

**‘KEN UZELVE’**



**Nathan Rozenhart**

Trefwoorden: Artikelen / Zelfkennis / Meditatie

Afbeelding: Pixabay.com

© 2023 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 (pagina 4)

Uitkijken naar Maitreya (pagina 5 - 6)

De geest als illusie (pagina 7 - 8)

Liegen, we doen er allemaal aan? (pagina 9)

Het leven is pijnlijk, nou en? (pagina 10)

Het denken (pagina 11 - 12)

Gratis eBook – Je bent de wereld die je waarneemt (pagina 13, *redactie*)

Wat is er gebeurd met de geestelijke rebellie van de vorige eeuw? (pagina 14)

Zijn we God of ontwaakt? (pagina 15)

Een en Niet-Twee (pagina 16 - 17)

Faalde Jiddu Krishnamurti? (pagina 18 – 19)

Een spirituele oorlog? (pagina 20)

Nathan Rozenhart en Koen Bugter – Een gesprek over onder andere innerlijke revolutie (pagina 21, *redactie*)

Het lijdzzaam ondergaan (pagina 22 – 23)

Hoe belangrijk is een leraar? (pagina 24)

Is de waarheid een land zonder paden? (pagina 25)

Gratis e-book: Waarom proberen we ons denken te beheersen? (pagina 26 – 27)

## Voorwoord

**In de periode mei – december 2023 verschenen online in het Boeddhistisch Dagblad 16 artikelen, waarvan 14 door mij als gastauteur en 2 door de redactie besteed aan mij!**

*Uit het artikel: Uitzien naar Maitreya:*

(...)

Ik weet, dat de verwachtingen vaak door de eeuwen heen hoog gespannen zijn geweest. Maar het blijft een feit dat de boodschap van de Boeddha en de Christus gaat over een innerlijke transformatie en zoals Krishnamurti heeft gezegd: de samenleving is een afspiegeling van ons innerlijk.

Ik denk dat steeds meer mensen gevoelig zullen worden voor de kern van de dharma en de kern van het evangelie.

Misschien geef ik hiermee een sprankje hoop:

‘Een belangrijk aspect van de chaostheorie is de gevoeligheid voor beginvoorwaarden. Dit betekent dat een zeer kleine verandering in de beginwaarden van een systeem binnen een eindige tijd tot grote veranderingen kan leiden. Dit wordt vaak geïllustreerd met het zogenaamde vlindereffect: de vleugelslag van een vlinder in Amerika kan uiteindelijk leiden tot een orkaan in Europa.’ (Bron: Bing AI.)

Betekent dit mogelijk dan ook, dat een innerlijke transformatie van een enkeling (‘Maitreya’?) een groot gevolg kan hebben op de gehele samenleving?

## **Uitkijken naar Maitreya**

Maitreya is de naam van de volgende Boeddha. Vele boeddhisten geloven dat na Siddhartha Gautama Boeddha een nieuwe Boeddha zal komen, en die voor vrede zal zorgen op aarde.

In de vorige eeuw werd zijn of de titel – tijdelijk – gebruikt door o.a. Jiddu Krishnamurti, Osho en een bepaald mystiek figuur verkondigd met die naam door Benjamin Creme. De Joden geloven in de Messiah en Hindoes in de Kalki Avatar, ook grote geestelijke figuren die nog behoren te komen en naar verluidt vrede zullen brengen. Zowel christenen als moslims geloven in de wederkomst van Jezus als de Messias.

Misschien beweert je buurman wel, dat ie de Maitreya is. Wie weet? Alleen zei Jezus in zijn tijd, dat vele mensen zouden komen die zich zouden presenteren als de wedergekomen Christus maar het niet zullen zijn. Weet, dat de nodige mensen Maitreya en Christus in een adem noemen.

Aan Krishnamurti werd eens gevraagd, dat ie de Christus was? Toen antwoordde hij met: Als ik zeg dat ik hem ben en iemand ander zegt van niet, dat K. hem niet is, wie zal u dan moeten geloven?

Ik geloof persoonlijk dat Maitreya de geest van Boeddha is die opnieuw zal worden opgepakt. Zoals een geur kan worden geroken. Dat de dharma van de Boeddha opnieuw zal worden begrepen, niet door de ogen van bijvoorbeeld de Tibetanen of boeddhisten uit Thailand maar dat begrippen als innerlijke vrede, vriendelijkheid, geweldloosheid,... opnieuw spontaan massaal zullen worden onderkend en gewaardeerd.

In deze tijd van oorlogen, zelfvervulling en uitbuiting van de planeet kan het wel eens zo zijn, dat we opeens zullen kiezen voor een geheel andere koers. Misschien verwijzen anderen dan weer daarbij naar de Christusgeest.

Ik weet, dat de verwachtingen vaak door de eeuwen heen hoog gespannen zijn geweest. Maar het blijft een feit dat de boodschap van de Boeddha en de Christus gaat over een innerlijke transformatie en zoals Krishnamurti heeft gezegd: de samenleving is een afspiegeling van ons innerlijk.

Ik denk dat steeds meer mensen gevoelig zullen worden voor de kern van de dharma en de kern van het evangelie.

Misschien geef ik hiermee een sprankje hoop:

Chaostheorie en... de Nieuwe Wereld?

‘Een belangrijk aspect van de chaostheorie is de gevoeligheid voor beginvoorwaarden. Dit betekent dat een zeer kleine verandering in de beginwaarden van een systeem binnen een eindige tijd tot grote veranderingen kan leiden.

Dit wordt vaak geïllustreerd met het zogenaamde vlindereffect: de vleugelslag van een vlinder in Amerika kan uiteindelijk leiden tot een orkaan in Europa.' (Bron: Bing AI.)

Betekent dit mogelijk dan ook, dat een innerlijke transformatie van een enkeling ('Maitreya?') een groot gevolg kan hebben op de gehele samenleving?

