

Wijsheid van de Tolteken



DE  
VIER INZICHTEN



DON MIGUEL RUIZ

# Inhoud

DANKWOORD	7
DE TOLTEKEN	9
INLEIDING	
De beslagen spiegel	11
1	
Aanpassing en de droom van de planeet	19
2	
HET EERSTE INZICHT	
Wees onberispelijk in je woorden	39
3	
HET TWEDE INZICHT	
Vat niets persoonlijk op	59
4	
HET DERDE INZICHT	
Ga niet uit van veronderstellingen	73
5	
HET VIERDE INZICHT	
Doe altijd je best	85
6	
HET TOLTEEKSE PAD NAAR DE VRIJHEID	
Breken met oude inzichten	101
7	
DE NIEUWE DROOM	
De hemel op aarde	127
Gebeden	135

Opgedragen aan de *Cirkel van Vuur*  
degenen die al eerder zijn heengegaan  
degenen die er zijn en degenen  
die nog moeten komen.



## Dankwoord

GRAAG ZOU IK NEDERIG MIJN DANK WILLEN BETUIGEN aan mijn moeder Sarita, die me leerde onvoorwaardelijk lief te hebben, aan mijn vader Jose Luis, die me discipline bijbracht, aan mijn grootvader Leonardo Macias, die me de sleutel gaf om de Tolteekse mysteriën te ontsluiten en aan mijn zonen Miguel, Jose Luis en Leonardo.

Verder wil ik mijn diepe genegenheid en waardering tot uitdrukking brengen jegens Gaya Jenkins en Trey Jenkins voor hun grote betrokkenheid.

Ten slotte wil ik mijn grote dankbaarheid uitspreken jegens Janet Mills, uitgever, redacteur en aanhanger van de Tolteekse wijsheid. Ook ben ik Ray Chambers zeer dankbaar om me bij te lichten op het pad.



## De Tolteken

DUIZENDEN JAREN GELEDEN STONDEN DE TOLTEKEN in het hele zuiden van Mexico bekend als ‘wijze, geleerde vrouwen en mannen’. Antropologen spreken over de Tolteken als een volk of ras, maar eigenlijk waren de Tolteken wetenschappers en kunstenaars die een samenleving hadden gevormd om de spirituele kennis en praktijken van de oude wijzen te onderzoeken en te behouden. Ze kwamen als leermeesters (*naguals*) en studenten bijeen in Teotihuacan, de oude piramidestad buiten Mexico-Stad die bekendstaat als de plaats waar ‘de mens God wordt’. Door de eeuwen heen waren de *naguals* gedwongen de overgeërfde voorvaderlijke wijsheid te verhelen en heimelijk in stand te houden. De verovering door de Europeanen en het toenemende misbruik van persoonlijke macht door enkele leerlingen maakten het noodzakelijk de kennis af te schermen van hen die niet bereid waren die kennis wijs te gebruiken of die haar zelfs bewust en opzettelijk ten bate van persoonlijk gewin zouden kunnen

## DE TOLTEKEN

misbruiken. Maar gelukkig werd de esoterische Tolteekse wijsheid bewaard en generaties lang door verschillende geslachten *naguals* doorgegeven. Hoewel ze honderden jaren in geheimzinnigheid was gehuld, hadden oude profetieën al een tijdperk aangekondigd waarin de wijsheid weer aan het volk zou moeten worden teruggegeven. Don Miguel Ruiz, een *nagual* van het Eagle Knight-geslacht, voelt zich nu geroepen om ons deelgenoot te maken van de krachtige leringen van de Tolteken.

De kennis van de Tolteken komt voort uit een en dezelfde, wezenlijke, waarheid als die waarop alle heilige esoterische tradities over de hele wereld gebaseerd zijn. Hoewel ze geen religie is, geeft ze alle geestelijk leraren die de aarde heeft gekend de eer die hun toekomt. Al is het spirituele er dus wel degelijk in vervat, toch kan men de Tolteekse wijsheid het beste omschrijven als een wijze van leven die opvalt door de directe toegankelijkheid tot geluk en liefde.



## INLEIDING

# De beslagen spiegel

DRIEDUIZEND JAAR GELEDEN WAS ER EEN MENS ZOALS jij en ik die in de buurt van een door bergen omgeven stad leefde. De mens in kwestie, een man, studeerde om dokter te worden, om zich de kennis van zijn voorvaderen meester te maken, maar hij was het niet helemaal eens met alles wat hij leerde. In zijn hart voelde hij dat er meer moest zijn.

