



Rollercoaster van Verlichting

Spirituele Autobiografie & Praktijk

Nathan Wennegers

**ROLLERCOASTER
VAN VERLICHTING**
*Spirituele Autobiografie
& Praktijk*

Nathan Wennegers

Trefwoorden: Verlichting / Meditatie /
Spiritualiteit

Afbeelding: Pixabay.com

© 2022 Werkgroep Rozenhart

ISBN

Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd, opgeslagen in een
geautomatiseerd gegevensbestand, en/of
openbaar gemaakt worden door middel van
druk, fotokopie, microfilm, opnamen, of op
welke andere wijze dan ook, hetzij chemisch,
elektronisch of mechanisch, zonder
voorafgaande schriftelijke toestemming van
de uitgever.

**'Hij die alles kent behalve zichzelf,
mist alles'**

INHOUD

Voorwoord: 5

Deel Een: 6 - 27
Spirituele autobiografie

Deel Twee: 28 - 39
De drie geschenken van verlichting

Gedicht: 40 - 42
De dans van Shiva

Studie & Achtergrond: 43 - 44

Contact: 45

VOORWOORD

In vrijheid spreken over eigen verlichtingservaringen is me wel en niet altijd makkelijk afgegaan. Omdat bepaalde zaken niet bepaald onbescheiden zullen overkomen, zagezegd. Niet dat ik dan overdrijf maar de gebeurtenissen simpelweg op zichzelf nogal uitzonderlijk zijn en je dan heel makkelijk in het hokje terecht kan komen van fantast, gek of misschien nog erger: profeet of guru! Lees voor jezelf en zoek uit, het kan je leven geheel veranderen!

Nathan
Bloemendaal
Juli 2022

INFO Afbeelding cover: *de draak* is het symbool van kwaad (Bijbel); van absolute macht (China); van de mannelijke, seksuele energie (psychologie); van wijsheid, bewaker van schatten (Oosten).

DEEL EEN

Spirituele Autobiografie

Ik werd geboren in Amsterdam op 27 januari 1958.

Maar in mijn tienertijd zou ik het vieren van mijn en andermans verjaardag afleggen, net als alle feestdagen, zoals Pasen en Kerstmis. Ik was bekeerd en wilde toen God dienen en zag zulke feesten puur als een verdere zelfvervulling van mensen. Ik was immers toen ook gestopt met vlees en vis eten!

Ik was ook een jaar of zestien (ik denk wat ouder) toen ik aan mijn familie verklaarde: Voortaan zal iedereen, de hele mensheid mijn familie zijn!

Vijf jaar leefde ik als een soort heilige, met heel veel zelf aangenomen leefregels.

Op mijn eenentwintigste jaar (juni 1979) begon ik serieus te mediteren op het gegeven: wat is authentiek zijn? Wanneer ben je als mens echt, oorspronkelijk? Zoals alles simpelweg in de natuur echt is, volkomen zichzelf. De bloem, bloemt en de boom boomt maar hoe zit het met de mens?

Toen verkreeg ik hierin praktisch inzicht en kort daarop, ontspande ik mezelf geheel, lichamelijk en geestelijk, terwijl ik in mijn kamer zat. Een innerlijke explosie vond toen plaats in de vorm van: plotseling steeg een enorme kracht op vanuit mijn rug tot in mijn hoofd, zodat mijn hoofd ervan gonsde en Een en al licht werd.

Mijn zelfcensuur had ik in 1x opgegeven. Ik werd volkomen spontaan, ik gaf me geheel over aan de spontane beweging van mijn lichaam en geest! Ik werd spontaan en impulsief.

Een van de eerste daden was, dat ik een grote bak roomijs kocht, bij de melkboer bij ons op de hoek (in Haarlem). En die samen met mijn jongere zuster opat. Terwijl ik de nodige jaren niet meer had gesnoept, blijktbaar zat het wel nog steeds in me. Zelfcensuur doet ons spontane impulsen onderdrukken, nietwaar?

Gaan met de flow, zeggen ze wel eens, toch? Vanaf dat moment weersprak ik niet de spontane beweging van en in mijzelf! Ik begon ook weer vlees te eten.

Ik was immers niet gestopt omdat ik het vies vond...

Ik had voor mezelf ontdekt dat goedheid niet ligt in de rede maar in openheid. Dat wanneer je volledig, geestelijk en lichamelijk ontspannen bent, je open bent en dan ook eerlijk en vanuit deze eerlijkheid, goed. Zoals een bloem ook niets verkeerd kan doen.

Mijn innerlijke extase (van licht en gonzen) verdween langzaam maar niet mijn spontaniteit.

Ik was verlicht maar nog niet volledig want toen de innerlijke explosie, levensstroom naar mijn hoofd zich spontaan voordeed, trapte ik toch vanuit mijn geest op de rem. Ik dacht anders te verdwijnen en enkel in stilte te gaan verkeren als mens en daar wilde ik nog niet aan beginnen, ik verlangde er nog naar om als leraar en mens te zijn. Hoe kon ik immers in die stilte leraar zijn en hoe kon ik nog een relatie op die manier aangaan met een vrouw?...