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/212585-nathan-uitkijken-naar-maitreya/>

## De geest als illusie

Doormiddel van onze geest kunnen we alles bedenken. We kunnen zaken krom praten die recht zijn en net andersom, zoiets wordt dan filosofie genoemd of politiek. Op die manier is het denken het grootste kwaad in deze wereld. We bedenken onszelf tot Rus (nationalistisch) of Nederlander, of Palestijn of Afrikaan, en dergelijke. En wat nu in is, dat je beweert als biologische man dat je vrouw bent of net andersom. Hoe we denken over onszelf is thans van groot belang, onze mening telt meer dan ooit te voren....

De wereld, samenleving, lijkt steeds meer op een groot dwaas toneelstuk. We kiezen partij tegen- of voor iets, zonder daarbij ons werkelijk af te vragen of onze keuze niet tot nog meer onrust leidt in deze wereld, die reeds als zo verdeeld is. Ben ik, bijvoorbeeld, een Rus of Palestijn? Of juist op de eerste plaats mens?

Moet ik weten dat iemand homo is of niet of zich vrouw voelt (als geboren man) of niet? Of mag ik gewoon een mens voor me zien? Als mens hebben we allemaal, waar dan ook ter wereld, dezelfde – noodzakelijke – behoeftes, zoals: onderdak, eten en drinken, medische zorg, kleding, rust.

De bril die we dragen is niet langer glashelder maar gekleurd. We weigeren simpelweg te kijken naar de feiten, zoals ze voor ons liggen. Zei de Boeddha niet: doe het goede, laat het kwade en zuiver de geest?

Meditatie wordt vaak gezien als het ideale middel om onze geest te zuiveren. Maar wat verstaan we onder meditatie? Want je hebt vele vormen. Binnen het boeddhisme, zover ik begrepen heb, gaat het om zichzelf observeren en daarbij vooral de ademhaling. Of wordt de gehele boeddhistische leer, dharma, samengevat met: wees alert.

Maar er zit een valkuil in het zichzelf observeren en/of zich concentreren op de ademhaling. Want wie of wat doet dat, wie observeert? Je kunt in mijn ogen met meditatie juist het innerlijke conflict, innerlijke gespletenheid, versterken: ik-en-mezelf. En het kan ook een vorm zijn om de wereld, samenleving, te ontvluchten. Meditatie als een vlucht. Heerlijk opgaan in het zitten. Op die manier bouw je alleen maar aan je ivoren toren tussen je oren.

Ik ben daarom een groot voorstander van: voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet, ruiken wat je ruikt en proeven wat je proeft. Simpelweg wat hier en nu het allereerste tot je komt, ongeacht waar je bent. De denkkeest wordt hierdoor direct overstegen, zonder deze geest eerst te analyseren of te beoordelen. Je verlegt hier en nu je aandacht naar het lichaam.

Maar als ik als een soort god mezelf ga observeren en daarbij diverse wegen bewandel, is het de vraag of ik wel werkelijk ontvankelijk ben voor het moment zelf. En daar ligt juist de grootste verandering, gevoelig zijn voor wat is. Kijken naar jezelf en anderen.

Zolang als we in een toestand verkeren van ik-en-mezelf, blijven we ook zo kijken naar onze omgeving, ik-en-de ander. Ware meditatie gaat niet over een bepaalde truc maar juist over alert zijn, bewust van de zoveelste conditionering vanuit en door onze geest.

Het lichaam is er al. Maar onze geest kan vastzitten in het verleden en de toekomst. Het lichaam dat altijd hier en nu is vormt op die manier, een rots in de branding. Verleg je aandacht simpelweg direct naar het lichaam. Anders blijft de geest zijn eigen staart najagen: denken aan wat het niet heeft en wil hebben en wat het heeft en niet wil hebben.

De Boeddha bereikte zijn innerlijke vrede zittende in de natuur, onder een boom aan een stromende rivier.

<https://boeddhistischdagblad.nl/achtergronden/212370-nathan-de-geest-als-illusie/>



## Liegen, we doen er allemaal aan?

Denk maar aan het 'leugentje om bestwil'. En als we kleine kinderen zeggen dat Sinterklaas bestaat en dergelijke. De gelovigen van de Boeddha en de Christus liegen niet. Vroeger biechtten iedere dag men aan elkaar alles op. In het begin leek alles zo onschuldig en zuiver te zijn: immers gaat het om de geest te zuiveren, innerlijke verlichting.

Vroeger waren de volgelingen gelijk voor elkaar, tot dat het hiërarchische en het politieke denken zijn intrede deed. Zelfs zenkloosters kunnen gebukt gaan onder een bepaalde hiërarchie. Wat vooral opvalt binnen godsdiensten in het algemeen dat vaak vrouwen een 'tweederangs' plaats innemen.

Niet liegen zorgt ervoor dat we liefde voor de waarheid hebben. En het is de waarheid dat ons zal vrijmaken, nietwaar? Opscheppen en liegen over bepaalde geestelijke ervaringen kunnen velen onder ons onnodig misleiden, vind ik.

Zoals het boek *De Meesters van het Verre Oosten*, van Baird T. Spalding, in mijn ogen slechts een spirituele roman is. Maar dit boek uit 1924 wordt nog altijd uitgegeven of dat het een waargebeurd verhaal is. Door de eeuwen heen zijn er veel verhalen in de omloop gekomen dat pure verzinsels zijn en dat vind ik heel jammer, omdat ze als waar worden aangenomen. Zoals de *Protocollen van de wijzen van Sion*, uit 1903, die spreekt van dat er een Joodse samenzwering is om de wereld te overheersen. Onderzoekers zien het als een fictief verhaal maar zelfs in deze tijd, zoals door de Hamas, wordt het als historische literatuur beschouwd.