Op een keer, toen hij in zijn grot lag te slapen, droomde hij dat hij zijn eigen slapende lichaam zag. Hij kwam in de nacht dat het nieuwe maan was de grot uit. De hemel was helder en hij kon miljoenen sterren zien. Toen gebeurde er

## INLEIDING

binnen in hem iets wat zijn leven voor eeuwig veranderde. Hij keek naar zijn handen, hij voelde zijn lichaam en hij hoorde de zijn eigen stem zeggen: 'Ik ben uit licht gemaakt; ik ben uit sterren gemaakt.'

Hij keek weer naar de sterren en beseftte dat niet de sterren licht creëren, maar dat, eerder omgekeerd, het licht de sterren creëert. 'Alles is uit licht geschapen,' zei hij, 'en de ruimte ertussenin is niet leeg.' En hij wist dat alles wat bestaat één levend wezen is en dat het licht de boodschapper van dat leven is omdat het zelf leeft en alle informatie bevat.

Toen realiseerde hij zich dat hij, hoewel hij uit sterren was geschapen, zelf niet die sterren wás. Ik sta ergens tussen de sterren in, dacht hij. Hij noemde de sterren *tonal* en het licht tussen de sterren *nagual* en hij wist dat dat wat de harmonie en de ruimte tussen die twee creëert het Leven of de Zin is. Zonder Leven zouden *tonal* en *nagual* niet kunnen bestaan. Het Leven is de kracht van het absolute, het oppermachtige – de Schepper die alles creëert.

En dit is wat hij ontdekte: alles in het bestaan is een manifestatie van het ene levende wezen dat we God noemen. En hij kwam tot de conclusie dat de menselijke waarneming louter en alleen een kwestie is van licht dat licht waarneemt. Ook zag hij dat materie een spiegel is – alles is een spiegel die licht weerkaatst en uit dat licht beelden creëert – en dat de illusoire wereld, de *Droom*, als rook is die ons belet te zien



## INLEIDING

wie we in wezen zijn. ‘Het ware “wij” is pure liefde, puur licht,’ zei hij.

Dat besef veranderde zijn leven. Toen hij eenmaal wist wat hij in diepste wezen was, keek hij met andere ogen naar zijn medemensen en de rest van de natuur en was verbaasd over wat hij zag. Hij zag zichzelf in alles – in iedere mens, in ieder dier, in iedere boom, in het water, in de regen, in de wolken, in de aarde. En hij zag dat het Leven *tonal* en *nagual* op verschillende wijzen met elkaar vermengde om zo miljarden manifestaties van Leven te creëren.

In die luttele ogenblikken begreep hij alles. Hij was opgetogen en zijn hart was vol vrede. Hij kon haast niet wachten zijn medemensen te vertellen wat hij had ontdekt. Maar woorden schoten tekort om het uit te leggen. Hij probeerde het aan anderen duidelijk te maken, maar ze konden het niet begrijpen. Ze zagen dat hij veranderd was, dat zijn ogen en zijn stem schoonheid uitstraalden. Ze merkten dat hij niet langer een oordeel had over mensen en dingen. Hij was niet meer zoals alle anderen.

Hij kon ieder ander wél begrijpen, maar de anderen begrepen hém niet. Ze geloofden dat hij een incarnatie was van God en hij glimlachte als hij dat hoorde en zei dan: ‘Dat klopt. Ik bèn God, maar jullie zijn ook God. Wij zijn hetzelfde, jij en ik. We zijn beeltenissen van het licht. We zijn God.’ Maar nog steeds begrepen de mensen hem niet.

## INLEIDING

Hij had ontdekt dat hij een spiegel was voor de rest van de mensen, een spiegel waarin hij zichzelf kon zien. ‘Iedereen is een spiegel’, zei hij. Hij herkende zichzelf in iedereen, maar niemand herkende zich in hem. En hij besepte dat iedereen droomde, maar zonder zich dat bewust te zijn, zonder te weten wat ze feitelijk waren. Ze konden zichzelf niet in hem herkennen omdat er een muur van mist tussen de spiegels hing. En die muur van mist werd gecreëerd door de interpretaties van die lichtbeeltenissen – de *Droom* van de mensen.

Toen besepte hij dat hij waarschijnlijk weldra alles wat hij had geleerd zou vergeten. Hij wilde zich graag alle visioenen die hij had gehad herinneren, dus hij besloot zichzelf Beslagen Spiegel te noemen, opdat hij voor altijd zou weten dat materie een spiegel is en dat het de rook tussen de spiegels is die ons belet te weten wie we zijn. Hij zei: ‘Ik ben de Beslagen Spiegel, want in ieder van jullie kijk ik naar mezelf, maar we herkennen elkaar niet door de rook tussen ons in. Die rook is de *Droom* en de spiegel ben jij, de dromer.’

