

Voorwoord

Een voorproefje van de oneindigheid

Ik heb vele jaren doorgebracht in het Andesgebergte en in het regenwoud van de Amazone en heb er de inheemse hoeders van wijsheid bestudeerd en hun geneeswijzen beschreven. Hoewel deze mannen en vrouwen tevens sjamanen zijn, zal ik de traditionele benaming 'Laika' gebruiken om naar deze hoeders van wijsheid te verwijzen, om ze te onderscheiden van gewone kruidendokters, vroedvrouwen en healers. In eerste instantie wilde ik onderzoeken of hun spirituele geneeswijzen verlichting konden brengen voor de talloze kwalen waaraan mensen tegenwoordig lijden. Het heeft jaren geduurd voordat ik begreep dat sjamanen er een andere opvatting van ziekte op na houden dan wij in het Westen. Voor hen heeft iedere ziekte een geestelijke oorsprong en komen ziekten tot uiting in onze subtiele lichamen (ons energielichaam, onze emoties en onze gedachten) en pas daarna in het fysieke lichaam. Voor de sjamanen bieden fysieke en emotionele tegenslagen een gelegenheid tot geestelijke wedergeboorte en inwijding in een nieuwe manier van leven. Als de gelegenheid voor inwijding niet wordt aangegrepen, kan zich een tweede gelegenheid aandienen in de vorm van een ernstiger ziekte. In dit boek zul je ontdekken dat de meest effectieve manier om met succes fysieke en emotionele problemen het hoofd te bieden, ligt in het doormaken van een heilige inwijding, die leidt tot de dood van het oude zelf, een wedergeboorte en verlichting. Verlichting is niet iets dat in een verre toekomst plaatsvindt en waarvoor je jaren op een meditatiekussentje moet zitten. Het is evenmin iets dat je plotseling overkomt. De meeste sjamanen wijzen deze benaderingen af als zijnde een vlucht in de verbeelding of het uitstellen naar

een verre toekomst van wat vandaag beschikbaar is. Verlichting is evenmin inzicht in de aard van goed en kwaad of het besef dat beide in metafysische zin niet bestaan. Voor de sjamaan is verlichting een reeks opwekkingen die we meemaken en inzichten die we krijgen, steeds opnieuw. Deze verlichtende ervaringen maken deel uit van onze ontwikkelingsweg, en wanneer we een hogere trede bereiken, wordt geen ervan afgewezen. We transcenderen ze en omvatten ze. Zo groeien we uit boven ons vroegere niveau van inzicht en nemen iedere verlichtende ervaring op in ons geïntegreerde zelf.

Verlichting helpt je een hoger inzicht te krijgen in je levensreis, brengt bevrijding van emotionele pijn, en bewustzijn van de ware aard van de werkelijkheid. Tijdens dit proces kun je emotionele en fysieke pijn ervaren, maar net als veel grote sjamanen kun je ook het vermogen ontwikkelen om anderen te helen, de tekenen van bestemming in de natuur leren lezen en de dood zonder angst onder ogen leren zien. Voor een sjamaan is verlichting niet slechts een innerlijke staat van bewustzijn. Je dient je gaven in de wereld te gebruiken, in de vorm van mededogen, moed en nederigheid, eigenschappen die we tegenwoordig nog maar zelden tegenkomen. Verlichting heeft in post-sjamanistische samenlevingen verschillende benamingen gekregen, zoals samadhi, gelukzaligheid, illuminatie, en heeft heel veel weg van het christelijke concept van genade. Veel religies leren dat genade alleen door God kan worden geschonken, zoals aan Paulus toen hij op de weg naar Damascus bekeerd werd of aan de profeet Mohammed toen hij van de engel Gabriël de Koran ontving. De tradities hebben ons geleerd dat genade niet door individuele inspanning verworven kan worden. Maar klopt dat wel?

De Laika's hebben intuïtief aangevoeld wat neurologen tegenwoordig ontdekken: verlichting is een aangeboren eigenschap van de hersenen en niet alleen een geschenk van een hogere macht. Hoewel het mogelijk is om waarheid en kennis via mysterieuze wegen rechtstreeks van de Geest te ontvangen, ontdekten ze dat ze verlichting konden bereiken door met succes bepaalde inwijdingen in de mysteriën van het leven door te maken. Het leven kent zeven overgangen, die wij allemaal in ons leven meemaken: de geboorte, man of vrouw worden, de eerste liefde, het huwelijk, het ouderschap, wijsheid en de dood. Om deze inwijdingen mee te maken, moeten wij onze innerlijke demonen onder ogen zien en overwinnen, tot het inzicht

komen dat we één zijn met de schepping en begrijpen wat onze plicht is als rentmeesters van het leven op aarde.