Je ziet bijvoorbeeld hedendaagse christelijke gelovigen zweren op de Bijbel. Terwijl in diezelfde Bijbel staat, woorden van Jezus: 'Maar Ik zeg u: Zweer in het geheel niet, niet bij de hemel, want dat is de troon van God; niet bij de aarde, want dat is de voetbank van Zijn voeten; en ook niet bij Jeruzalem, want dat is de stad van de grote Koning. Ook bij uw hoofd mag u niet zweren, want u kunt niet één haar wit of zwart maken; maar laat uw woord ja ja zijn en uw nee nee; wat hierboven uitgaat, is uit de boze.' (- Mattheus 5:37.)

Kunnen we nog wel zijn als kleine kinderen? Open, oprecht en eerlijk. In mijn ogen kunnen we niet tot de Waarheid komen als we tegen onszelf en anderen blijven liegen. Je kunt onmogelijk het (innerlijk) conflict beëindigen als er geen liefde, oog is voor wat er feitelijk aan de hand is.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/chinees-boeddhisme-boeddhisme/godsdienst/212021-liegen-we-doen-er-allemaal-aan/>

## **Het leven is pijnlijk, nou en?**

Wie is er niet gevallen als klein kind op straat? Of niet uitgescholden? En dergelijke. Maar hoe reageerde jij en de omgeving (opvoeders) daarop?

Is lichamelijk en geestelijk lijden een absoluut taboe?

Als je kiespijn hebt, bel je een tandarts. Maar helaas kan dat niet iedereen! Ook heeft niet iedereen een opvoeder in zijn/haar omgeving die komt met een goed advies, wanneer je bijvoorbeeld gepest wordt.

Veel leed in deze wereld is fysiek, door: ziekte, gebrek, geweld, mishandeling,...

Ook voelen we ons mentaal lijden, door: dat mensen kwaadspreken over ons, dat we bepaalde gebeurtenissen niet kunnen vergeten, door dat we de ervaring hebben dat er niet echt naar ons geluisterd wordt...

Wijze mannen en vrouwen (waar ook ter wereld) hebben door de eeuwen heen, altijd gewezen op het feit dat we het lijden in ons leven kunnen doorbreken.

Door samendelen, heeft iedereen meer en niet minder.

Door het beoefenen van liefde en vergeven.

Door niet te kiezen voor militaire dienst en oorlogsvoering.

Door geen dieren te doden voor de consumptie.

Door meer groenten en fruit te eten.

Door je te laten inspireren door de natuur in de plaats deze uit te buiten.

Door gezond, voldoende lichamelijk te bewegen.

Enzomeer.

Het zoeken naar lichamelijke en geestelijke balans in ons dagelijks leven is van groot belang. Anders gaan we steeds meer zoeken naar medicatie.

Wandelen in de natuur moet niet gezien worden als medicatie, want dan ben je al ver heen.

Ook de nodige gezonde beweging van het lichaam, behoort niet gezien te worden als een medicijn maar gewoon als normaal, als onderdeel van.

Ook de waarheid spreken en niet liegen is mentaal gezond (en niet iets alleen voor onder ede).

Met andere woorden: leven we in balans of leven we er enkel op los, zodat we uiteindelijk gaan smeken, roepen, om verlossing?

De Boeddha wees op de middenweg: het vermijden van uitersten in je leven: kijk uit met zelfvervulling maar kijk ook uit met zelfonderdrukking. En dat vraagt om wijsheid, inzicht. Een geest die gericht is op feiten inplaats op fantasieën en goedkope oplossingen, nietwaar?

Balans staat voor zelfkennis en zelfkennis voor balans.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/211635-nathan-het-leven-is-pijnlijk-nou-en/>

## Het denken

Het denken vormt een probleem wanneer we gaan denken over ons denken. Wanneer we ons denken proberen te veranderen, proberen te beheersen. Ik-en-mijn-denken vertegenwoordigt een conflict.

Kunnen we ons denken bevrijden van iedere overheersing? Kunnen we ons denken bevrijden van iedere overtuiging? Zodat we direct gaan zien.

Wanneer er sprake is van ik-en-mijn-denken, is er geen sprake van zien, direct zien. Keuzeloos gewaarzijn is gelijk aan een ongeconditioneerde geest. Het denken dat innerlijk gestuurd wordt is niet vrij.

Net als ouders die het denken van hun kinderen proberen te beheersen, door een of ander geloof. Laten we met elkaar kijken en met elkaar praten over wat we zien. Laten we samen denken. Maar als er sprake is van een of andere dictator, in welke vorm ook, laten we ons sturen, zijn we bevooroordeeld. Innerlijk zijn het onze overtuigingen die ons zicht belemmeren.

Zijn we bereid echt te twijfelen?

Overtuigingen zijn niet waar en objectief maar subjectief. Alleen feiten zijn waar en objectief, zoals dat water nat is en de zon het middelpunt is van ons heelal.

Binnen zen(boeddhisme) staat het leven centraal en niet ons denken over het leven. Is gewaarzijn van groot belang. Waar is bijvoorbeeld onze aandacht, bewustzijn, tijdens de afwas...? Ik geloof wel dat je lekker weg moet kunnen dromen. Dat dat ook onderdeel is van een gezond brein. Maar niet gevoelig willen zijn voor wat is, is een afwijzing van jezelf, jezelf als mens, hier en nu.

Sommige mensen leven liever met een voorstelling van zichzelf en de ander. Natuurlijk kun je lekker wegdromen maar als ons denken te belangrijk wordt, wat dan? Onze geest dient zich te richten op feiten. Maar er zijn mensen die graag denken over het denken en dan weer verder denken, zonder ooit hun denken te overstijgen en direct gevoelig te zijn.

Er is een bekend verhaal, van een wijze die altijd in stilte wandelde. Toen wilde iemand met hem meelopen. Goed, dat stond hij toe. Tijdens die wandeling, kwam de zon op en de gast zei: 'Goh, wat een prachtige zonsopgang.' Later vertelde de wijze tegen iemand, nou die gast kan maar beter niet meer meelopen, want hij praat te veel.