Toch had die energie mijn hoofd volledig bereikt.

Later in het jaar 1986 deed ik een nieuwe poging naar de verlichting!

Op jonge leeftijd was ik tot God gekomen nadat ik volledig vanuit mijzelf eerst het liegen-en-stelen had opgegeven in mijn leven, waar ik een paar jaar in vastzat! Mijn vrienden en/of klasgenoten konden dat toen niet geloven, dat ik echt was veranderd. God was voor mij niet langer iemand die mensen lastig viel met zijn ge- en verboden. Maar een liefhebbende God, die graag wil dat mensen goed zijn voor elkaar!

Het leed van de ander was echt niet anders of minderwaardiger dan het leed van mijzelf. Waarom zou ik dan nog langer stelen? Stelen was daarom in mijn ogen niet langer onschuldig. Zag niet langer enkel de voordelen voor mezelf daarvan, zoals een brommer waar ik dan lekker op kon rijden. Wat zou die eigenaar ervaren wanneer ze haar brommer niet zag staan? En wat zou ikzelf ervaren als die brommer van mij was geweest?... Dit inzicht deed zich volkomen spontaan voor, tijdens het stelen. Terwijl ik daar een slot zat te verwijderen. Ik had geen boek erover gelezen of zoiets!...

Toen stopte ik met liegen-en-stelen (het een kan niet zonder het andere: denk daar maar eens over na), volgde niet veel later mijn bekering tot God! Ik begon van Hem te houden. En wilde Hem dienen.

Daarop volgde meer zaken die ik begon los te laten of juist te doen. En binnen een tijd van vijf jaar, had ik een juk gecreëerd voor mezelf dat ik geheel vrijwillig droeg. (Achteraf heb ik dat nimmer als onmenselijk beschouwd maar... was ik authentiek, zoals alles in de natuur?)

Leven volgens bepaalde regels (het volgen van de wet). Maar op die manier word je niet geboren! Juist heel kleine kinderen zijn nog volledig zichzelf, zogezegd. Open, eerlijk en impulsief.

Een paar jaar later was, na mijn bekering, dat ik een waarachtig goddelijk visioen kreeg. Op 4 juni 1976!

Vlak voor het ontwaken, wakker worden, ervoer ik alles wat hemels was: kracht, pracht, liefde, macht. Op dat moment openbaarde (onder andere), manifesteerde liefde zelf zich als teken aan de hemel.

Veel later, zo'n vijf jaar, tijdens het lezen in de Bijbel ontdekte ik op diverse plaatsen dit soort van visioen.

Omdat de hemelse openbaring zo complex was, inhoud, volgorde,.. was ik volkomen verrast en zeer verheugd daarover, het te lezen in de Bijbel! De Schrift had ik nooit zo serieus genomen. Was alles wel echt betrouwbaar en niet gedeeltelijk bedacht? Maar op dat moment begreep ik dat de schrijvers ervan, heel serieus te werk moeten zijn gegaan, met de overleveringen van gebeurtenissen en de komst en woorden van profeten. Toen begon ik de Bijbel veel meer te waarderen!...

Maar dat teken (uit mijn visioen) wordt wel aangekondigd in het Nieuwe Testament maar niet verder omschreven!

Mattheüs 24:30

'En dan zal aan de hemel het teken van de Zoon des mensen verschijnen'.

Jezus had het over het teken van de Mensenzoon, zonder het verder in te vullen. Hierom is er door de eeuwen heen er over gespeculeerd: zou het het kruis zijn?

Maar dan denken we al snel aan het lijden van hem en niet aan zijn (goddelijke) liefde, nietwaar?

Het was een serie van lichtende driehoeken (in mijn goddelijke droom), als manifestatie van de liefde zelf. Letterlijk de liefde zelf, dit teken van Christus (de Christus zelf: de goddelijke/hemelse liefde). Het waren dubbel benige/dubbel lijnende driehoeken, een manifestatie van licht en liefde: de grootste driehoek in het midden en twee gelijke aan iedere kant ervan en een klein bovenop de top van de grootste.

Onder de grootste was de zon (of net andersom gezegd: boven de zon de grootste driehoek).

Links (= vanaf de grond gezien) van deze partij verscheen, manifesteerde zich een gouden gelaat van een man (met baard, alles 'wollig' om te zien). En rechts van de driehoeken manifesteerde zich een enorme formatie lichtende schijven!... Deze schijven ervoer ik als intelligent (de intelligente werkzame kracht van God).

(- Deze spontane goddelijke droom (openbaring) was vrij complex en om deze reden zal ik hem hier niet helemaal beschrijven.)

Ik werd vervuld van deze hemelse majesteit wakker, toen ik mijn vader erover vertelde toonde hij geen interesse! Ik woonde toen nog thuis bij mijn ouders, in Haarlem.

Een ervaring van leiding door de Heilige geest, ervoer ik ergens vlak na mijn zogeheten kundalini ervaring.

Op een dag tijdens de zomer, mogelijk die van 1979, zouden wij als gezin naar Amsterdam gaan en naar de rondvaart. Zoals je wel zult weten, heeft de rondvaart heel veel aanlegsteigers, daar in het centrum nabij het station!