Alleen door werkelijke verlichting kunnen wij volkomen geheeld worden. Sjamanistische healers maken in hun kosmologie geen onderscheid tussen kanker, suikerziekte en hartkwalen. Deze en vele andere kwalen beschouwen zij als symptomen van een spirituele ziekte: het verlies van het heilige besef van de eenheid van het universum en de verwaarlozing van onze rol als deelnemers in de schepping. Voor een Laika is er geen verschil tussen het slachtoffer worden van een jaguar of een microbe. Voor westerlingen is gedood worden door een microbe een ziekte, maar opgegeten worden door een jaguar een ongeluk -- gewoon domme pech. Een Laika weet dat hij een heilige relatie met zowel jaguars als microben moet hebben, anders zullen beide hem als maaltijd beschouwen. Bovendien weet de Laika dat hij moet deelnemen aan het dromen van deze wereld, dat hij deel moet hebben aan de schepping, anders zal de nachtmerrie van de geschiedenis zich herhalen en moet hij genoeg nemen met een wereld die door anderen wordt gedroomd.

Religies hebben verlichting afgeschilderd als iets dat voor een gewone sterveling zo goed als onbereikbaar is. De Laika gelooft dat verlichting mogelijk is voor eenieder die bereid is moedig de weg van inwijding te gaan. De grote meesters, waaronder Boeddha en Christus, hebben ons de weg hiernaartoe gewezen, maar wij moeten bereid zijn het pad van de inwijding zelf te volgen, zoals alle grote leraren dat hebben gedaan. Wanneer we dat doen, worden we ontdekkingsreizigers en pioniers. We maken ons los van onze genetische en psychische erfenis, van eigenschappen die ons voorbestemmen om op een bepaalde manier te leven en te sterven. Pas dan kunnen wij een werkelijk gezond en authentiek leven leiden. Dan zijn wij in staat om een nieuw lichaam te vormen, dat op een aangename manier kan verouderen, genezen en sterven. Dan zijn wij verlicht.

Zijn onze hersenen voorgeprogrammeerd om verlicht te worden? De evolutie, de ontwikkeling van materie via denken en ziel naar spiritualiteit, waarvan iedere volgende fase de voorgaande omvat, doet mij vermoeden dat verlichting een intrinsieke, sturende kracht van de natuur is. Eerst is er een eenzame persoon die uitreikt naar de hemel en die de eeuwigheid heeft ge-

voeld, en dan volgen er meer en meer, totdat de gehele mensheid onze transcendente aard heeft ontdekt.

Mogelijk zijn dit allemaal slechts dagdromen. Mijn wetenschappelijke scholing heeft mij geleerd dat de materie uit het niets van de oerknal tevoorschijn is gekomen en dat het leven duister en geluidloos op weg is naar een koude dood op het einde der tijden. Jarenlang heb ik de uitleg van het wetenschappelijk materialisme voor de enige waarheid gehouden. Maar na mijn inwijding en nadat ik de eeuwigheid had geproefd, merkte ik dat ik de voorkeur gaf aan het gezelschap van zieners, van mannen en vrouwen die weten dat het hun bestemming is de wereld te dromen. Ik hoop dat jij ons wilt vergezellen!

Alberto Villoldo

www.thefourwinds.com

Inwijding als verlichting

Mijn derde week in het Amazonegebied. Alles is vochtig. Ik heb de vulpen waar ik het liefst mee schrijf opgeborgen en schrijf nu met een potlood; toen ik wilde lezen wat ik gisteren opgeschreven had, bleek er niet meer dan een blauwe vlek van over te zijn.