Ik praat zelf graag tijdens een wandeling. Als ik alleen wandel word ik vaak vanzelf innerlijk stil. Het maakt mij niet uit, dat ik graag praat, met iemand, tijdens het wandelen. Ik gebruik vaak zo'n wandeling juist om eens goed bij te praten. Maar vanzelfsprekend is er ruimte voor alle schoonheid. Kun je ook genieten met elkaar door gewoon even leeg te zijn en vol van de natuur.

Je kunt stilte-wandelingen organiseren... maar je kunt ook heerlijk gaan joggen.

Het denken is in mijn ogen pas een probleem als het wil gaan overheersen of dat er een zogenaamde waarnemer is die het denken wil gaan beheersen. Want in werkelijkheid is de waarnemer en het denken niet verschillend. En in werkelijkheid is liefde van een geheel andere orde, dan het denken zelf.

Als we liefde in ons hart hebben, kan het denken niet overheersen. En als we zien en begrijpen dat de denker en het denken hetzelfde zijn, zal er geen sprake zijn van een innerlijke strijd. Dan pas zijn we normaal denkende- en liefdevolle wezens.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/zen-zen-zen/211409-nathan-het-denken/>

## **Gratis eBook – Je bent de wereld die je waarneemt**

- de redactie -

Dit gratis boek van Nathan Rozenhart bevat drie delen:

Autobiografie, kernboodschap en interview door een journalist.  
Het bevat zo'n 70 pagina's en de paperback is deze week verkrijgbaar.  
Download hier: <https://nathan.contact/boek/gratis-ebook/>

*'De ene innerlijke deur volgde op de andere innerlijke deur.  
Uiteindelijk werd alles belangrijk voor me.  
Niet alleen God (de Waarheid) of het menszijn, maar beide.  
De waarnemer en het object van waarneming zijn niet verschillend.  
Ik ben de wereld die ik waarneem.'*

Nathan.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boekbespreking/211121-gratis-ebook-je-bent-de-wereld-die-je-waarneemt/>

## **Wat is er gebeurd met de geestelijke rebellie van de vorige eeuw?**

Jiddu Krishnamurti en Osho (Bhagwan) lieten van zich horen. Bekritiseerden de georganiseerde godsdiensten en de politiek in wereld. Nu lijken we een kant te hebben gekozen. We zijn ergens voor of tegen maar niet tegen de gehele georganiseerde godsdiensten en bekritisieren niet alle politici. Zijn we dan zo besmet geraakt? Zoals iemand besmet raakt door drugs, kiest voor softdrugs of harddrugs.

Ik huil om dit slappe gedoe en veeg mijn tranen hierbij weg. Mensen lijken macht belangrijker te vinden dan waarheid, waar dan ook. In de vorige eeuw leefden vele spirituele kopstukken ook al bleken enkele daarvan te sneuvelen door roddels of schandalen. De lezer hier zal vast wel zijn eigen favoriete leermeester hebben, vrouwelijk of mannelijk.

Tegenwoordig lijkt alles zich wel te verliezen in de hang naar politiek. We zijn dan echt vergeten waar de werkelijke kracht ligt. In de mens zelf. Zoals Christus zei: 'Mijn rijk is niet van deze wereld.'

Innerlijk kunnen we transformeren. We kunnen echt het verschil uitmaken in de wereld van vandaag. Als we maar echt zien en begrijpen waar de werkelijke liefde en intelligentie zit.

Een heel brood (lees mensheid) heeft maar weinig zout nodig om op smaak te komen, nietwaar? Jiddu Krishnamurti moet hebben beweerd: 'Als vijf mensen zouden zijn als hem, dat dat voldoende zal zijn om een verandering in de wereld te bewerkstelligen.'

Ik weet zelf niet het juiste aantal, wat een omslagpunt zou kunnen betekenen.

Als het water borrelt, zegt dat nog niet dat het echt kookt. Ook al is het dan al 95 graden Celsius, nietwaar? Die 5 graden maakt dan het verschil uit!

Zoals Mahatma Gandhi zei: 'Wees zelf de verandering die je in de wereld wilt zien' En hij was iemand die wist waarover hij sprak.

Geweld is daarbij niet de weg! Dat leerden de Boeddha en de Christus ook niet, geweld als antwoord.

De enige ware revolutie is innerlijk, nietwaar?

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/211039-nathan-wat-is-er-gebeurd-met-de-geestelijke-rebellie-van-de-vorige-eeuw/>

## **Zijn we God of ontwaakt?**

Boeddha wees het godzijn van de hand. Zelfs de goden waren en zijn onderworpen aan de wet van karma, aan het rad van wedergeboorte. Pas als je ontwaakt, het zogenaamde zelf uitblust, zul je je ware rust vinden.

Vanzelfsprekend ontkende Siddhartha Gautama niet zijn eigen aanwezigheid. Maar er is geen apart zelf, iets in de mens. Hoogstens het ego van de mens. Een bundeling van gedachten en verlangens. Je kunt namelijk denken, geloven dat er een god(delijke vonk) in jou huist maar is dat feitelijk ook zo? Vroeger dachten we dat het middelpunt van het heelal de aarde was...

We zijn potentiële boeddha's maar innerlijk zal je niets vinden. Zoals in het zaadje van een appelboom geen boom zit, als je het zaadje openmaakt, zie je niets, behalve dat zaadje, toch?

Er is wel eens een beeld gevonden van klei, met een heuse gouden boeddha erin! Maar zo is het niet met de mens van vlees-en-bloed.

We zijn leeg maar het ego kan ons daarbij misleiden.

In de tijd van de Boeddha werd ook het atman onderwezen maar de Boeddha onderwees dat niet. Volgens de Indiase filosofie heb je atman en Brahman, zoals je een vonk hebt en het vuur of een druppelwater hebt en de oceaan.

De innerlijke vonk (atman) is een met Brahman, een en hetzelfde.