Leven is eenvoudig met je ogen dicht,  
alles wat je ziet begrijp je verkeerd ...  
- John Lennon



# 1

## Aanpassing en de droom van de planeet

Als kind hadden we niet de kans onze eigen overtuigingen te kiezen, maar stemden we in met de informatie die ons via andere mensen werd overgedragen en die afkomstig was van de droom van de planeet. Dit proces van indoctrinatie noem ik het temmen van de mens. En door dat 'temmen' leren we hoe we moeten leven en hoe we moeten dromen.



# 1

## Aanpassing en de droom van de planeet

WAT JE OP DIT OGENBLIK ZIET EN HOORT IS SLECHTS een droom. Op het moment dat je dit leest zit je te dromen. Je zit te dromen met een wakker brein.

Dromen is de belangrijkste functie van de geest en de geest droomt vierentwintig uur per dag. De geest droomt niet alleen wanneer het brein slaapt, maar ook terwijl het brein wakker is. Het verschil is alleen dat er, wanneer het brein wakker is, een stoffelijk kader is waardoor we de dingen lineair, 'logisch', waarnemen. Als we slapen is dat kader er niet en heeft de

droom de neiging voortdurend te veranderen.

Mensen dromen aldoor. Maar voordat we werden geboren hadden de mensen vóór ons al één grote, als het ware voor iedereen geldende, droom gecreëerd, die we de droom van de samenleving of *de droom van de planeet* zullen noemen. De droom van de planeet is de collectieve droom van miljarden kleinere, persoonlijke dromen die tezamen de droom van een gezin, de droom van een gemeenschap, de droom van een stad, de droom van een land en, ten slotte, de droom van de hele mensheid creëren. De droom van de planeet omvat alle regels van de samenleving, haar overtuigingen, haar wetten, haar religies, haar verschillende culturen en zijnswijzen, haar regeringen, scholen, maatschappelijke evenementen en feestdagen.

We worden geboren met het vermogen te leren dromen en de mensen die eerder dan wij zijn geboren leren ons te dromen overeenkomstig de droom van de samenleving. Die 'collectieve droom' heeft zoveel regels, dat we al direct vanaf de geboorte van een nieuw menskind de aandacht van dat kind 'strikken' om het deze regels in te prenten. De collectieve droom gebruikt papa en mama, de school en de religie om ons te leren hoe we dienen te dromen. *Aandacht* is het vermogen dat we hebben om dingen te onderscheiden en om ons te richten op uitsluitend datgene wat we willen zien. We kunnen miljoenen dingen tegelijkertijd waarnemen, maar met behulp van onze aandacht kunnen we alles wat we echt willen zien op de voor-

grond van onze geest houden. De volwassenen vingende onze aandacht en prenten door middel van herhaling informatie in onze geest. Op die wijze hebben we alles wat we weten geleerd. Door onze aandacht te benutten hebben we ons een hele realiteit, een hele droom eigen gemaakt. We hebben geleerd hoe we ons in de samenleving moeten gedragen: wat we dienen te geloven en wat niet; wat aanvaardbaar is en wat niet aanvaardbaar is; wat goed is en wat slecht; wat mooi is en wat lelijk; wat juist is en wat verkeerd. Al die kennis, al die regels en opvattingen over hoe we ons hebben te gedragen in de wereld – dat alles was er al toen we werden geboren.

Op school zat je in de bank en richtte je je aandacht op wat de onderwijzer of leraar je leerde. Als je naar de kerk ging, richtte je je aandacht op wat de priester of dominee vertelde. En dezelfde dynamiek gold voor de omgang met vader en moeder, broers en zusters: allemaal probeerden ze je aandacht te vangen. We leren ook de aandacht van andere mensen te trekken en we ontwikkelen een behoefte aan aandacht die erg nadrukkelijk kan worden. Kinderen vechten om de aandacht van hun ouders, hun leraren, hun vrienden. 'Kijk eens naar me! Kijk eens wat ik doe! Hee, hier ben ik.' De behoefte aan aandacht wordt steeds sterker en zet zich in het volwassen leven voort.

De droom die van buitenaf komt, de collectieve droom, eist onze aandacht op en leert ons wat we moeten geloven, te beginnen met de taal die we spreken. Taal is de code tot begrip

en communicatie tussen mensen. Iedere letter, ieder woord in welke taal dan ook is een overeenkomst, een afspraak. We noemen dit ‘een pagina, een bladzijde in een boek’; het woord ‘pagina’ of ‘bladzijde’ is een afspraak die we begrijpen. Als we eenmaal de code snappen, kan onze aandacht worden gericht om zo de energie van de ene persoon op de andere over te dragen.