De zon breekt door het bladerdak en de dauwdruppels op het spinnenweb vlak voor me glinsteren als parels. De natuur leert mij deze ochtend waarom de dood van essentieel belang is voor het leven: hij zorgt voor voeding. Er leeft in het Amazonegebied een spin die een zijden cocon weeft om zijn prooi, die daarbij tevergeefs probeert zich te bevrijden. Vanmorgen heeft de spin een mot gevangen en hij springt heen en weer om zijn slachtoffer te omwikkelen en vast te binden, zoals de Lilliputters met hun touwen Gulliver zo snel mogelijk vastbonden. Wanneer de mot helemaal ingesponnen is, spuit de spin hem in met een vergif dat al zijn weefsels verteert en zijn totale inhoud omzet in sappen. Daarna zuigt de spin het leven uit zijn buit. De spin heeft verschillende van dergelijke 'maaltijden' in zijn web op voorraad. Wanneer hij honger heeft, doorboort hij een van zijn prooien met een naaldachtige voedselangel en zuigt hij de gefermenteerde eiwitten eruit om zich te voeden. Als hij verzadigd is, is er niets over dan een leeg karkas, dat eens een blauwvleugelmot of een gele hommelmot was.

'De spin is de enige die niet in het web verstrikt raakt', zei don Antonio. Ik keek omhoog in de ogen van de oude indiaan, die mijn gids en mentor was.

‘Dat is de wereld waarin jij leeft, mijn vriend, een wereld van eten en gegeten worden, waarin mensen elkaar leegzuigen. Er bestaat ook een andere wereld, de wereld van de scheppers. Maar daar weet jij niets van.’

Ik leef in een wereld van eten en gegeten worden? Ben ik een roofdier? Of een prooi die volkomen machteloos gevangen zit en verteerd wordt? Don Antonio wist dat ik het gevoel had in een uitputtende strijd met het leven verwickeld te zijn en hier in het Amazonegebied antwoorden hoopte te vinden.

‘Je wilt er een poosje tussenuit, om daarna terug te keren naar je eigen wereld en je vijanden te overwinnen’, zei hij. ‘Maar je moet ze hier overwinnen, omdat ze in jezelf bestaan.’

Dagboek

Marañonrivier, Peru

Er zijn zeven grote inwijdingen die ieder mens moet doormaken. Het zijn de inwijdingen van de geboorte, van man of vrouw worden, van de eerste liefde, van het huwelijk (en soms de echtscheiding), van het ouderschap, van wijs worden en van de dood. Het kan zijn dat je niet in biologische zin of op de gebruikelijke leeftijd al deze overgangen meemaakt. Er zijn bijvoorbeeld mensen die nooit trouwen of kinderen krijgen. Toch moet ieder van ons, ongeacht geslacht of cultuur, ze allemaal minstens één keer in mythische zin meemaken. Als je geen zoon of dochter hebt, schrijf je misschien een boek of creëer je iets dat jouw ‘kind’ is en waarvoor je als ‘ouder’ moet leren zorgen. Als je in een andere omgeving gaat wonen of een andere baan neemt, word je opnieuw ‘geboren’ en zullen met de verliezen en veranderingen in je leven delen van jou symbolisch ‘sterven’. Inwijdingen zijn onvermijdelijk. Als je je tegen een inwijding verzet, zal het universum alles op alles zetten om je met het eind van een levensfase te confronteren. Verzet is zinloos.

Iedere inwijding biedt je een gelegenheid tot verlichting, een gelegenheid om je bewust te worden van je goddelijke aard, je te identificeren met de

scheppers, genade te ontvangen en je los te maken van de schaarste en de barbaarse levenswijze die het bestaan van de meeste mensen kenmerkt. Als je een van je inwijdingen mist, hebben je gezondheid en je emotionele welzijn daarvan te lijden. Als je bijvoorbeeld de inwijding van het huwelijk niet voltooit, ben je niet in staat om, nadat de verliefdheid verdwenen is, tot werkelijke intimiteit met je partner te komen. Als je je inwijding in het man-zijn mist, kun je een puer aeternus worden, een eeuwige jongeling, en je hele leven 'speelgoed' blijven verzamelen. De psychologie zegt dat we, om deze situaties te helen, inzicht moeten krijgen in de trauma's die we als kind hebben meegemaakt of in het ongezonde gedrag dat we ontwikkeld hebben in het gezin waarin we zijn opgegroeid. Het verleden ontleden is echter een valkuil. De sjamaan weet dat concentratie op onze oude wonden die juist versterkt, omdat we daardoor gaan geloven dat het dramatische persoonlijke verhaal (tragisch of heroïsch) dat we onszelf over ons verleden vertellen, bepalend is voor wie we vandaag zijn.