Maar Siddhartha bood niet deze hoop. Zei niet dat je er was, innerlijk. Want hij bood het pittige en praktische achtvoudige pad aan.

We dienen ons te ontdoen van het zogenaamde innerlijke zelf. Dat je niet meer in de wereld staat als: ik en de wereld, ik en de ander.

Als je leeg bent, kun je vol zijn van het moment. Kun je vol zijn van het leven zoals het is. Kun je van moment tot moment leven, zonder dat daarbij nog iets is in jou om zich ergens aan te hechten. Er is niemand en toch ben je volledig aanwezig. Niet apathisch maar met liefdevolle vriendelijkheid.

Amen.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/210593-nathan-zijn-we-god-of-ontwaakt/>

## Een en Niet-Twee

Er zijn mensen die denken het bewustzijn te zijn.  
En er zijn mensen die denken het lichaam te zijn.  
Maar kun je deze ook beiden zijn?

Kun je het onsterfelijke, oneindige en het beperkte en sterfelijke zijn?  
Is de vis enkel de vis of ook de oceaan waarin hij leeft?  
Hoe komt het toch dat we het een wel willen zijn en niet het andere?  
Als je beiden niet vergelijkt met elkaar maar simpelweg ervaart, waar ligt dan nog de scheiding in?

Als je opgaat in bijvoorbeeld een heerlijke vrijpartij, denk je dan nog wel dat je enkel bewustzijn bent? En niet dat sterfelijke wezen.  
Als je opgaat in bewustzijn of stilte zelf, denk je dan nog wel aan je menszijn? Dat je eigenlijk sterfelijk bent, overeenkomstig je geloof.

Waarom scheiden we deze zaken door ons geloof? Het geloof of ons denken dat zegt dat we enkel... zijn.  
Als je de wereld bent die je waarneemt, van moment tot moment, waar ligt dan het probleem?  
Past de spiegel zich niet altijd aan, aan zijn inhoud?  
Ligt ons zogenaamde Zelf niet juist verborgen in alles en niets?

Maar mensen geloven in een zelf, als een brein of een onafhankelijk bewustzijn.  
Zoeken een soort van zekerheid. 'Ik ben dat.' ... 'Ik ben boeddhist.' ... 'Ik ben atheïst.' ... En dergelijke.  
Als je alles bent, als de waarnemer en het waargenomene een zijn en niet-twee, zal er dan nog wel sprake zijn van oorlog en onderdrukking op aarde?  
'Ik ben Nederlander en moslim.' ... 'Ik ben Joods...' ...

Als je geest slechts gevoelig is voor feiten en je geen psychologische zekerheid zoekt, waardoor zul je dan nog afgescheidenheid ervaren?  
Weerkaatst een spiegel niet even makkelijk een ongelovige als een gelovige? Of een boom als een steen? ...  
Kan een spiegel in strijd zijn met zijn inhoud?

Als ons bewustzijn geen verzet pleegt door onwetendheid, zullen we direct zien, dat we alles zijn. Ik ben de wereld die ik waarneem. Probeer dat 'ik' niet vervolgens te scheiden van de wereld. Zoals een golf niet te scheiden is van de oceaan.  
Er is geen 'ik'. Slechts zijn, aanwezig zijn. Heel zijn, totaal zijn.

Weet, dat keuzeloos gewaarzijn geen aparte werkelijkheid is maar onze werkelijkheid.  
Ik ben, is geen egotrip. Je kunt niet naar keuzeloos gewaarzijn verlangen en het dan bereiken. Als de mens en de waarnemer van de mens tegen elkaar wegvallen, zal er sprake zijn van een innerlijke transformatie. Dan pas zal er sprake zijn van een psychologische revolutie.

Amen.



<https://boeddhistischdagblad.nl/auteurs/210134-nathan-een-en-niet-twee/>

## Faalde Jiddu Krishnamurti?

Mensen die van hem houden, vrienden, zouden deze vraag als aanmatigend kunnen ervaren. Het is beslist geen aanval op hem. Maar een kritische blik op zijn leven als spreker van de waarheid. Waarbij niemand verlicht werd: 'Niemand heeft mij begrepen,' zei hij dikwijls.

Krishnamurti had een sterke band met de Boeddha, die hij zelfs op latere leeftijd nog zag als een volledige spontane aanwezigheid (niet opgeroepen door verlangens, geen projectie). Hij zei net als de Boeddha: 'Wees een licht voor jezelf.'

Boeddha had echter wel toegewijden om hem heen die ontwaakten. Krishnamurti echter niet. Toch beweerde hij dat hij dezelfde boodschap had als de Boeddha. In Sri Lanka (boeddhistisch land) was Krishnamurti ook populair, waar hij gezien werd als een nieuwe boeddha.

Wat ontbrak in zijn boodschap, waarin schoten zijn leringen te kort? Ik zal hier mijn antwoord nauwkeurig omschrijven:

Op de eerste plaats was Krishnamurti zeker ook een heel fysiek mens: hij deed aan lichaamsyoga, hij maakte dagelijks lange wandelingen, at en dronk beslist niet alles, en wees seks niet af in zijn leven. Dat laatste kostte hem opeens veel aanhang, toen dit gegeven openbaar werd, bekend bij het grote publiek.

Hij was een mens die sterk verbonden was met de natuur, dus tevens zijn lichaam. Hij zag de natuur als een wezenlijk onderdeel van de mens en zijn heelheid.

Maar zijn boodschap leek wel voer te zijn voor alle intellectuelen, waar ook ter wereld. Zijn uitspraken over het niet volgen van een guru of welke autoriteit dan ook, werden gunstig ontvangen. Zelfs dat hij methodes voor de geest afwees: 'De waarheid is een land zonder paden.'

Boeddha echter (die ongeveer vijftienghonderd jaar eerder leefde in India en Nepal) kon wel gevolgd worden en hij bood wel een weg aan. Toch wilde hij niet op basis van autoriteit worden gevolgd, iedere volgeling diende alles voor zichzelf te onderzoeken op waarheid.

