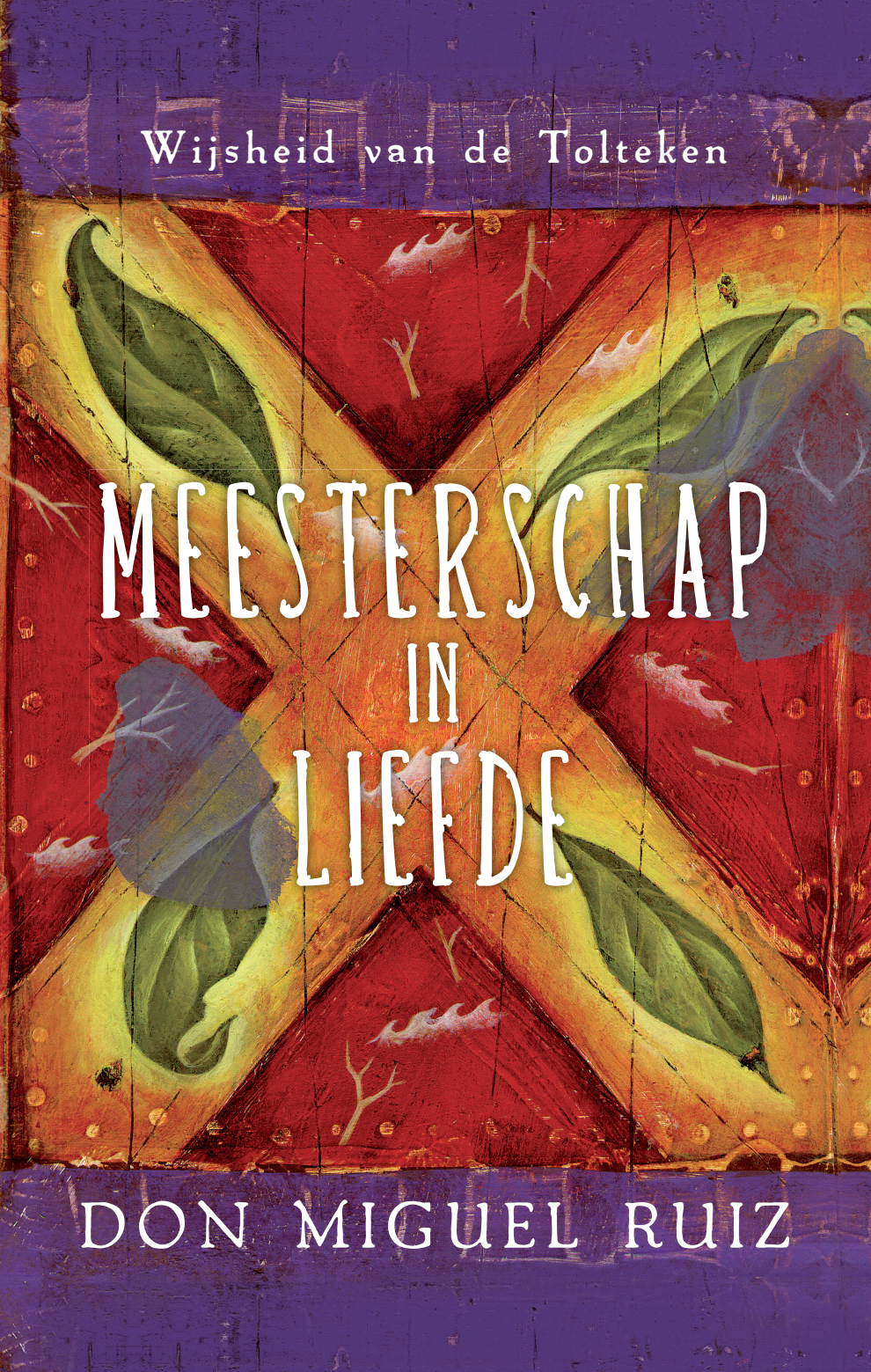


Wijsheid van de Tolteken



MEESTERSCHAP  
IN  
LIEFDE

DON MIGUEL RUIZ

MEESTERSCHAP  
IN LIEFDE

## INHOUD

Inleiding: de Meester	15
De gewonde geest	19
Onschuld verliezen	33
De man die niet in liefde geloofde	47
Het spoor van de liefde, het spoor van de angst	55
De volmaakte relatie	69
De toverkeuken	83
De meesterdromer	93
Seks: de ergste demon in de hel	105
De goddelijke jageres	115
Kijken met de ogen van liefde	123
Het emotionele lichaam helen	135
God binnen in je	151
Gebeden	165
Over de auteur	173

Aan mijn ouders, mijn kinderen, mijn broers en zusters en de rest van de familie, met wie ik niet alleen door liefde verbonden ben, maar ook door ons bloed en onze voorvaderlijke wortels.

