

Mindbleep #42

De Ziel van non-dualiteit

Spreken over de ziel is een beetje als vloeken in de non-duale kerk. Want daar heersen immers de axioma's dat ego niet bestaat en 'Leegte' de ultieme werkelijkheid vertegenwoordigt? Binnen die visie is geen ruimte voor de ziel. Waarbij nog komt dat alleen het woord al bij velen heftige allergische reacties oproept stammend uit een beklemmend christelijk milieu.

Kortom de ziel heeft het niet makkelijk in non-duale kringen. Toch wil ik er graag de aandacht op vestigen omdat de ziel in mijn beleving onmisbaar is om de non-duale waarheid tot een doorleefde ervaring te kunnen maken.

De reden daarvan is dat we onwillekeurig non-duale wijsheden zoals het niet-bestaan van ego of Leegte als de grond van alles, conceptualiseren. We maken er denkbeelden van op basis van het zelf- en wereldbeeld dat ons ego zich eigen gemaakt heeft. Het in non-duale kringen populaire adagium dat ego niet bestaat bijvoorbeeld is hier een goed voorbeeld van. Nog afgezien van het feit dat nogal wat ego's die uitspraak opvatten als een vrijbrief om iedere persoonlijke verantwoordelijkheid te ontkennen, wordt vaak over het hoofd gezien dat het ego zelf is die deze uitspraak doet. En dus kennelijk nog present is.

Een ander voorbeeld van de wijze waarop ego aan de haal gaat met diepe inzichten in de aard van de werkelijkheid heeft betrekking op de non-duale stelling dat alles uiteindelijk is terug te voeren op 'Leegte'. Ego conceptualiseert die waarheid tot een 'denkbeeld' een concept dat alleen betekenis kan krijgen in relatie tot zijn tegenhanger bijvoorbeeld volheid.

De concepten waar het hele ego-denken uit is opgetrokken zijn slechts abstracties gevat in taal die per definitie dual is en hebben als zodanig geen enkele relatie met de werkelijkheid van de directe ervaring. Het begrippenkader van ego kan deze duale zienswijze nimmer overstijgen omdat het daar zelf een product van is. Ego is immers niets anders dan een verknoping van concepten over zichzelf en de wereld?

Om de non-duale werkelijkheid tot een doorleefde ervaring te kunnen maken is ego daarom een te beperkte en vaak ronduit misleidende raadgever. Het is ook niet zijn functie. Ego staat in dienst van ons fysieke voortbestaan op deze planeet. Daar is het goed in. Het is echter totaal ongeschikt om onze gids te zijn op het spirituele pad. Daarvoor moeten we aansluiting zoeken bij een andere bron van kennis en ervaring en dat is de ziel.

Ziel

Ik heb de ziel eerder omschreven als 'het kenbare gezicht van God'. Overeenkomstig de woorden van Meister Eckhart kunnen we het mysterie van de Godheid, onze Bron, het non-duale Gewaarzijn zelf, niet kennen omdat die iedere conceptualisering overstijgt. De Godheid is als een oceaan van Zijn, waarvan je hoogstens kunt zeggen wat het niet is: zonder tijd, vorm, grens, leeftijd, voorkeur, richting of doel. De Godheid IS als een roerloze oceaan van bewustzijn. Dan verschijnt op het oppervlak van die oceaan een rimpeling, een subtiele vorm, zowel inherent verbonden en Een met de oceaan van bewustzijn als daar tegelijkertijd gewaar van. De Godheid ziet zichzelf als vorm. Dit open Gewaarzijn, niet als gedachte en ook niet als gevoel maar puur, open, resonerend, ervarend Gewaarzijn is het veld van de ziel. Uit het tijdloze Zijn van de Godheid rijzen alle vormen, kleuren, geluiden, gedachten en gevoelens op waar deze schepping uit is samengesteld. Het voelende resonerende Gewaarzijn van de ziel is daar niet alleen de

getuige van maar tevens intiem mee verbonden. De ziel herkent de totaliteit van alles wat in bewustzijn verschijnt als een manifestatie van haarzelf, als haar kinderen waar zij – omdat er slechts Een – intiem mee verbonden is. De ziel is daarom de bron van liefde. Overeenkomstig de woorden van Jezus: “Niemand komt tot de Vader dan door Mij.” (*Johannes 14.6*) vormt de ziel de noodzakelijke brug tussen het ego en non-duaal Gewaarzijn.