Jij hebt niet zelf de keuze gemaakt Nederlands te spreken. Je hebt niet zelf je geloof en je morele waardepatroon gekozen – die lagen al bij je geboorte voor je vast. We hebben nooit de gelegenheid gehad te kiezen wat we wel en wat we niet wilden geloven. Zelfs waar het de kleinste van al die afspraken betreft hebben we nooit zelf gekozen, niet eens onze eigen naam.

Als kind hadden we niet de kans onze eigen overtuigingen te kiezen, maar *stemden we in* met de informatie die ons via andere mensen werd overgedragen en die afkomstig was van de droom van de planeet. De enige manier om informatie op te slaan is door instemming. De collectieve droom kan onze aandacht wel opeisen, maar als we er niet mee instemmen slaan we die informatie niet op. Zodra we ermee instemmen *geloven* we erin, en dat noemen we vertrouwen. Vertrouwen hebben betekent onvoorwaardelijk geloven.

Dat is de manier waarop we als kind leren. Kinderen geloven alles wat volwassenen zeggen. We zijn het als kind met hen eens en ons vertrouwen is zó sterk, dat het systeem van



overtuigingen onze hele levensdroom beheerst. We hebben die overtuigingen niet zelf gekozen en zijn er misschien tegen in opstand gekomen, maar we waren niet sterk genoeg om te winnen. De strijd draait uit op onze overgave aan die overtuigingen, *mét onze instemming*.

Dit proces van indoctrinatie noem ik het *temmen van de mens*. En door dat 'temmen' leren we hoe we moeten leven en hoe we moeten dromen. In dat indoctrinatieproces wordt de informatie van de collectieve droom, de droom die van buitenaf komt, overgedragen op de droom binnenin en creëert op die wijze ons hele kader van overtuigingen. Eerst wordt het kind de namen van de dingen geleerd: mama, papa, melk, flesje. Dag na dag wordt ons – thuis, op school, in de kerk en via de televisie – verteld hoe we moeten leven, welk soort gedrag acceptabel is. De collectieve droom leert ons hoe we als mens in het leven moeten staan. We hebben een heel concept van wat een 'vrouw' is en wat een 'man'. Ook leren we te oordelen: we oordelen onszelf, de burens en andere mensen.

Kinderen worden op dezelfde wijze gedresseerd waarop we een hond, een kat of andere dieren dressereren. Om een hond iets te leren, straffen en belonen we de hond afhankelijk van zijn gedrag. Op dezelfde manier trainen we onze kinderen, van wie we zo veel houden: met een systeem van straf en beloning. Ons wordt gezegd 'Je bent een brave jongen' of 'Je bent een braaf meisje' als we doen wat papa en mama willen dat we

doen. Doen we dat niet, dan zijn we ‘een stoute meid’ of ‘een stoute jongen’.

Als we tegen de regels ingingen, kregen we straf en als we ons aan de regels hielden werden we beloond. Vele malen per dag werden we bestraft en beloond. Algauw werden we niet alleen bang voor straf, maar ook bang niet te worden beloond. De beloning is de aandacht die we krijgen van onze ouders of van andere mensen zoals familieleden, leraren en vrienden. Al heel vroeg leren we de aandacht van andere mensen te trekken om te worden beloond.

De beloning geeft ons een goed gevoel en dus blijven we doen wat anderen van ons willen om maar die beloning te krijgen. Met die angst voor straf en die angst niet te worden beloond beginnen we te doen alsof – tegenover de buitenwereld te zijn wat we niet zijn, gewoon om anderen te behagen, om goed genoeg te zijn voor iemand anders. We proberen vader en moeder, de leraren op school en de kerk te plezieren en gaan dus een toneelstukje opvoeren. We geven voor iets te zijn wat we niet zijn, omdat we bang zijn te worden afgewezen. Die angst voor afwijzing wordt op den duur de angst niet goed genoeg te zijn. Geleidelijk aan worden we iemand die we niet zijn. We worden een kopie van de overtuigingen van mama en papa, van de opvattingen van de samenleving en die van de kerk.

Al onze normale werkelijke neigingen gaan teloor in dat aanpassingsproces. En als we oud genoeg zijn om dat te be-

grijpen, leren we het woordje 'nee'. De volwassenen zeggen 'Doe dit en doe dat. Laat dit en laat dat.' Wij komen daartegen in opstand en zeggen 'Nee!' We rebelleren omdat we onze vrijheid verdedigen. We willen onszelf zijn, maar wij zijn nog te klein en de volwassenen zijn groot en sterk. Na een tijdje worden we bang omdat we weten dat we, telkens als we iets verkeerd doen in hun ogen, zullen worden gestraft.