Je kunt pas ten volle geheeld worden als je de inwijdingen die het leven je presenteert met succes voltooit. Met behulp van de hoofdstukken die volgen kun je vaststellen welke inwijdingen je hebt gemist, kun je je voorbereiden op een confrontatie ermee en zul je de volgende keer dat het rad van fortuin jouw naam aanwijst in staat zijn hun verborgen oproep te beantwoorden.

Onze niet-geheelde emoties

Inwijding biedt ons de gelegenheid om onze emoties te helen. Alle drama's en al het lijden in ons leven komen voort uit niet-geheelde emoties, die weer de aanleiding zijn tot overtuigingen over hoe de wereld in elkaar zit. De sjamaan begrijpt dat, welke overtuiging over de werkelijkheid je ook hebt, het universum je altijd laat zien dat je gelijk hebt. Als je terwijl je een onrustig gevoel hebt een avondwandeling in het bos maakt, zul je de takken vlakbij onrustig horen bewegen. Als je gelooft dat iedere relatie waaraan je begint rampzalig zal eindigen, dan zal dat waarschijnlijk ook gebeuren. Als je ervan overtuigd bent dat je nooit succes zult hebben in je werk, dan zal dat ook blijken zo te zijn. Omgekeerd helpen positieve gevoelens je te zien dat het glas altijd halfvol is. Als je gelooft dat je het recht

hebt om gelukkig te zijn, zal het geluk je zelfs in de meest barre omstandigheden weten te vinden. Als je gelooft dat de bossen veilig en prachtig zijn, dan zijn ze dat ook.

Onze niet-geheelde emoties zijn de oorsprong van onze diep ingesleten overtuigingen, die ons ervan doordringen dat een bepaalde situatie een probleem is waar we niets aan kunnen veranderen. Wij zijn in staat om al onze moeilijkheden uit de weg te ruimen, van het ontdekken wat liefde is tot het bewerkstelligen van wereldvrede, als wij onze emoties helen en vervolgens onze overtuigingen veranderen. Maar we kunnen niet verwachten dat, als we onze overtuigingen veranderen, de wereld op magische wijze verandert, want onze overtuigingen zijn diep in het zenuwnetwerk van onze hersenen ingeprent. Deze overtuigingen zijn gecodeerde en met emoties beladen programma's die zich sinds de prehistorie ontwikkeld hebben als manieren om met overleving, geweld en angst om te gaan. Voor het herprogrammeren van deze zenuwnetwerken is meer nodig dan gesprekken met een therapeut. Positief denken is een begin, maar je kunt je overtuigingen over liefde of overvloed niet veranderen door een affirmatie op de deur van je koelkast te plakken. Je moet het zenuwnetwerk van je hersenen opnieuw programmeren.

De zeven overgangen

Iedere cultuur op aarde kent de zeven overgangen of inwijdingen. Wij maken die al sinds mensenheugenis mee. Iedere inwijding markeert een breuk met het verleden die je uitnodigt om een ander mens te worden en aldus verlichting te bereiken.

Deze inwijdingen kunnen wij ervaren als louter de hormonale en psychische veranderingen die met iedere overgang gepaard gaan, maar we kunnen ze ook mythisch beleven, met een volledige aandacht voor de emotionele en intellectuele werelden die erdoor toegankelijk worden. Een mythische inwijding vraagt om de dood van een persoonlijk ervaringsverhaal en de archetypische wedergeboorte in een nieuw en veelomvattender persoonlijk verhaal.¹ Carl Gustav Jung komt de eer toe dit concept binnen de context van de psychologie van het onderbewuste ontwikkeld te hebben. De archetypen

manifesteren zich in symbolen of in de verbeelding van dromen, fantasieën, kunst, literatuur, mythologie en religies. Archetypen kunnen gepersonifieerde karakters zijn, zoals de Grote Moeder of de Oude Wijze, maar het kunnen ook processen zijn, zoals sterven en opnieuw geboren worden of de vereniging van tegendelen. Bij iedere overgang merk je dat je niet doodgaat, ook al denk je dat je sterft aan een gebroken hart of dat het verlies van je jeugd je einde zal betekenen. Uiteindelijk leidt je inwijding je tot het ontdekken van vrede, edelmoedigheid, mededogen en verlichting.