Er werd vooraf in Haarlem in de tuin een bijdehante opmerking door iemand geplaatst (ik dacht door een zwager). Toen voelde ik deze krachtige geest. Ik zou ze wel alleen, wat later, volgen naar Amsterdam maar ik had geen geld (maar dat wisten ze niet) en naar welke steiger ze zouden gaan was niet duidelijk.

Dus we zouden elkaar mogelijk treffen om een bepaalde tijd op de Dam.

Ik liep richting Halfweg en kreeg een lift van een jong stel, die me wel bij de Dam zouden afzetten!

Maar daar gekomen zag ik niemand van mijn gezelschap! Toen leidde de Heilige geest mij direct door de Klaverstraat, via, door V&D rechtstreeks, eerst rechts eruit en toen links daarover de brug en dan nogeens naar links langs het water naar hen, ze zaten met elkaar wat te drinken. Ze keken behoorlijk op hun neus, toen ze me daar zo zagen verschijnen!

Ik had dus geen geld gehad en geen precieze plek en toch wist de Geest mij feilloos en direct naar hen te leiden.

Ook in de juni (later) van 1976 had ik een bewuste uittreding. Ik had zo'n twee maanden bepaalde oefening voor het slapen gedaan, om zo'n echte lichamelijke uittreding te gaan ervaren. Volgens een bepaald boekje deed ik die oefening maar er gebeurde helemaal niets.

Toen gaf ik het op, de oefening uit dat boekje, en volgens mij niet echt veel later, misschien dagen of een week (weken?), plotseling (toen ik naar bed was gegaan en mijn ouders nog hoorde de trap opkomen naar hun slaapvertrek) ervoer ik dat ik loskwam van mijn lichaam. Goh, wat sensationeel was dat!

Ik ging naar het plafond en er doorheen de nacht in, de donkere kosmos tegemoet. Toen ik zo opsteeg en naar beneden keek, zag ik mijn lichaam liggen en zag ik energie omhoog stijgen, spiraalvormig en golven. Toen ik zo in de zwarte kosmos aan het opgaan was, moest ik opeens volkomen onverwachts, volledig spontaan, aan God denken!

Terwijl ik op dat moment meer een soort van boeddhistische kijk had op God, niet persoonlijk maar een onpersoonlijke bron van energie. Maar toen op dat moment, tijdens die uittreding, dacht ik op een persoonlijke manier aan Hem, niet als iets onpersoonlijks, zogezegd! Ik ervoer intelligentie! Op hetzelfde moment zag ik in de verte een licht!...

Ik heb dat licht niet weten te bereiken op dat moment, ik werd er echt door aangetrokken maar omdat ik me zo volslagen vrij voelde als een vogeltje, werd ik overmand door bepaalde verlangens, zoals naar mijn toekomst. Toen openbaarde deze zich aan mij maar toen was het licht daar niet meer. Toen ik dat besepte, kreeg ik spijt en concentreerde me vervolgens weer op dat licht in de verte.

Ik liet me nog enkele keren verleiden tot iets anders, dan God, naar God te gaan. En bij mijn laatste 'wens' klapte ik terug in mijn lichaam, deed bijna echt pijn. Toen dit gebeurde, deze afgang naar het lichaam, verwenste ik mezelf grondig, dat ik mijn verlangens na had gejaagd in de plaats naar het licht te gaan! Toen was er die stem, die zei, uitlegde: dat dat niet zo vreemd was, deze vrijheid te ervaren en uit te willen buiten maar dat ik eens Gods wil zal doen! Deze stem zorgde er echt voor mezelf niet de rest van mijn leven te vervloeken. Achteraf gezien was ik blij om deze onzichtbare gids (stem), want hoeveel mensen haten niet juist zichzelf het meeste?

Wat openbaarde de toekomst aan mij:

Ik zag mezelf in een groot gebouw en vele enthousiaste mensen!

Ik ervoer dat het gebouw van mij was maar dat vond ik op dat moment belachelijk, omdat ik absoluut geen rijk iemand wilde zijn, een bezitter!

Ik zocht naar innerlijke rijkdom, dat wel.

Later was ik in staat er anders naar te kijken en het niet als een bezit te zien maar als een centrum in dienst van het spirituele.

(Ook van deze uittreding heb ik niet alle in and outs beschreven.)

Je hoort t.z.t. van mensen die een bijna-dood-ervaring hebben en dan naar het licht gaan, God. In mijn geval was het niet naar aanleiding van een ongeluk ofzo. Maar de enorme sensatie van vrij zijn, was er niet minder om!

We zijn gekluisterd aan ons lichaam en hebben moeite om daar vrede mee te sluiten, nietwaar?

Toen ik de bekende schrijver en NCRV presentator Sipke van der Land, vertelde over het teken van Christus, reageerde hij enkel met: Waarom jij, of, waarom wij niet?

We zaten toen in de voortuin van zijn woning in Wassenaar!

Omdat in de Bijbel staat, dat ieder oog de Christus zal zien. Wil dat nog niet zeggen dat vooraf het teken niet gekend zou kunnen worden door een enkeling, toch?