Het indoctrinatieproces is zo krachtig, dat we op een bepaald punt in ons leven niemand meer nodig hebben om ons te temmen. We hebben vader en moeder, de school en de kerk daarvoor niet meer nodig – zó goed zijn we afgericht, dat we onszelf temmen. We zijn zelfgetemde dieren. We kunnen ons nu temmen volgens hetzelfde opvattingkader waarmee we zijn opgevoed, waarbij we hetzelfde systeem van straf en beloning toepassen. We straffen onszelf als we ons niet aan de ons geleerde gedragsregels houden en belonen onszelf als we 'een brave jongen' of 'een flinke meid' zijn.

Dit overtuigingsstelsel is als een wetboek dat onze geest regeert. Alles wat in dat wetboek staat is, onbetwistbaar, onze waarheid. Al onze oordelen baseren we op dat wetboek, zelfs die welke tegen onze eigen innerlijke aard indruisen. Ook morele wetten als de Tien Geboden worden tijdens het indoctrinatieproces in onze geest geprogrammeerd. Eén voor één worden al die afspraken – afspraken die we op den duur gaan ervaren als zelfverworven inzichten – opgeslagen in het wet-

boek en regeren onze droom. Er is iets in onze geest dat alles en iedereen beoordeelt, tot het weer, de hond en de kat toe, kortom: alles. De innerlijke rechter gebruikt wat in het wetboek staat om over alles wat we doen en laten te oordelen, over alles wat we denken en niet denken, voelen en niet voelen. Alles leeft onder de tirannie van de rechter. Telkens als we iets doen wat indruist tegen het wetboek, oordeelt de rechter ons schuldig – dan verdienen we straf en zouden we ons moeten schamen. Dat gebeurt meerdere malen per dag, dag na dag, ons hele leven lang.

Een ander deel van ons staat aan de ontvangende kant en incasseert het oordeel. Dat deel noemen we het slachtoffer. Het slachtoffer draagt de schuld en de schaamte. Het is het deel van ons dat zegt: 'Arme ik, ik ben niet goed genoeg, niet intelligent genoeg, niet aantrekkelijk genoeg, ik ben geen liefde waard, arme ik.' De grote rechter is het daarmee eens en zegt: 'Inderdaad, je bent niet goed genoeg.' En dat alles is gebaseerd op een geloofssysteem dat we niet bewust hebben gekozen. Dat geloof, die overtuigingen zijn zo sterk, dat we zelfs jaren later, wanneer we andere opvattingen hebben leren kennen en trachten onze eigen beslissingen te nemen, merken dat die oude overtuigingen nog steeds ons leven beheersen.

Wat tegen het wetboek ingaat, geeft je een onprettige sensatie in je zonnevlecht: angst. Het breken van de regels van het wetboek rijt je emotionele wonden open en daarop reageer je

met het creëren van emotioneel gif. Omdat alles in het wetboek wel waar moet zijn, maakt alles wat je uitdaagt die overtuigingen aan de kaak te stellen onzeker. Zelfs al zou het wetboek het bij het verkeerde eind hebben, dan toch geeft het je *een veilig gevoel*.

Daarom hebben we veel moed nodig om onze overtuigingen eens op de keper te beschouwen. Want ook al weten we dat we die overtuigingen lang niet allemaal uit vrije wil hebben gekozen, we hebben er toch mee ingestemd. De soort afspraak die een overtuiging is – dat zogenaamde inzicht – is zo krachtig, dat we, zelfs als we begrijpen dat de opvatting onjuist is, ons schamen en schuldig voelen als we ertegenin gaan.

Zoals de regering een wetboek heeft dat de droom van de samenleving regelt, zo is ons geloofssysteem het wetboek dat onze persoonlijke droom regeert. Al die wetten bestaan in onze geest, we geloven erin en de rechter in ons baseert alles op die regels. De rechter vonnist en het slachtoffer lijdt onder de schuld en de straf. Maar wie zegt dat deze droom inderdaad rechtvaardig is? Ware gerechtigheid is dat men slechts eenmaal voor iedere fout boet. Ware *ongerechtigheid* laat meer dan eens voor iedere misstap boeten.

Hoeveel keer boeten we voor een en dezelfde misstap? Het antwoord is: wel duizenden malen. De mens is het enige dier op aarde dat duizendmaal voor dezelfde overtreding betaalt. De andere dieren betalen slechts eenmaal voor een begane

fout. Maar zo niet de mens. Wij hebben een krachtig geheugen. We begaan een fout, oordelen onszelf schuldig en straffen onszelf. Zou er gerechtigheid bestaan, dan zou dat voldoende zijn. We zouden onszelf niet nogmaals hoeven straffen. Maar telkens als we ons de misstap herinneren, oordelen we onszelf opnieuw schuldig en straffen onszelf opnieuw, steeds weer. En als we getrouwd zijn, herinnert de partner ons aan de misstap, zodat we onszelf weer schuldig oordelen en ons weer straffen. Is dat eerlijk?