Aan mijn spirituele familie, met wie ik verbonden ben door ons besluit een familie te creëren op basis van onvoorwaardelijke liefde, wederzijds respect en de beoefening van het Meesterschap in Liefde.

En aan mijn menselijke gezinsleden, die ontvankelijk zijn voor de zaden van liefde die dit boek aanreikt. Mogen deze zaden van liefde in jullie leven bloesem dragen.



## DANKBETUIGING

Graag dank ik Janet Mills die, als een moeder met haar kind, dit boek met al haar liefde en toewijding heeft vormgegeven.

Ook richt ik graag een woord van dank tot al die mensen die met hun tijd en liefde ons hebben geholpen dit boek tot stand te brengen.

Ten slotte spreek ik mijn dankbaarheid uit jegens onze Schepper voor de inspiratie en de schoonheid die dit boek *Leven* hebben geschonken.



## De Tolteken

DUIZENDEN JAREN GELEDEN STONDEN DE TOLTEKEN in het hele zuiden van Mexico bekend als ‘wijze, geleerde mannen en vrouwen’. 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 overgeerfde voorvaderlijke wijsheid te verhehlen en heimelijk in stand te houden. De verovering door de Europeanen en het toenemende misbruik van persoonlijke macht door enkele leerlingen maakte 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 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 dezelfde, wezenlijke waarheid 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 een directe toegang tot geluk en liefde.

*Een Tolteek is een kunstenaar in Liefde  
Een kunstenaar van de Geest  
Iemand die ieder ogenblik  
Iedere seconde de mooiste kunst scheidt –  
De Kunst van het Dromen*

*Het leven is slechts een droom  
En als wij kunstenaars zijn  
Kunnen we ons leven in Liefde scheppen  
En wordt onze droom  
Een meesterwerk*







## INLEIDING

# De Meester

ER WAS EENS EEN MEESTER DIE TOT EEN GROTE MENIGTE mensen sprak en zijn boodschap was zo prachtig, dat iedereen zich geraakt voelde door zijn woorden van liefde. Onder de toehoorders was een man die elk woord van de Meester in zich had opgenomen. Deze man was een heel gewone, nederige man met een groot hart. Hij was zo diep geraakt door de woorden van de Meester, dat hij hem dolgraag bij hem thuis wilde uitnodigen.

Toen de Meester uitgesproken was, baande de man zich een weg door de menigte, keek de Meester recht in de ogen en zei: 'Ik weet dat u het heel druk hebt en dat iedereen uw aandacht

wil. Ik weet dat u zelfs amper tijd hebt om nu naar mij te luisteren. Maar mijn hart staat zo open en ik voel zo'n diepe liefde voor u, dat ik u graag bij mij thuis zou willen uitnodigen. Ik wil u het heerlijkste maal bereiden. Ik verwacht niet dat u mijn uitnodiging zult aanvaarden, maar ik wilde het u gewoon zeggen.'

De Meester keek de man in de ogen, glimlachte heel mooi en zei: 'Bereid alles zoals je dat wilt. Ik zal er zijn.' Toen liep de Meester weg.

Bij die woorden sprong het hart van de man op van vreugde. Hij kon nauwelijks wachten zijn Meester te bedienen om zo zijn liefde voor hem te uiten. Dit zou de belangrijkste dag in zijn leven worden: de Meester zou bij hem thuis komen. Hij kocht het beste voedsel en de beste wijn en vond de mooiste kleren om de Meester ten geschenke te geven. Toen ging hij snel naar huis om de komst van de Meester voor te bereiden. Hij maakte het hele huis schoon, bereidde de heerlijkste maaltijd en dekte de tafel prachtig. Zijn hart was vol vreugde, want de Meester zou er weldra zijn.

Terwijl de man in spanning zat te wachten, werd er op de deur geklopt. Gretig opende hij die, maar in plaats van de Meester stond er een oude vrouw. Ze keek hem in de ogen en zei: 'Ik ben uitgehongerd. Heeft u een stuk brood voor me?'