Ik zie veelvuldig mensen Krishnamurti op een voetstuk zetten en zichzelf daarbij minachten als geestelijk wezen. 'Beslist geen Krishnamurti.' Ook lijkt het erop dat deze groep van vrienden en geïnteresseerden de fysieke kant van Krishnamurti onderschat. Hij rookte niet en at vegetarisch.

Als je alles van hem alleen maar intellectueel beziet en benadert, kom je heel gauw vast te zitten tussen je oren, opgesloten in je eigen ivoren toren van gelijk.

Je kunt Krishnamurti overal gelijk in geven: niemand volgen, geen methodes, geen rituelen, enkel jezelf observeren. We missen het fysieke lichaam binnen ons intellectueel geneuzel. We missen de rots, we missen de afdaling in ons fysieke bestaan.

Voelen wat je voelt, horen wat je hoort, zien wat je ziet, proeven wat je proeft en ruiken wat je ruikt. Laat daarbij de waarnemer het waargenomene zijn. Reserveer niet stiekem een (lui) plekje voor je denkgeest. Verleg simpelweg volledig je aandacht eens naar het lichaam, hier en nu.

Pas dan kunnen we eens ontsnappen aan al onze likjes aan het adres van Krishnamurti. Het is zo makkelijk hem gelijk te geven en vervolgens weer verder te gaan met alles, en intellectueel een reus lijken te zijn, ten opzichte van anderen die wel paden volgen en zeggen een leraar te hebben.

Krishnamurti straalde ook tijdens zijn leven als mens en spreker het fysieke uit. Dat gezien dient te worden. Opgenomen in je eigen zoektocht.

Ik wil hier niemand de les lezen maar dit is mijn oprechte ervaring.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/209637-faalde-jiddu-krishnamurti/>

## Een spirituele oorlog?

...Mensen die beweren dat het fysieke brein de enige realiteit is.

En zoekers die geloven dat er geen vrije wil (keuze) bestaat, dat alles bepaald wordt door stoffen binnen onze hersenen.

Andere mensen die beweren dat alles (wat we waarnemen) een illusie is, slechts een manifestatie in bewustzijn, dat wat eeuwig en onveranderlijk is.

Mensen die zeggen dat 'God' slechts een schepping is van de mens.

En zoekers die beweren dat er niet zoiets bestaat als 'goed en kwaad'.

Mensen die beweren dat je helemaal niets kunt doen aan je eigen verlichting. Etc.!

Maar wat geloof ik, wat denk ik, wat zie ik werkelijk hier en nu?

Op een dag zag ik direct zonder enige twijfel, dat ik voor de volle 100% de persoon ben. Het zogenaamde object van de waarnemer. Toen zag ik ook, direct zonder enige twijfel, dat ik de waarnemer ben voor de volle 100%. En dat de persoon en de waarnemer niet verschillend zijn maar een en hetzelfde.

Dat is feitelijk het geval. En dat we enkel, als we dit direct zelf waarnemen, het innerlijke conflict weten te beëindigen. 'Ik en het waargenomene,' houdt een conflict in. 'Ik en mezelf,' staat voor gespletenheid. We zijn echter de wereld die we waarnemen.

Als bewustzijn puur in alle vrijheid wordt ervaren, is dat simpelweg een feit. Als de persoon (gedachten-gevoelens-lichaam) wordt ervaren, is dat simpelweg een feit. Waarom tegen de een zijn en voor het andere? Waarom alleen maar je buik willen vullen en meditatie verachten of net andersom? Waarom kiezen tussen het goddelijke en het menselijke? Zoiets blijft een conflict vertegenwoordigen, op welke manier dan ook, nietwaar?

Ik ben volledig mens en god en daarin ligt geen conflict. Zoals een boom ruimte nodig heeft en een ruimte zonder boom zonder enige werkelijke betekenis is.

Ik ben alles en niets en die twee gaan prima samen.

<https://boeddhistischdagblad.nl/achtergronden/209374-een-spirituele-oorlog/>

## **Nathan Rozenhart en Koen Bugter – Een gesprek over onder andere innerlijke revolutie**

- de redactie -

Freelance journalist Koen Bugter interviewde Nathan Rozenhart over diens nieuwe boek *De Boodschap*. Een boek over de innerlijke revolutie, transformatie, van de mens.

‘De innerlijke revolutie betreft het zien dat je de persoon bent en de waarnemer van de persoon. Deze zijn een en hetzelfde. Niet-twee. Op die manier zal het innerlijke conflict: ik en mezelf eindigen en zal er sprake zijn van een ongeconditioneerde geest, keuzeloos gewaarzijn.

Er bestaat dus niet zoiets als een ongeconditioneerde geest met daarnaast een geconditioneerde geest: omdat er maar een geest is. Pas wanneer we echt zien dat de persoon en de waarnemer hetzelfde zijn, zal er sprake zijn van een innerlijke transformatie.’

Video: [https://youtu.be/gPf2bUH7\\_2o?si=PQpAlPZXz6-cPMJ4](https://youtu.be/gPf2bUH7_2o?si=PQpAlPZXz6-cPMJ4)

Zie voor meer informatie: <https://Nathan.contact>

<https://boeddhistischdagblad.nl/nieuws/208967-nathan-rozenhart-en-koen-bugter-een-gesprek-over-onder-andere-innerlijke-revolutie/>

## Het lijdzaam ondergaan

Na alle onrust in de wereld van Rusland en Oekraïne, volgt vervolgens Palestina en Israël: 'Israël is in oorlog.' vernamen we zaterdag (7 okt. red.). Waar je ook kijkt, lijkt er onrust te zijn en vrede lijkt nog maar een ver of onnozel begrip.