Hoe vaak laten we onze partner, onze kinderen, onze ouders voor dezelfde fout boeten? Telkens als we ons de fout herinneren, geven we hun opnieuw de schuld en zenden hun al het emotionele gif dat we daarbij voelen, zodat ze steeds weer voor dezelfde fout betalen. Is dat gerechtigheid? De rechter in onze geest heeft het bij het verkeerde eind omdat het wetboek zelf fout is. De hele droom is gebaseerd op een valse wetgeving. Vijfennegentig procent van de overtuigingen die we in onze geest hebben opgeslagen is niets dan leugens, en we lijden omdat we al die leugens geloven.

In de droom van de planeet is het normaal voor mensen om te lijden, in angst te leven en emotionele drama's te creëren. De collectieve droom is geen aangename droom, maar een droom van geweld, een droom van angst, een droom van oorlog, een droom van ongerechtigheid. De persoonlijke droom van mensen mag dan op sommige punten een beetje anders zijn, maar

globaal genomen is die droom meestal een nachtmerrie. Als we de menselijke samenleving bekijken, zien we een plaats waarin het moeilijk leven is, omdat het leven geregeerd wordt door angst. Door de hele wereld heen zien we menselijk lijden, woede, wraak, verslavingen, geweld op straat en verschrikkelijk onrecht. Angst, die zich in de verschillende landen op verschillende niveaus manifesteert, beheerst de droom van onze samenleving.

Als we de droom van de menselijke samenleving vergelijken met de beschrijving van de hel die godsdiensten over de hele wereld hebben verkondigd, merken we dat die beschrijvingen exact overeenkomen met de menselijke maatschappij. De godsdiensten stellen dat de hel een plaats van straf, angst, pijn en lijden is, een plaats waar het vuur je verteert. Vuur ontstaat uit emoties die uit angst voortvloeien. Telkens als we emoties van angst, jaloezie, afgunst of haat voelen, ervaren we een brandend vuur binnenin ons. We leven in een helledroom.

Als je de hel beschouwt als een geestesgesteldheid, dan worden we omgeven door de hel. Anderen waarschuwen ons misschien dat we, als we niet doen wat zij willen, naar de hel zullen gaan. Jammer dan! We zijn al in de hel, ook die mensen die zoiets tegen ons zeggen. Geen mens kan een medemens veroordelen tot de hel, alleen al omdat we reeds in de hel leven. Zeker, anderen kunnen ons daar dieper in duwen. Maar alleen dan als we dat toelaten.

## DE VIER INZICHTEN

Iedereen heeft zijn of haar persoonlijke droom die, net als de droom van de samenleving, wordt geregeerd door angst. We leren de hel in ons eigen leven dromen, in onze persoonlijke droom. Dezelfde angst manifesteert zich natuurlijk op verschillende wijzen bij eenieder, maar wij allen voelen soms woede, jaloezie, haat, afgunst of andere negatieve emoties. Onze persoonlijke droom kan zo een voortdurende nachtmerrie worden, waarin we lijden en in een toestand van continue angst verkeren. Maar we hóéven geen nachtmerrie te dromen. Het is ook mogelijk een prettige droom te dromen.

De hele mensheid zoekt naar waarheid, gerechtigheid en schoonheid. We zijn eeuwig op zoek naar waarheid omdat we slechts geloven in de leugens die we in onze geest hebben opgeslagen. We zoeken naar gerechtigheid omdat er in het geloofssysteem dat we kennen geen gerechtigheid is. En we zoeken naar schoonheid omdat we, ongeacht hoe mooi iemand is, niet in de schoonheid van die ander geloven. We blijven maar zoeken, hoewel alles al in ons besloten ligt. Er valt geen waarheid te vinden. Waar we ook kijken, we zien niets dan de waarheid, maar door de afspraken en overtuigingen die we in onze geest hebben opgeslagen – onze zogenaamde inzichten – hebben we er geen oog voor.

We zien de waarheid niet, omdat we er blind voor zijn. Wat ons verblindt zijn al die valse overtuigingen in onze geest. We voelen ons genoodzaakt onszelf als ‘goed’ te zien en anderen



als 'fout'. We vertrouwen op onze overtuigingen, hoewel die ons juist doen lijden. Het is alsof we middenin een mist leven die maakt dat we niet verder kunnen kijken dan onze neus lang is. We leven in een mist die zelfs als zodanig ook niet eens werkelijk is. De mist is een droom, jouw persoonlijke levensdroom – wat je gelooft, alle beelden die je hebt van wie en wat je bent, alle afspraken die je hebt gemaakt met anderen, met jezelf en zelfs met God.