Volgens mij loopt het altijd eerst via de enkelingen, Godsopenbaringen. Deze enkelingen worden dan vaak profeten genoemd.

Ik groeide niet op met een bepaald geloof, mijn ouders waren geen christenen. Ook al werden normaal bij ons thuis (gezin van in totaal vier meisjes en een jongen) de christelijke feestdagen gevierd.

Pas op mijn zeventiende ontdekte ik, zeiden zij dat ze theosofen waren!

Echt? Ja, echt!

Mijn ouders scheidden in het jaar 1987 van elkaar! Ze waren heel wat jaren met elkaar door het leven gegaan. En hadden veel lief en leed met elkaar gedeeld. Mijn vaders agressie was uiteindelijk de oorzaak, dat het over ging.

Op jonge leeftijd, ik was een jaar of zeventien of achttien toen ik op kamers ging. Kwam ik toch nog vaak bij mijn ouders over de vloer en aten we met elkaar en keken teevee. Toen kreeg ik een oproep van militaire dienst!

En omdat ik weigerde en daarom opgepakt kon worden, besloot ik weer terug te keren, te gaan wonen bij mijn vader en moeder. Ik wilde immers niet mijn huisbaas met een onbetaalde huur laten zitten.

Maar.. het conflict met de Raad van State duurde vervolgens negen jaar! Toen pas erkenden ze mijn bezwaren en hoefde ik niet in militaire dienst maar moest wel bereid zijn, tijdens een oorlog, burgerplicht te vervullen. Zoiets als mensen naar een schuilplaats verwijzing,...

Van alle sekten die ik ooit bezocht, en dat waren er nogal wat, vond ik dat gedoe met dienstplicht enzo, de ergste vorm!

In heel mijn leven heb ik nimmer gestemd. Ik vertrouw niet op de massa, noch in de vorm van politiek of godsdienst (denk maar aan de islam!).

Ik geloof in de kracht van de enkeling. Zoals met zout aan brood smaak wordt gegeven.

En je hebt maar een beetje licht nodig om duizenden jaren heersende duisternis van een nog onbekende grot in een oogwenk te verjagen, nietwaar?

'Verander de wereld en begin bij jezelf.' Of:
'Wees de verandering die je wil zien in de wereld.'

Hoewel ik weinig tot niets had met goeroes, daar niet mijn hulp zocht, begon ik in mijn eigen ogen geestelijk vast te lopen ergens in 1986, viel mij op.

Ik voelde me al een jaar op dood spoor, zagezegd. En geestelijke groei stond voorop, in mijn leven.

Ik dacht toen aan de verlichting van een Boeddha en een Jezus! Deze zou ik willen bereiken. Maar dan zou ik een volgeling behoren te worden.

Na het boeddhist zijn te hebben onderzocht, begreep ik dat ik geen echte boeddhist hier in het Westen zou kunnen zijn. Ik wilde me echt volledig overgeven, anders zou er geen garantie zijn van de verlichting, in mijn ogen. Jezus volgen, leek mij wel geheel mogelijk: dus ik werd een volgeling van zijn leringen.

Hij was niet God zelf voor mij maar een verlichte, iemand in wie God was. Jezus kende God. En ik durfde op hem te gokken.

Ik gaf mijn maatschappelijke zekerheden op en vertelde mijn vrienden en familie erover. Op dat moment was ik weer thuis en mijn besluit bracht een zekere spanning met zich mee, dat ervoer ik bij mijn vader en moeder, Vooral mijn moeder was er niet zo blij mee. Ik vond dat niemand zich aan mij hoefde aan te passen, ik keek wel waar ik met 'dit volgen' terecht zou komen! Maar mijn ouders praatten er wel met elkaar over!...

Toen de bom tussen mijn ouders in februari 1987 barstte, verliet mijn moeder het huis. Ik verkoos niet met haar mee te gaan, niet omdat ik partij had gekozen voor mijn vader maar omdat ik zag hoe alleen hij ervoor stond. Er leek niemand meer van hem te houden en juist liefde zag ik als een licht, noodzaak voor en in zijn leven. Mijn moeder had genoeg mensen om haar heen die van haar hielden. Mijn vader was niet meer echt populair!

En als iedereen (vrienden) die van elkaar houden bij elkaar kruipen, blijven zij die problemen hebben met zichzelf en omgeving alleen in het donker achter. En als niemand meer liefde deelt met hen, hoe kunnen zij die dan verder leren kennen?

Met deze simpele gedachte bleef ik bij mijn vader en ook voor hem te zorgen tot zover. Maar... ik had altijd met duidelijke taal gesproken, nimmer mijn mening voor me gehouden, als ik het niet met hem eens was! En ik had gevonden, dat hij eigenlijk naar mij zou moeten behoren te luisteren en ik niet naar hem, gezien mijn geestelijke achtergrond, rijkdom. Maar... als volgeling van Jezus werkt het niet zo! Hij leert immers: Wie van jullie de grootste of eerste wil zijn moet bereid zijn de kleinste te wezen!

Op deze manier onderwerp ik me aan, luisteren en nog eens luisteren naar zijn mening(en)!... Poeh, dat was geen makkelijke periode voor mij!