De man was weliswaar een beetje teleurgesteld omdat het niet de Meester was, maar hij keek de vrouw aan en zei: 'Kom binnen, alstublieft.' Hij liet haar zitten op de plaats die hij voor de Meester had gedekt en gaf haar het voedsel dat hij had klaar-

gemaakt voor de Meester. Maar hij zat gespannen te wachten tot ze uitgegeten zou zijn. De oude vrouw was geroerd door de gulheid van de man. Ze bedankte hem en ging verder.

De man had nauwelijks de plaats voor de Meester opnieuw gedekt, toen er weer aan de deur werd geklopt. Ditmaal was het een andere vreemdeling, die door de woestijn had getrokken. De vreemdeling keek de man in de ogen en zei: 'Ik heb dorst. Heeft u wat te drinken voor me?'

Opnieuw was de man natuurlijk wat teleurgesteld omdat het niet de Meester was, maar hij nodigde de vreemdeling uit binnen te komen en plaats te nemen op de stoel die voor de Meester was bedoeld. Hij serveerde hem de wijn die hij voor de Meester had gekocht. Nadat de vreemdeling was vertrokken, zette de man wederom alles klaar voor de Meester.

Een klop op de deur ... Toen de man opendeed, stond daar een kind. Het kind keek omhoog naar de man en zei: 'Ik heb het ijskoud. Heeft u een deken die ik om me heen kan slaan?'

De man was een beetje teleurgesteld omdat het weer niet de Meester was, maar hij keek het kind in de ogen en voelde liefde in zijn hart. Snel pakte hij de kleren bij elkaar die hij de Meester had willen geven en bedekte het kind ermee. Het kind bedankte hem en ging verder.

De man zette alles opnieuw klaar voor de Meester en wachtte vervolgens tot het heel laat was. Toen hij besepte dat de Meester niet meer zou komen, was hij wel teleurgesteld, maar hij vergaf het de Meester onmiddellijk. Hij zei bij zichzelf: 'Ik wist dat

ik niet kon verwachten dat de Meester in dit nederige huis zou komen. Maar omdat hij zei dat hij zou komen, moet er wel iets belangrijks tussengekomen zijn. De Meester is dan wel niet gekomen, maar hij heeft me gezegd dat wel te zullen doen en dat alleen al is voldoende voor mijn hart om gelukkig te zijn.'

Langzaam borg hij het voedsel op, zette de wijn weg en ging naar bed. Die nacht droomde hij dat de Meester bij hem thuis kwam. De man was heel blij hem te zien, maar wist niet dat hij droomde. 'Meester, u bent dus tóch gekomen! U heeft uw woord gehouden.'

De Meester antwoordde: 'Ja, hier ben ik, maar ik was hier al eerder. Ik had honger en jij hebt me gevoed. Ik had dorst en jij hebt me wijn gegeven. Ik had het koud en jij hebt me gekleed. Wat je voor anderen doet, doe je voor mij.'

De man werd wakker en zijn hart was vol geluk omdat hij begreep wat de Meester hem had geleerd. De Meester had hem zó lief, dat hij hem drie mensen had gezonden om hem de belangrijkste les te leren die er te leren is: de Meester leeft in ieder van ons. Als je iemand die uitgehongerd is te eten geeft, als je iemand die dorst heeft water geeft en iemand die het koud heeft kleren, geef je je liefde aan de Meester.





## De gewonde geest

**MISSCHIEN HEB JE ER NOOIT ZO TEGENAAN GEKEKEN**, maar op een of ander vlak zijn we allemaal meesters. We zijn meesters omdat we de macht hebben ons eigen leven te creëren en te regeren.

Zoals samenlevingen en religies over de hele wereld ongelooflijke mythen creëren, zo creëren wij de onze. Onze persoonlijke mythologie wordt bevolkt door helden en slechteriken, engelen en demonen, koningen en gewone stervelingen. We creëren een hele verzameling individuen in onze geest en veel van die persoonlijkheden dichten we onszelf toe. Dan gaan we

het beeld cultiveren dat we in bepaalde omstandigheden zullen gaan gebruiken. We gaan de kunst van het doen alsof steeds beter beheersen en worden meesters in het geloven dat we zijn die we denken te zijn. Wanneer we andere mensen ontmoeten, classificeren we die als het ware meteen en bedelen ze een rol toe in ons leven. We creëren een beeld van die anderen op grond van hoe wij denken dat ze zijn. Dat doen we met iedereen en alles om ons heen.