Je hele geest is een mist, die de Tolteken een *mitote* noemden. Je geest is een droom waarin wel duizend mensen tegelijkertijd praten en niemand elkaar verstaat. Zo staat het ervoor met de menselijke geest – één grote *mitote*, en door die grote *mitote* zie je niet wie je in diepste wezen bent. In India noemt men die *mitote* anders: *maya*, wat illusie betekent. Het is de notie die de persoonlijkheid heeft van 'Ik ben'. Alles wat je gelooft omtrent jezelf en de wereld, alle opvattingen, beelden en de programmering in je geest – dat alles is *mitote*. We zien niet wie we werkelijk zijn. Dat kunnen we ook niet zien, omdat we niet vrij zijn.

Waarom verzetten mensen zich tegen het leven? De grootste angst van mensen is te *leven*. Niet de dood is onze grootste angst; onze grootste angst is het risico te leven – het risico te leven en uiting te geven aan wie en wat we werkelijk zijn. Gewoon zichzelf zijn is de grootste angst van mensen. We hebben geleerd ons leven te leven in een poging te voldoen aan ander-

mans eisen en wensen. We hebben geleerd te leven in overeenstemming met de gezichtspunten van anderen, uit angst niet te worden geaccepteerd, niet goed genoeg te zijn in de ogen van anderen. Tijdens het indoctrinatieproces, het proces van ‘temmen’, scheppen we een beeld van volmaaktheid in een poging goed genoeg te zijn. We creëren een beeld van hoe we zouden moeten zijn om door iedereen te worden aanvaard. We proberen vooral degenen die van ons houden te behagen – vader en moeder, broers en zusters, de leraren en de priesters. In ons streven in ieder geval in hun ogen goed genoeg te zijn, creëren we een beeld van volmaaktheid zonder aan dat beeld te voldoen. We creëren dat beeld, maar het is niet reëel. Vanuit dat beeld bezien zullen we nooit volmaakt zijn. Nooit!

En omdat we niet volmaakt zijn, verwerpen we onszelf. En de mate van zelfverwerping hangt samen met de effectiviteit waarmee de volwassenen erin zijn geslaagd onze integriteit te breken. Na het indoctrinatieproces gaat het er niet langer om, goed genoeg voor anderen te zijn. We zijn niet goed genoeg voor onszelf, omdat we niet voldoen aan ons eigen beeld van volmaaktheid. We kunnen het onszelf niet vergeven dat we niet zijn wat we zouden willen zijn, of liever: wat we *geloven* dat we zouden móéten zijn. We kunnen onszelf niet vergeven dat we niet volmaakt zijn.

We weten dat we niet zijn wat we denken dat we zouden moeten zijn en dus voelen we ons fout, gefrustreerd en oneer-

lijk. We proberen onszelf te verbergen en geven voor te zijn wat we niet zijn. Het resultaat is dat we ons niet écht voelen en dat we sociale maskers dragen opdat anderen dat niet merken. We zijn ontzettend bang dat anderen zullen merken dat we niet zijn die we voorgeven te zijn. Ook anderen beoordelen we op grond van ons eigen beeld van volmaaktheid en die schieten natuurlijk ook tekort en voldoen niet aan onze verwachtingen.

Ook kleineren we onszelf om anderen maar te behagen. We brengen zelfs ons fysieke lichaam schade toe om maar door anderen te worden geaccepteerd. Tieners gebruiken drugs om maar niet door andere tieners te worden afgewezen. Ze zijn zich er niet van bewust dat het probleem ligt in het feit dat ze *zichzelf* niet aanvaarden zoals ze zijn. Ze wijzen zichzelf af, omdat ze niet zijn wat ze voorgeven te zijn. Ze zouden graag zus of zo zijn, maar zijn dat niet en dus schamen ze zich en voelen zich schuldig. Mensen straffen zichzelf eindeloos voor het feit dat ze niet zijn wat ze menen te moeten zijn. Ze misbruiken zichzelf en proberen ook andere mensen daarvoor te gebruiken.

Maar niemand misbruikt ons meer dan we onszelf misbruiken. De rechter, het slachtoffer en onze overtuigingen dwingen ons daartoe. Zeker, we komen mensen tegen die zeggen dat hun man of vrouw, hun vader of moeder hen hebben misbruikt, maar dat neemt niet weg dat we onszelf het ergst misbruiken. De wijze waarop we onszelf oordelen is erger dan die

van de ergste rechter. Als we iets fout doen jegens andere mensen, proberen we dat te ontkennen, het toe te dekken. Maar zodra we alleen zijn, worden de rechter en het schuldgevoel zo sterk, dat we ons dom, slecht en onwaardig voelen.