In de vorige eeuw zei Sathya Sai Baba met zo'n 34 miljoen volgelingen: 'Als ik heenga, zal er overal vrede zijn.' In de vorige eeuw geloofden heel veel mensen in de magische eeuwwisseling van het jaar 2000. In de vorige eeuw liepen we met zijn allen achter vele oosterse en westerse leermeesters aan met een geloof in een andere wereld, nietwaar?

Nu, lijkt de wereld, samenleving alleen maar te exploderen.

Niets blijkt geholpen te hebben. Niets en niemand heeft dit weten te voorkomen: geen boeddhist, geen christen, geen jood, geen moslim, geen hindoe,... geen politicus, geen wetenschapper, geen dokter, geen psycholoog,... geen drugs, geen ayahasca, geen antidepressiva,... geen vipassana, geen mindfulness, geen zen, etc. Want het feit is er: we gaan nu heel snel door een hele koude en donkere tunnel met elkaar. Als je kijkt naar alles: naar alle wreedheden, naar alle oorlogen en misdaad, kun je alleen maar toegeven dat ook jij dit niet hebt weten te voorkomen. Dat is een feit.

Het is een feit dat ook de schrijver het niet weet.

Dan pas ga je kijken, dan pas ben je oprecht open en gevoelig. Als er geen verzet is, in welke vorm dan ook: door haat, door geweld, door geloof, door esoterisch geneuzel, door astrologische berekeningen, door zogenaamde wel of geen Bijbelse voorspellingen,... Door niets, dan pas voel je wat je voelt. Zie je wat je ziet. Hoor je wat je hoort.

Zoals je weet dat je doodgaat en je alle wegen vooraf bewandeld hebt om dat moment voor te zijn. Thans is het moment daar. Je bent dan niet opeens apathisch of wrokkig, nee: de dood wordt simpelweg in de ogen gezien.

Dit vraagt intelligentie en intelligente mensen zullen je met rust laten. Niet lastig vallen met bezweringen, hulpmiddeltjes of wat dan ook. Nee, de mensen om je heen, zullen samen met jou in stilte alles lijdzaam ondergaan. En juist daaruit spreekt liefde, transformatie en nergens anders uit. Dan zullen we ook leren van de dood.

Niet door nog meer verzet door geloof en haat, maar door al het verschrikkelijke geweld in de wereld eens in stilte, al was het maar een dag, in de ogen te kijken, kunnen we leren wat blijikbaar vooraf niet met elkaar te leren viel.

Eens geen kerkdienst, even geen politiek, even geen politie, even geen new age gedoe, even geen filosofie over eeuwig leven, even geen. Kunnen we zien dat we tot dit moment alleen en met elkaar gefaald hebben? Ondanks alle goede bedoelingen.

Een andere geur, tussen de kruitdampen kan enkel spontaan ontstaan. Omdat intelligente mensen waar ook ter wereld, hebben begrepen, niet te weten (anders was nu alles anders geweest, nietwaar?). Als je ziet dat alles wat je gedacht hebt en gedaan, deze verschrikking die nu gaande is in de wereld niet heeft weten tegen te gaan, kun je enkel stil zijn, volledig gevoelig voor wat is zonder enig verzet. En juist daarin kan er spontaan verandering innerlijk zich voordoen. Niet vanuit een bepaalde overtuiging, van godsdienstige, filosofische of politieke aard.

Zolang als we denken te weten, willen we niet zien en accepteren dat we allang geleden gefaald hebben als mens op aarde. Iedere vorm van verzet zal geen einde weten te maken aan al het geweld en chaos. Waar ook ter wereld, kunnen we eens echt innerlijk stil worden en gevoelig voor de problematiek. Als je dan lijdzaam alles ondergaat, kan er innerlijk een andere dimensie ontstaan, geheel spontaan, zonder weten, zonder kennis, zonder overtuiging vooraf. Deze innerlijke transformatie zal dan geheel oprecht kunnen worden opgepikt door andere gevoelige mensen. Een andere geur die geheel spontaan opeens wordt waargenomen tussen de kruitdampen. Een geur die ons kan en zal inspireren tot andere gedachten en gevoelens. Niet van wraak maar van liefde.

Welke dag weet niemand.

<https://boeddhistischdagblad.nl/achtergronden/208438-nathan-rozenhart-het-lijdzaam-ondergaan/>

## **Hoe belangrijk is een leraar?**

Hoe zit het met een goede spirituele leraar?

Die bestaan niet, wel goede en slechte leerlingen. Want zelfs van een simpele steen kun je leren.

De functie van een leraar is, om je op jezelf terug te werpen. Dat je echt gaat begrijpen dat het antwoord daar is waar je bent.

Een leraar is namelijk geen Sinterklaas die jou iets kan of behoort te geven!

Dus het stellen van goede vragen en deze ook voor jezelf te onderzoeken is mogelijk nog belangrijker dan het vissen naar zogenaamde goede antwoorden.

Een leraar is een spiegel. Ontmoet jezelf. Zie jezelf. Hij/zij is mogelijk een hele lange weg gegaan met zichzelf. Daar kun je als geestelijk (onder)zoeker je voordeel mee doen, nietwaar? Maar geloven dat de leraar jou het antwoord behoort te geven, berust op een misverstand. Zoals een bekend Indiase leraar eens zei: 'Ik ben als een vroedvrouw.' De leraar helpt slechts een handje bij de bevalling. Maar verwachten dat er een kind wordt gehaald, terwijl er helemaal geen leven in je is, is natuurlijk onzin!

Boeddha ontwaakte omdat hij zo'n geweldige (onder)zoeker was en niet vanwege zijn leraren op zijn pad, want die heeft hij ook gehad. Ook Jiddu Krishnamurti had leraren maar ook hij oversteeg deze. Osho (Bhagwan) had geen leraar, toen hij op zijn eenentwintigste levensjaar zijn verlichting ervoer. Ook Sri Ramana Maharshi had geen leraar. Ook bij Yeshua (Jezus) wordt er niet gesproken van een leraar die hem onderrichtte!... Dus, kijk uit met het zoeken naar een leraar, zoek liever de waarheid boven alles!