Ik voerde niet langer het woord ergens tegen. En als het echt te veel werd, sloot ik me tijdelijk op op mijn kamer.

Dit duurde volgens mij tot september (of augustus) 1987 maar voor die tijd op 19 juni 1987 opende de hemel zich overdag voor mij, toen ik op de bank zat in de huiskamer en naar buiten keek, tuinkant.

Daar hoog in de hemel zag ik de Heer, God. Op dat moment ervoer ik de hele mensheid al enkele duizenden jaren in gebed, ook ik was in gebed. (Vreemd vond ik dat, want ik zat gewoon naar buiten te kijken. Blijkbaar is gebed ook een innerlijke houding.)

Toen geheel onverwachts besloot God neer te dalen. Het was ons gebed geweest maar Zijn besluit.

Ik zag hem neerdalen en tot mijn grote verbazing in mij, tot vlak onder de navel. Ik had hem gezien, en hem fysiek ervaren.

Tjeetje, ik was geheel verbaasd, dat zoiets heiligs in mij was komen wonen.

Op dat moment begreep ik dat God nimmer in mij was geweest! Dat dat slechts een idee van mij was, dat God in iedereen is. Nu had ik toch echt begrepen dat dat niet zo is.

Op die manier werd ik plots mijn sterfelijkheid bewust van lichaam en geest. Dat mijn geest met het lichaam zou sterven, gegarandeerd. Want alleen God is niet van deze wereld. De Heer zou simpelweg teruggaan naar waar hij vandaan was gekomen.

Dit maakte mij onzeker en dacht een week hierover na.

Mijn geest was gehecht aan het lichaam en aan zijn eigen ideeën. Maar door mijn geest thans de richten op de Heer, zou ik daar zijn, wanneer het lichaam zal sterven. Ik zou bij Hem zijn, een met hem.

Het Heilige der heilige was in mij afgedaald en toen dat gebeurde klonken volkomen synchroon met dit neerdalen de woorden in mij: 'De Avatar.'

Ik had dat begrip weleens gehoord of gelezen maar kende beslist niet de betekenis ervan.

Ik wist, dacht ik toen, dat het een Sanskriet begrip was en omdat ergens in ons huis een Bhagavad Gita stond, zocht ik daar in de woordenlijst het woord op! Daarin staat: 'Degeen die neerdaalt.' Daarmee wordt dan God, de Heer bedoeld.

In het Oosten (India) heb je vele avatars.
Ook Jezus wordt als een avatar beschouwd.
Ik mag dan niet Gautama Boeddha zijn of
Jezus Christus of... maar simpelweg Nathan
die door God werd bezocht.

Op het ene moment zag ik de Heer in de
hemel en het volgende moment in mezelf.
Ik werd zijn vlees en bloed, zogezegd. Zijn
fluit, de fluit van Krishna!

Ik trouwde 19 september 2000 met Chandra
in Haarlem. We gingen toen op huwelijksreis
naar Thailand en bezochten daar twee
eilanden om heel veel te snorkelen!

Samen zijn we gewend om veel te wandelen,
te joggen en te zwemmen.

2011 bezochten we Israël vanwege Jezus
(geschiedenis en heiligdom).

En in 2013 bezochten we India (vanwege
een oude droom).

Dit jaar, 2022 bezochten we samen
Brockwood Park School en het centrum
aldaar van Jiddu Krishnamurti, in Engeland.

In 2017 in Veelerveen (Groningen), zittende aan tafel met wat andere mensen, was er opeens een licht buiten ons. Ik moest toen spontaan denken aan 'verlichting'.

Was hier iemand dan verlicht, kwam het licht van haar, met wie ik had zitten te praten? Ik wist het niet maar ik dacht van niet, het licht was daar gewoon!

Later in die maand toen we thuis kwamen, Chandra en ik, verscheen van heel dichtbij dat licht. Ik zag het als Het, het heilige, God. Het was daar opeens en naderde mijn gezicht. Het leek te kijken naar mij, geheel zuiver en zonder enig oordeel over wat het zag en Het zag alles.

Deze ervaringen deden/doen zich daarna nog opnieuw voor, zoals in 2019 te Griekenland, toen ik buiten zat voor een cafe, voor een kade van Ithaki, het eiland van de koning Odysseus.

Door het licht leerde ik verder naar mezelf kijken. Mezelf observeren deed ik al, maar zo puur als dit licht?

Het zintuiglijk-gewaar-zijn, begon in de zomer van 2017, tijdens onze (werk)vakantie.

Ik lag dan af en toe op bed en keek naar mezelf, ik was gewaar van alles wat ik lichamelijk voelde, hoorde, rook, proefde,... Ik zocht geen ervaring, want die was er al! Ook zocht ik geen bepaalde volgorde, want die kwam spontaan!... Welke ervaring drong het eerste tot me door en dan welke andere et cetera.

Deze overgave zorgde ervoor dat mijn geest tot rust kwam. Want we schreven tijdens die werkvakantie in zeven dagen een boek met elkaar. Door dat kijken naar mezelf, kwam er een balans, die ik hard nodig had. Toen, tijdens die (werk)vakantie verscheen dat licht...