In je hele leven heeft niemand je ooit meer misbruikt dan je jezelf hebt gedaan. En de grens van je zelfmisbruik geeft tevens precies de grens aan tot waar je misbruik door anderen tolereert. Als iemand je iets meer misbruikt dan jij jezelf, ga je vermoedelijk bij die persoon weg. Maar als iemand je net iets minder misbruikt dan jij jezelf, zul je de relatie waarschijnlijk instandhouden en het misbruik eindeloos dulden. Als je jezelf heel erg misbruikt, kun je zelfs iemand tolereren die je slaat, je vernedert en je als vuil behandelt. Waarom? Omdat het bij je overtuigingen past te zeggen: 'Ik verdien dat. Ik moet dankbaar zijn dat die ander met me wil leven, want ik ben geen liefde en respect waardig. Ik ben niet goed genoeg.'

We willen graag door anderen aanvaard en geliefd worden, maar we kunnen onszelf niet aanvaarden en liefhebben. Hoe meer we van onszelf houden, des te minder zullen we onszelf misbruiken. Zelfmisbruik vloeit voort uit zelfverwerping en zelfverwerping is het gevolg van het koesteren van een ideaalbeeld zonder ooit aan dat ideaal te kunnen voldoen. Het beeld van volmaaktheid dat we eropna houden is de reden dat we onszelf afwijzen, onszelf niet aanvaarden zoals we zijn en anderen dus evenmin aanvaarden zoals zij zijn.

### AANZET TOT EEN NIEUWE DROOM

Er zijn duizenden afspraken die je hebt gemaakt met jezelf, met anderen, met je levensdroom, met God, met de samenleving, met je ouders, met je partner, met je kinderen. Maar de belangrijkste afspraken zijn die met jezelf. Daarin vertel je jezelf wie je bent, wat je voelt, wat je gelooft en hoe je je moet gedragen. Het resultaat daarvan is wat je je persoonlijkheid noemt. In die 'afspraken', die inzichten, zeg je: 'Dit is wat ik ben. Dit is wat ik geloof. Sommige dingen kan ik, andere niet. Dit is de werkelijkheid, dat is fantasie. Dit is mogelijk, dat is onmogelijk.'

Een enkele afspraak is op zich niet zo'n probleem, maar we koesteren ettelijke van dat soort 'inzichten' die ons doen lijden, die ons in het leven doen mislukken. Als je een vreugdevol leven wilt leiden, een leven dat voldoening schenkt, zul je de moed moeten vinden díé afspraken, díé inzichten, te verbreken die op angst zijn gebaseerd en die dus je persoonlijke kracht aantasten. Afspraken en inzichten die voortkomen uit angst vergen een hoop energie van ons, maar afspraken en inzichten die voortkomen uit liefde helpen ons onze energie op peil te houden en geven ons zelfs extra energie. Ieder van ons wordt geboren met een zekere mate aan persoonlijke kracht die we elke dag opnieuw opbouwen. Helaas verspillen we veel van die persoonlijke kracht met het creëren en instandhouden van al die afspraken en zogenaamde inzichten. We hebben nog net genoeg kracht om iedere dag te overleven, maar de meeste

kracht wordt gebruikt om ons te gedragen overeenkomstig de afspraken en inzichten die ons gevangen houden in de droom van de planeet. Maar hoe kunnen we de hele droom van ons leven veranderen als we niet eens de kracht hebben zelfs maar de geringste afspraak, het geringste inzicht, te wijzigen?

Als we inzien dat onze afspraken, onze inzichten, ons leven regeren en onze levensdroom ons niet bevalt, moeten we de afspraken, de inzichten, veranderen. Als we daar eindelijk aan toe zijn, zijn er vier zeer krachtige afspraken – ware inzichten – die ons zullen helpen die inzichten te veranderen die voortkomen uit angst en die onze energie uitputten.

Telkens als je een afspraak verbreekt, een inzicht verandert, komt alle energie die in het creëren en instandhouden daarvan was gaan zitten bij je terug. Als je deze vier nieuwe inzichten aanneemt, zullen die voldoende persoonlijke kracht creëren om het hele oude systeem van afspraken en inzichten te doorbreken. Om te gaan leven volgens de Vier Inzichten heb je een sterke wil nodig, maar je zult verbaasd staan over de transformatie die ze in je leven teweeg zullen brengen. Je zult het drama van de hel voor je ogen zien verdwijnen. In plaats van te leven in een helledroom zul je een nieuwe droom creëren – jouw persoonlijke hemelse droom.