Als je kunt herkennen wanneer je op de drempel staat en je vervolgens moedig overgeeft aan het proces van inwijding, dan kom je door de pijn heen en heb je niet meer het gevoel dat het leven iets is dat je overkomt. Wanneer je een inwijding meemaakt, lossen je gevoelens van machteloosheid en angst op, en komen daar moed, nieuwsgierigheid en creativiteit voor in de plaats. Uiteindelijk leidt jouw inwijdingssweg ertoe dat je de betovering doorbreekt die ertoe leidt dat je door de dramatische gebeurtenissen in je leven uitgeput raakt.

Er bestaan zeven funeste emoties waarmee wij tijdens onze inwijdingen geconfronteerd kunnen worden en die de aanleiding vormen tot onze beperkende overtuigingen. Om een of andere duistere reden heeft de natuur deze emoties in onze hersenen geplant. Ze werden ooit de zeven hoofdzonden genoemd en zelfs gepersonifieerd als demonen, omdat ze zo buitengewoon krachtig zijn.

- Toorn
- Hebzucht
- Begeerte
- Traagheid
- Afgunst
- Gulzigheid
- Hoogmoed

Wanneer we ons van deze funeste emoties en de overtuigingen die eruit voortkomen over schaarste, machteloosheid, intimiteit en angst bevrijden, ontdekken wij dat, hoewel er geweld op de wereld bestaat, wij in ons huis en in onze relaties vrij van geweld kunnen leven. Wij merken dat, hoewel

hebzucht en gulzigheid overal aanwezig zijn, wij in overvloed kunnen leven zonder overgewicht te krijgen of gierig te zijn. Wij ontdekken dat, hoewel het heel moeilijk is om de wereld te veranderen, het niet moeilijk is om onze eigen wereld te veranderen.

Inwijding is de manier waarop sjamanen de schadelijke emoties helen en transformeren tot bronnen van kracht en genade. Een inwijdingsritueel maakt het je mogelijk om te groeien zonder te verzinken in tegenslag en pijn. Een inwijding maakt het mogelijk dat je jezelf heelt door je eigen kracht, zonder anderen in te schakelen als spelers in jouw emotionele drama's. Ik heb eens een wijze oude man horen zeggen dat, als je de lessen die de schadelijke emoties je te leren hebben niet leert, je met iemand zult trouwen die er beslist voor zal zorgen dat je die lessen alsnog voorgeschoteld krijgt. Zolang we deze heilloze emoties niet helen, zullen we mensen blijven aantrekken die dezelfde emotionele verwondingen en levensverhalen hebben die wij uitspelen. In de natuurkunde trekken tegendelen elkaar misschien aan, maar in relaties tussen mensen geeft angst aanleiding tot verschrikking en trekt edelmoedigheid overvloed aan.

Inwijding brengt ons nog grotere zegeningen dan het helen van negatieve emoties. Inwijding leidt ons naar verlichting, die het ons mogelijk maakt onze goddelijke aard te kennen en het goddelijke in het grote speelveld van de schepping in actie te zien. Dan zijn we eindelijk ontsnapt aan de wereld van eten en gegeten worden, en hebben we de wereld van scheppers betreden, een hechte eenheid waarin wij zowel het schilderdoek als de kunstenaar zijn, en zowel het landschap als de schilderskwast.

Hoewel alle culturen uitgebreide overgangsrituelen kennen voor jonge mannen en vrouwen, zijn dat zelden diepgaande inwijdingen. De geboorte is maar al te vaak niet meer dan een gelegenheid voor een sociaal samenzijn of voor een zelfgemaakte video, terwijl de dood iets is dat we eigenlijk het liefst vermijden. Zo wordt de diepe vereniging van twee zielen ook niet bereikt door een uitgebreide bruiloftspartij, wordt een jongen geen man door een wild dier te schieten en wordt een meisje geen vrouw door haar eerste menstruatie. En een kind krijgen maakt je nog niet tot ouder. Geen enkele gebeurtenis kan je voorbereiden op de uitdagingen van een belangrijke nieuwe fase in je leven. Werkelijke inwijding is het antwoord op een innerlijke roe-

ping en vraagt van je dat je persoonlijke uitdagingen moedig onder ogen ziet en werkelijk het ontstaan meemaakt van een nieuwe manier van zijn.