DEEL TWEE

de drie geschenken van verlichting

Voorwoord

Als je niet bereid bent door het stof te kruipen als een rups kun je nimmer een vlinder worden.

Ook werd de slang van de Bijbel later verhoogd, Numeri 21.

Hoe saai en bekend dit moment voor je lijkt, toch begint daar je bevrijding.

Wat ik je hier te vertellen heb, gaat niet om iets anders dan dit moment, daar waar jouw lichaam en geest is. De kracht van God, transformatie, bewustzijn en liefde doen zich hier en nu voor.

De drie geschenken van verlichting, beschrijf ik hier in dit deel.

Geschenk Een: *Observatie als Meditatie*

Je bent er al. Bewustzijn is reeds het geval.
Observeer jezelf hier en nu, wees een licht
voor jezelf.

Onderken gewaarzijn.

Je kunt jezelf 24/7 gewaarzijn.

Niemand die jou dan nog kan vertellen wie je
bent. Wat je denkt, voelt en doet.

Je kunt met een boek in je handen in een
kamer zitten maar zonder licht is alles
zonder enige betekenis. Zo is ons leven
zonder zelfobservatie zonder enige
betekenis!

Meer achtergrond:

Jiddu Krishnamurti (India 1895 - 1986
Amerika) leerde observatie in de vorm van,
de eerste stap is tevens de laatste stap.

En vrijheid gaat aan vrijheid vooraf. Hij wilde
geen autoriteit en guru zijn voor zijn
luisteraars!

Eigenlijk heb je aan keuzeloos gewaarzijn
genoeg!

Op de eerste plaats is dat ook mijn advies, uit eigen inzicht en ervaring.

Volgens K onderwees de Boeddha hetzelfde, alleen B onderwees wel een weg en had leerlingen.

Een stukje geschiedenis:

...Je had de Boeddha en in de vorige eeuw verscheen onder leiding van de Theosofische Vereniging (TV) iemand, een jonge jongen, uit India. Die het voertuig zou moeten worden van de Maitreya (voorspelde nieuwe Boeddha).

In 1929 deed Krishnamurti echter afstand van die rol.

En verkondigde vanaf die tijd zijn eigen visie, los van de TV! Hij zag de Waarheid als een land zonder paden.

Echter bleef hij zich verbonden voelen met de historische Boeddha van 25 eeuwen geleden en zei dat ie in werkelijkheid of in wezen dezelfde boodschap had als deze Ontwaakte.

Toch bood hij, K, geen pad aan (de Boeddha verkondigde echter het achtvoudige pad!) en wilde ook geen monniken (leerlingen) om zich heen hebben!

En toen Krishnamurti stierf op negentigjarige leeftijd in Amerika, liet hij niemand achter van wie hij kon zeggen, dat die hem, K, echt had begrepen in zijn boodschap van onvoorwaardelijke vrijheid.

Terwijl zijn verlichte voorganger de nodige mensen tot de verlichting (ontwaken) had geleid, zelfs al direct in het begin toen de Boeddha met zijn prediking begon!

Waarin faalde Jiddu Krishnamurti?

Hij leerde: observeer jezelf! Wees een licht voor jezelf. En daarbij is de eerste stap tevens de laatste. Ook over meditatie zei hij: weg en doel zijn een.

Ik zag hem in werkelijkheid in 1981, te Amsterdam met duizenden anderen.

Ik leerde de valkuil van zijn boodschap van 'keuzeloos gewaarzijn' onderkennen.

Omdat ik altijd weer in mijn hoofd terecht kwam en dan wordt het tot een begrip!

Terwijl keuzeloos gewaarzijn dient ervaren te worden.

En ik zag ook hoe intellectueel zijn boodschap voor vele zoekers en vrienden van hem was geworden!

Dus denken dat je keuzeloos gewaarzijn bent.

Dit vind je ook terug bij mensen die beweren zelf liefde te zijn, alleen maar omdat een of ander heel dik boek dat beweert!

Geheel spontaan in 2017 kwam ik in aanraking met het zogenaamde kijken naar jezelf. Ik lag op bed en richtte mijn aandacht volkomen op mijn zintuigen: voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet,... Er was daarbij dan geen waarnemer: maar de waarnemer was dan het waargenomene. Ook werkte ik niet volgens een bepaald patroon: bijvoorbeeld van kruin naar teen of je vooral richten op de ademhaling.

Nee, niets van dat alles: ik onderkende de zintuiglijke ervaring (in volledige overgave) die het eerste bij me binnenkwam, en dan... en dan... et cetera!

Ik deed daarbij op geen enkele manier moeite mijn rusteloze geest te beoordelen, te veroordelen, te analyseren en dergelijke maar oversteeg deze direct door mijn aandacht simpelweg geheel te verleggen naar de boodschap van mijn lichaam: de zogenaamde rots in de branding!

Ik bemerkte hoe ik verfriste en er meer en meer ruimte begon te ontstaan binnen mijn geest-en-lichaam. Puur bewustzijn zelf. En als ik dacht dat ik er was, kwam ik weer in mijn hoofd terecht.