Boeddha wees niet zichzelf af als leraar maar wilde niet gevolgd worden op basis van enkel geloof of op basis van autoriteit. Hij verzocht de zoeker zijn leringen op waarheid te onderzoeken. Ook Jiddu Krishnamurti zei dat maar wilde verder geen mensen om zich heen hebben, die zeiden hem te – willen – volgen. Hij, K, zei bijvoorbeeld wel eens: 'Je hoeft geen boeddhist te zijn om geen vlees te eten.'

Waarom denken we een leraar nodig te hebben of deze te moeten afwijzen? Want je kunt altijd gewoon in alle vrijheid luisteren, zoals je in alle vrijheid kunt luisteren naar het gezang van een vogel.

'Wees niet horende doof en ziende blind.' Hang je niet op aan een of andere bekende leraar. De waarheid is daar waar je bent.

<https://boeddhistischdagblad.nl/boeddhisme/207384-hoe-belangrijk-is-een-leraar/>



## **Is de waarheid een land zonder paden?**

‘De Waarheid is een land zonder paden,’ zei Jiddu Krishnamurti in Nederland, in het jaar 1929 te Ommen.

De Boeddha onderrichtte echter het Achtvoudige pad. Ook Jezus sprak over een pad, over zaken als je laten dopen, een andere naam aannemen en je bezittingen weggeven.

Zowel de eerste boeddhisten als de eerste christenen noemden zichzelf ook volgelingen van de Weg.

Jiddu Krishnamurti sprak niet negatief over de Boeddha, zei zelfs dat ie hetzelfde leerde. Het klopt dat beide leraren zeiden: ‘Wees een licht voor jezelf.’ Ook de Boeddha wilde niet dat mensen hem volgden op basis van autoriteit, maar op basis van onderzoek.

Ook Jezus zei: ‘U bent het licht van de wereld. Een stad die boven op een berg ligt, kan niet verborgen zijn.’ (...) ‘Zie er dus op toe, dat het licht dat in u is, geen duisternis is.’ – NT.

Boeddha begon zijn boodschap in Sarnath (Noord-India), in een hertenkamp, waar hij vijf bekende asceten tegenkwam die bereid waren naar hem te luisteren. Deze oprechte en serieuze zoekers kwamen direct tot de verlichting, nirvana.

Helaas ging dat niet zo in het leven van de grote geest, Krishnamurti (1895 – 1986). Het bleek aan het einde van zijn leven hier, dat niemand hem echt begrepen had. Terwijl hij toch gigantisch bekend en populair is bij velen onder ons, nietwaar?

Ik ontdekte voor mezelf het ontbrekende puzzelstukje:

zie de video <https://youtu.be/8wdAoqMqsJ8>

Toch klopt de essentie, dat geen methode (of geloof) automatisch de verlichting als gevolg heeft.

<https://boeddhistischdagblad.nl/achtergronden/205976-is-de-waarheid-een-land-zonder-paden/>

## **Gratis e-book: Waarom proberen we ons denken te beheersen?**

Geen innerlijke boeddha.  
Geen innerlijke vonk.  
Geen atman.  
Maar wat dan?

Onze geest kan zijn beperking verliezen.  
Zolang als er sprake is van een waarnemer en het denken, beperken we ons denken.  
Zolang als we ons denken proberen te beheersen, is er sprake van een waarnemer, een ik.  
Maar als we direct zien, alle twijfel wegvalt, dat we zowel de waarnemer zijn als het denken voor de volle 100%, dan pas kan onze geest zijn beperking (gespletenheid) verliezen: kunnen we spreken van een ongeconditioneerde geest.

Wil je hierover een gratis e-book lezen:

<https://zelfkennis3.files.wordpress.com/2023/05/waarom-proberen-we-ons-denken-te-beheersen-boek.pdf>

Hoe uniek is jouw verlichting?

Je kunt nieuwe schoenen kopen maar als er een steentje in je schoen zit loop je niet best. Je kunt een prachtig bankstel aanschaffen voor in je prachtige huiskamer maar als er een drol van je hond in de huiskamer ligt, zit je daar toch niet zo lekker.

Je kunt beweren liefde te zijn of bewustzijn of... Maar als je op de vlucht bent voor je denken of beweert de waarnemer ervan te zijn, zul je niet echt vrij zijn. Want zolang er sprake zal zijn van ik-en-denken vormt dat het grootste struikelblok in je leven als gelukkig mens. Liefde of bewustzijn is namelijk niet het probleem maar dat we beweren de waarnemer te zijn van ons eigen persoon.

Je zit (bijvoorbeeld) in een leegte ruimte, verder zit daar niemand. Wie is deze persoon dan, je buurman, je vader, Nathan of simpelweg jij? Kun je dat direct zien? Maar daarbij ben je ook voor de volle 100% de waarnemer, het zogenaamde ik.

De waarheid hiervan dient rechtstreeks volledig gezien te worden, zonder enige twijfel. Dan zullen ze tegen elkaar wegvallen; de waarnemer en het denken. Dan zal er sprake zijn van een ongeconditioneerde geest, het denken niet langer beperkt. Als zogenaamde waarnemer beperken we ons eigen denken. En het proberen te beheersen van je denken is flauwekul, want wie beheerst wie?

Wees gerust de liefde of bewustzijn zelf maar het kan zijn dat je jezelf daarmee in de maling neemt. Je kunt beweren de beste schoenen op aarde te hebben maar een steentje eruit halen is van groot belang. Daarin ligt de psychologische revolutie, niet dat je ervaren hebt liefde te zijn maar dat er een einde dient te komen aan het conflict van de waarnemer en het denken. Volgens mij kun je nog beter op blote voeten lopen dan blijven lopen met een steentje in je schoen.

<https://boeddhistischdagblad.nl/achtergronden/201645-gratis-e-book-waarom-proberen-we-ons-denken-te-beheersen/>