Je hebt de macht te creëren. Die macht is zo sterk, dat alles wat je gelooft wordt bewaarheid. Je creëert jezelf, dat wat je over jezelf gelooft. Je bent zoals je bent, omdat dat is wat je over jezelf gelooft. Je hele werkelijkheid, alles wat je gelooft, is je eigen creatie. Je hebt dezelfde macht als ieder ander menselijk wezen in deze wereld. Het voornaamste verschil tussen jou en iemand anders is hoe je je macht gebruikt. Je kunt in veel opzichten op anderen lijken, maar in de hele wereld is er niemand die haar leven net zo leeft als jij.

Je hebt je hele leven geoefend te zijn wat je bent en dat doe je zo goed, dat je je dat wat je gelooft dat je bent helemaal hebt eigen gemaakt. Je hebt je je persoonlijkheid eigen gemaakt, je overtuigingen, iedere actie, iedere reactie. Je oefent jaren en jaren tot je de meesterschapsgraad bereikt in het zijn wie je gelooft te zijn. Als we eenmaal beseffen dat we allemaal meesters zijn, kunnen we zien op welk vlak ons meesterschap ligt.

Wanneer we als kind een probleem met iemand hebben, worden we boos. En die boosheid duwt, om welke reden dan

ook, het probleem weg – we bereiken ermee wat we willen bereiken. Het gebeurt een tweede keer – we reageren met boosheid en nu weten we dat we als we boos worden het probleem van ons af kunnen schuiven. Dan gaan we net zolang oefenen tot we meesters in boosheid zijn.

Op dezelfde wijze worden we meesters in jaloersheid, meesters in verdrietigheid, meesters in zelfafwijzing. Al ons drama en lijden berusten op oefening. We maken een afspraak met onszelf en we oefenen net zolang tot de inzet van die afspraak een waar meesterschap wordt. De manier waarop we denken, de manier waarop we voelen en de wijze waarop we handelen worden zo routinematig, dat we niet langer onze aandacht hoeven te richten op wat we doen. Dat we ons op een bepaalde wijze gedragen is gewoon een kwestie van actie-reactie geworden.

Om meesters in liefde te worden moeten we ons oefenen in liefde. De kunst van het onderhouden van een relatie is ook een meesterschap en oefening is de enige wijze om meesterschap te bereiken. Een relatie te leren ‘meesteren’ is daarom een zaak van doen. Het heeft niets te maken met concepten of met het verwerven van kennis. Het is alleen maar een kwestie van *doen*. Natuurlijk, om te doen is enige kennis noodzakelijk, of tenminste een beetje meer bewustzijn van de manier waarop mensen te werk gaan.

Stel je eens voor dat je op een planeet leeft waar iedereen een huidziekte heeft. Al twee- of drieduizend jaar lijden de mensen

van jouw planeet aan dezelfde ziekte: hun hele lichaam is bedekt met zwerende wonden en die wonden doen echt pijn wanneer je ze aanraakt. Natuurlijk denken die mensen dat de huid er normaal zo uitziet. Zelfs de medische boeken beschrijven deze ziekte als de normale toestand van de huid. Bij de geboorte van de mens ziet de huid er gezond uit, maar vanaf het derde, vierde levensjaar beginnen de eerste wonden te verschijnen. Tegen de tijd dat ze tieners zijn, is hun hele lichaam overdekt met wonden.

Kun je je voorstellen hoe die mensen elkaar gaan bejegenen? Om met elkaar om te kunnen gaan moeten ze hun wonden beschermen. Ze raken elkaars huid vrijwel nooit aan, want dat is te pijnlijk. Als je per ongeluk iemands huid aanraakt is dat zó pijnlijk, dat hij direct boos wordt en j uw huid aanraakt, al was het maar om 'quitt ' te staan. Maar toch, het instinct tot liefde is zo sterk, dat je bereid bent een hoge prijs te betalen om een relatie met anderen te hebben.

Stel nu dat er op een dag een wonder gebeurt. Je wordt wakker en je huid is helemaal genezen. De wonden zijn weg en het doet geen pijn meer wanneer iemand je aanraakt. Het is een prachtig gevoel een gezonde huid aan te raken, want de huid is gemaakt voor aanraking. Kun je je indenken dat je een gezonde huid hebt in een wereld waarin ieder ander een huidziekte heeft? Je kunt anderen niet aanraken omdat je hen daarmee pijn doet en niemand raakt jou aan omdat men ervan uitgaat dat ze ook jou daarmee pijn doen.