Dat zag ik ook bij mensen die beweren volgelingen te zijn van de Advaita. Zij beweren bewustzijn (God) zelf te zijn. Uiteindelijk kwam ik weer bij Krishnamurti terecht met zijn boodschap van directe zelfobservatie. Toen werd voor mij werkelijk: de eerste stap is tevens de laatste stap! Nu heb ik voor mezelf een balans gevonden, die je ook terugziet binnen de leringen van Gautama de Boeddha!

Observatie als meditatie is jezelf direct gewaarzijn zonder poespas!

Geschenk twee: *Trainen van Zintuiglijk Gewaarzijn*

Trainingsles 1/3

Bij het trainen van het zintuiglijk gewaarzijn, staat het lichaam centraal. Als een rots in de branding. Voel wat je voelt, zie wat je ziet, hoor wat je hoort, proef wat je proeft en ruik wat je ruikt. Laat daarbij de waarnemer het waargenomene zijn. Zeg dus niet tegen jezelf: Ik weet dat ik proef, ik weet dat ik voel... maar geef je daarentegen 100% over aan het voelen, proeven, e.d.. Alleen op die manier overstijg je direct alle grillen van de geest, zonder deze daarbij te veroordelen! Ook is het hier belangrijk te begrijpen, dat er geen sprake is van een bepaald patroon dat je behoort te volgen. Bijvoorbeeld: dat je als eerste naar je ademhaling gaat of naar het puntje van je neus! Nee, ervaar simpelweg spontaan wat het eerste bij je binnenkomt, en dan... en dan... en dan.. Geef je hier volledig aan over!
(PS Dit alles kun je zittende doen, liggende, lopende. Altijd.)

Trainingsles 2/3

Een signaal om de training direct op te pakken is geestelijk lijden. Ga dan direct naar wat je hier en nu - al - spontaan ervaart. Het maakt nimmer uit welk 'verhaal' van een zintuig het eerste bij je binnenkomt! Misschien hoor je en zie je een mus tjlpen of voel je als eerste je zitvlak, et cetera. Geef je volledig over aan deze golf van zintuiglijk ervaren. De geest zal dan moeten verdwijnen. Vorm nimmer een centrum tegenover dit ervaren maar ervaar volledig! Er is dan niemand die ervaart. De waarnemer en het waargenomene zijn dan een.

Trainingsles 3/3

Ik vraag je niet iets te ervaren, wat er niet is. Ik vraag je geen bepaalde ervaring te creëren! Ook is het beslist niet de bedoeling dat je een bepaald patroon volgt, bij het zintuiglijk ervaren. Het gaat om die ervaring, die geheel spontaan het eerste bij je binnenkomt. Het maakt dus niet uit, welk zintuig als eerste aan het woord is (reageert). En welke ervaring daarop dan weer zal volgen, et cetera. Het lichaam zal op deze manier een poort blijken te zijn naar een geheel nieuw innerlijk leven. Met andere woorden: ervaar wat je ervaart. Voel wat je voelt, hoor wat je hoort, zie wat je ziet,... Wees hierin niet afstandelijk maar laat de waarnemer het waargenomene zijn! Hierdoor zal de geest niet zijn programma kunnen doen: van wat het heeft en niet wil hebben. Wat je niet hebt en wel wil hebben.

Je geest is gewend de hele dag zijn eigen staart na te jagen. En de teleurstelling daarbij geeft de ervaring van geestelijke pijn, nietwaar?

Bij deze training (praktijk) wordt deze geest niet geoordeeld maar simpelweg direct overstegen! Dat is alles.

Daarbij zal dan steeds meer of direct gewaarzijn zelf worden ervaren, zonder poespas!

Weetjes

- Naga Meditatie (trainen van...) ontstond in de periode 2017 - 2021!
- Bij deze meditatievorm speelt geloof of ongeloof geen rol.
- In een bepaalde houding zitten, speelt geen rol.
- De zintuigen worden niet ergens op gefocust als oefening.
- Hier en nu, daar waar je bent, kun je je zintuiglijk bewustzijn trainen.
- Puur bewustzijn heeft geen oordeel over ons, over onze gedachten, gevoelens en fysiek.

Geschenk drie: Kundalini Master

Met juni 2022 vroeg ik me af, hoe je zo iets, de kundalini, kunt overdragen zonder dat iemand dan eerst een periode van discipline moet beoefenen. Zoals ik dat deed, een periode van vijf jaar. vanaf mijn zestiende tot mijn eenentwintigste jaar.

En hierin kreeg ik een bepaald inzicht!

Wanneer en hoe laten we de innerlijke witte energie stromen, zodat we ons gelukkig(er) zullen voelen?

- De kundalini energie is een witte (positieve) energie. Als deze opstijgt in je zul je je beter voelen, ja zelfs vrij en gelukkig. Daarbij spelen observatie, inzicht en (levens)houding een belangrijke rol.
- Je houding is van groot belang: dat je ontspannen bent en spontaan. Dat je positief bent. Alles is mogelijk, alles kan.
- Daarbij is inzicht, directe kennis, van de kundalini belangrijk.

Dat je deze hebt gezien en zijn werk in je hebt zien doen.

Dat je wetenschap hebt van de kundalini.

