechts even, het begin van een zich oneindig verdiepend zelfonderzoek. Het is het einde van je gepreoccupeerdheid met de kringloop van zelfdefiniëring en -begrenzing en het begin van het ware zelfonderzoek dat geen grenzen kent.

‘Stoppen’ wil zeggen dat je ophoudt jezelf te zoeken in je gedachten, emoties, omstandigheden of lichamelijke voorstellingen. Zo simpel is het. De zoektocht is voorbij zodra je beseft dat de ware vervulling waarnaar je op zoek bent nergens anders te vinden is dan precies daar waar je op dit moment bent. Hier. In jou, in mij, in al wat leeft, bewust en onbewust. Het is overal. Zolang je ernaar zoekt, kun je het niet vinden omdat je aanneemt dat het elders is. Je jaagt onophoudelijk een leugen na.

De waarheid over wie je bent is uitermate simpel. Ze is dichterbij dan je gedachten, dichterbij dan je hartslag, dichterbij dan je adem. Wanneer je gelooft dat je gedachten werkelijkheid zijn, je gedachten als basis voor de werkelijkheid neemt, zul je voortdurend over het hoofd zien wat dichterbij ligt, wat jou al die tijd al riep, en zei: ‘Hier ben je! Je bent thuis! Kom binnen, voel je thuis.’ Thuis zijn is simpelweg *hier zijn*. Dat *hier zijn* uitstellen houdt in dat je je bezig gaat houden met de oneindige ingewikkeldheden van zelfbepaling en verkeerde identificatie.

Je hebt hier en nu de kans om daarmee op te houden en eerlijk te zijn ten aanzien van de vlam van bewustzijn die de essentie van je wezen is. Ervoor kiezen dat te ontkennen betekent lijden. Ervoor kiezen je daaraan over te geven betekent het einde van elk onnodig lijden. Wanneer je tot jezelf komt, jezelf liefhebt, erkent dat je zelf de vlam van de waarheid *bent* en dat je die liefhebt, hoeft je niet meer naar liefde te zoeken of proberen liefde te krijgen. Je bent vervuld.

Op dit ogenblik in de geschiedenis kunnen ‘gewone mensen’ beschikken over wat ooit aan de meest uitzonderlijke personen was

voorbehouden. Omdat we onszelf ‘gewoon’ vonden, bleef er in onze hersenen en in ons hart een bepaalde deur dicht, een deur naar de waarheid die de kern van alles is. Maar nu is de tijd waarin die conditionering scheuren gaat vertonen. Wanneer je dit leest, ben je je daar al in enige mate van bewust, anders zou je dit boek niet hebben uitgekozen. Dit is een tijd van bewustwording voor gewone mensen. Niet alleen voor hen die onder een uitzonderlijk gelukkig gesternte geboren zijn, maar ook voor doodgewone mensen.

Ik veronderstel dat je, als je dit boek leest, een diepe intentie hebt vrij te zijn, bewust te zijn. Die intentie – dat verlangen – roept je naar huis. Dit boek is bedoeld om je te helpen bij de terugkeer van je individuele bewustzijn naar de bron, de zee van bewustzijn. Die twee staan in werkelijkheid nooit los van elkaar.

Ik heb niet de intentie iemand te redden of iets te leren. Er valt, met het oog op de simpele, absolute waarheid over wie je bent, niets te leren. De waarheid over jou ligt dichterbij je dan wat er te leren valt. Als je nu eens, gewoon bij wijze van experiment en in een sfeer van zelfonderzoek, alles wat je over jezelf geleerd hebt terzijde zou schuiven – daarbij inbegrepen al je hoopvolle verwachtingen en angsten over wat dat zou kunnen betekenen – en je zou openstellen voor wie je *naar waarheid* bent? Het is heel eenvoudig. De waarheid is er altijd. Ik nodig je uit te stoppen met alles wat je van de waarheid weghaalt, zodat je rechtstreeks en uit eigen ervaring de diamant die in jou leeft kunt ontdekken.