Gevangen in het egodenken kunnen we niet anders dan vasthouden aan denkbeelden over non-duaal Gewaarzijn gebaseerd op aannames en interpretaties. Als we ego's denkbeelden loslaten en afstemmen op de aanwezigheid van de ziel – dat zich vaak voordoeft als het stille gewaarzijn voorafgaand en achter al onze gedachten en gevoelens – opent zich een totaal andere werkelijkheid. In plaats van toeschouwer van ons leven blijken we daarmee intiem verbonden te zijn. In plaats van te denken over onszelf en de wereld zijn we voelend, open, responsief en zonder oordeel aanwezig bij alles wat in ons bewustzijn verschijnt. Afgestemd op de ziel hervindt ego zijn werkelijke functie namelijk het instrument van de ziel te zijn om te ervaren. Want dat is de enige wil en betekenis van ons leven; de ziel in de gelegenheid stellen om dat met hart (en ziel) te ervaren. De verankering in de ziel luidt een totaal nieuwe visie in op je leven, op de functie van ego daarbinnen en op de ervaring van non-duaal Gewaarzijn.

Het vraagt tijd, aandacht en afstemming om die innerlijke transitie te volbrengen. Temeer daar de wereld om je heen vrijwel uitsluitend gericht is op afleiding. Het overheersende wereldbeeld is dat je jouw ego bent en dat het doel van je leven niet verder rijkt dan dat tot een goed einde te brengen. We zijn letterlijk ‘van God los’ geraakt of zoals Nietzsche concludeerde: “God is dood” vanwege het materialistische wereldbeeld dat de mensen uit zijn tijd gingen aanhangen. Het resultaat van die splitsing tussen ego en de ziel is innerlijke of uiterlijke eenzaamheid, afgescheidenheid, angst, agressie, gevoelens van zinloosheid en een totaal losgeslagen dadendrang ingegeven door de overlevingsdrift van ego met alle gevolgen van dien.

Zodra het egodenken verruild wordt voor de bewuste afstemming op het verlangen van de ziel om te ervaren, verschijnt een volkomen nieuw perspectief op je leven. Als je niet langer opgejaagd wordt door de doelen die ego zich stelt, kun je ontspannen en genieten van de eenvoud en de gulheid van het leven precies zoals dat zich van moment tot moment aan je ontvouwt.

Om af te stemmen op het bewustzijn van je ziel kun je de volgende meditatie beoefenen:

1. Ga zitten, adem door en sluit je ogen.
2. Volg een paar minuten alleen je ademhaling. Steeds als je afgeleid bent geraakt keer je weer terug bij je adem.
3. Ontspan die geconcentreerde aandacht voor je adem en stel je voor dat je bewustzijn zo ruim wordt als de hemel boven je; onbegrensd en open.
4. Zie, tegen de achtergrond van die blauwe hemel gedachten en gevoelens voorbijtrekken als wolken aan de hemel. Je duwt ze niet weg en je houdt er niet aan vast.
5. Laat in jezelf de vraag klinken: “wie of wat is het die dit waarneemt?”
6. Zoek geen antwoorden maar voel de stilte die aan de basis daarvan te vinden is.
7. Rust daar in. Je bent aangeland in het veld van Gewaarzijn van de ziel. Beschouw dit niet als een eindpunt, dit is slechts het begin van een innerlijke reis die je steeds verder naar binnen voert, naar de essentie van wie je bent.

Veel plezier, Alexander