- Het allerbelangrijkste is in mijn ogen: wees jezelf 24/7 gewaar. Keuzeloos gewaarzijn.

Kijken naar jezelf zonder enig oordeel.

Je eigen geest en lichaam direct gewaarzijn en niet door het leven gaan als een zombie!

Dit alles kan besproken en geleerd worden!

GEDICHT
De dans van Shiva

(Shiva is een god uit de hindoeïstische drie eenheid. Hij is de god van de vernietiging, om een nieuwe schepping mogelijk te maken.

Doet me dan altijd weer denken aan het vellen van een prachtige grote boom, om een huis van te bouwen!

Shiva is ook het symbool van bewustzijn en yoga. Shiva draagt een grote cobra om zijn hals.

Bewustzijn zelf is geen materie maar danst tussen iedere manifestatie door. Voor bewustzijn bestaat geen vaste vorm!
Shiva danst door materie heen. Door het bos heen. Door de bergen heen. Door alle dieren en mensen heen. Etc.)

Ik-Ben Shiva.

*Mijn dans kent geen begin en einde.
Waar andere wezens lopen dans ik. Het
leven is immers Leela (goddelijk spel).
Mensen denken mij te kennen wanneer ik
verschijn maar het denken kan mij niet
bevatten, omvatten, analyseren. Omdat
bewustzijn namelijk geen product is van het
menselijk denken maar gelijk staat aan liefde
zelf.*

*Liefde is de poort tot mij, wat en wie ik ben.
Mijn komst in de mens, is als het zaad van
een machtige grote boom, eentje die 500
meter hoog kan worden en duizend jaar oud.
Ook ben ik de volmaakte lotus op het water
in het licht van de zon. Ondanks dat ik vanuit
de modder kom, ligt mijn bloem net boven
het water!*

*Ik word niet gekend door het denken maar
door direct gewaarzijn. Want ik ben tijdloos.
Het menselijk denken is onderworpen aan
materie en tijd, is materie en tijd.*

*Ik ben de enige ware spirituele, goddelijke
leraar. Want mijn dans is niet beperkt.*

*Ik dans door alles heen: dood, ziekte,
geboorte, huwelijk, armoede, rijkdom,
macht, verval,...*

*Wie mij werkelijk kent, zal niet sterven met
het lichaam. Wie mij werkelijk kent is mij
namelijk geheel toegewijd, mijn toegewijde.
Ik overtref de dood. Ik-Ben niet van deze
wereld.*

*Omdat ik niet van deze wereld ben, worden
mensen misleid door de vorm waar ik in
neerdaal. Uiterlijk lijk ik op een ieder. Maar
IN werkelijk niet, ben ik simpelweg
goddelijk. Begrijp dat ik voorbij iedere vorm
ga.*

*Ik ben onbeperkt. Ik ben de goddelijke
danser.*

*Mijn wijsheid ben ikzelf, dat wat ik ben is
tevens mijn boodschap, nietwaar?
Dans, vrees niet voor het leven van alledag.
Ik dans op huwelijken en begrafenissen.
Bij geboorte en dood. Bij succes en
tegenslag. Ik-Ben immers Ik-Ben!*

STUDIE & ACHTERGROND

Ik schreef voor het tijdschrift Religie & Mystiek diverse artikelen waaronder over Jiddu Krishnamurti. En schreef ik een jaar voor het tijdschrift Spiegelbeeld onder de alias: Nathan Moonstar! Ook werd er een artikel geplaatst van mij over een opvangcentrum in het Straatjournaal.

Verder kende ik de bekende journalist, schrijver en tv-presentator Sipke van der Land, waar ik dikwijls gesprekken mee voerde achter de coulissen over en voor diverse spirituele bewegingen.

Mijn spirituele ervaringen omvatten o.a. de kundalini, uittredingen, visioenen, en Godrealisatie.

Verder heb ik diverse spirituele bewegingen daadwerkelijk nader bestudeerd als een vriend, waaronder: de Oranje-beweging van Osho, Scientology, Hare Krishna, Spiritisme, Theosofie, Krishnamurti,... en nog vele anderen.

Ook heb ik diverse alternatieve opleidingen en cursussen doorlopen:
Facilitatortraining (2000) via Stichting voor Attitudinal Healing.
Stresscounseling (2008) via het instituut Civas.
Certified Practitioner of NLP (2011) bij NLP-AC.
Practitioner of Hypnotherapy (2011) bij NLP-AC.
Mindfulness (2011) via het instituut Evelp.
Mindfulness based cognitive therapy (2013) via het instituut Civas.
Boeddhisme (2021) via NTI.

Door de jaren heen, alleen en samen met Chandra, lezingen, workshops en bijeenkomsten gehouden. *En bezochten wij India & Israël!*

En heden zijn wij nog steeds actief!

CONTACT

Meditatieleraar
Nathan Wennegers (*Naga*)

Tarieven en gratis sessie

Mensen kunnen geheel gratis advies krijgen, tijdens een sessie, ontmoeting over hun levensvragen en/of problemen.

Voor het volgen van Kundalini Master en/of Naga Meditatie wordt echter wel een bepaald tarief gevraagd.