Inwijdingen dwingen je dikwijls om de conventies te trotseren, zoals in de historische liefdesaffaire van de Romeinse generaal Marcus Antonius en de Egyptische koningin Cleopatra, een relatie die het Romeinse rijk in ernstige verlegenheid bracht en die een bron van inspiratie was voor talloze geliefden, zoals in Shakespeares toneelstuk *Antony and Cleopatra*. Net als Marcus Antonius riskeren gewone mensen soms alles wat hun ooit dierbaar was om de liefde te kunnen volgen, in een carrière te slagen of goede ouders te zijn. Een inwijding is een uitnodiging om de werkelijke betekenis van het bestaan te ontdekken en het spel van het leven op een nieuw en hoger niveau te gaan spelen.

Wanneer je een inwijding meemaakt, zullen de schadelijke emoties geheeld worden, want je transformeert ze tot de zeven deugden, die in de middeleeuwen engelen werden genoemd:

- Vrede
- Edelmoedigheid
- Zuiverheid van intentie
- Moed
- Mededogen
- Matigheid
- Nederigheid

<i>Traditionele inwijding</i>	<i>Emotionele ervaring als de inwijding mislukt</i>	<i>Demonen en engelen</i>
Geboorte	Je probeert ergens bij te horen en worstelt met je gevoel van eigenwaarde en met boosheid. Je hebt het gevoel dat je niet in deze wereld thuishoort.	Toorn geheeld door vrede
Man-zijn of vrouw-zijn	Je bent narcistisch, koestert wrok omdat je iets mist. Materialisme en macht zijn een obsessie voor je.	Hebzucht geheeld door edelmoedigheid

Eerste liefde	Je zoekt tevergeefs naar de volmaakte partner en voelt je eenzaam en incompleet. Je bent in de seksuele ervaring niet in staat om je over te geven aan intimiteit.	Begeerte geheeld door zuiverheid van intentie
Huwelijk	Je bent de eeuwige vrijgezel en koestert ambivalente gevoelens ten aanzien van relaties. Je verwacht van je partner dat hij of zij aan al jouw behoeften voldoet en bent niet bereid te werken aan de vorming van een echt partnerschap.	Traagheid geheeld door moed
Ouderschap	Je leeft door je kinderen of je projecten en wordt geobsedeerd door de resultaten ervan. Je bent jaloers op degenen die meer mogelijkheden lijken te hebben, zelfs op de toekomstmogelijkheden van je eigen kinderen.	Afgunst geheeld door mededogen
Wijsheid	Je wordt gehinderd door een gevoel van schaarste en verlies, en door het verlangen te herstellen wat er niet meer is. Om een beter gevoel te hebben over jezelf, gebruik je meer dan je nodig hebt.	Gulzigheid geheeld door matigheid
De grote oversteek	Je klampt je vast aan onafgemaakte zaken. Je wordt arrogant, vindt jezelf heel belangrijk en bent doodsbang voor je eigen sterfelijkheid.	Hoogmoed geheeld door nederigheid

Het leven nodigt ons op vele manieren uit om ingewijd te worden: door een potentiële liefdesrelatie, door de dood van een ouder of een vriend, door de geboorte van een kind, of door een ernstige ziekte. Wanneer we in onze inwijding slagen, verlicht het licht van wijsheid en inzicht ons. We zijn in staat de werkelijkheid te zien zoals ze is, niet gehinderd door onze emotionele verwondingen en pijn. Maar wanneer we geen gehoor geven aan de oproep tot inwijding, raken we als een mot verstrikt in een spinnenweb en worstelen we om te ontsnappen aan onze hachelijke toestand die zo vol is van pijn en dramatiek. Zou het niet beter zijn om bereidwillig en met gratie met onvermijdelijke verandering mee te gaan? Als we slagen, kan de inwijding de deur zijn waardoor we de weg betreden die leidt naar een hartstochtelijk, authentiek

en deugdzaam leven. Maar daarvoor moeten we keer op keer ja zeggen tegen onze inwijdingen en moedig het onbekende terrein verkennen.

De inwijding van Jona

Een van mijn meest geliefde inwijdingsverhalen is het Bijbelse verhaal van de profeet Jona, die door God wordt geroepen om naar de stad Ninevé te gaan en de mensen daar te onderwijzen. Jona voedt thuis gewoon zijn kinderen op en houdt zich bezig met alledaagse zaken. Wanneer hij de oproep van God hoort, reageert hij door zo hard als hij kan precies de andere kant op te gaan. Hij heeft helemaal geen zin om gehoor te geven aan deze oproep. Hij krijgt het Spaans benauwd bij de gedachte dat hij meer zou kunnen zijn dan een eenvoudige visser. Hij gelooft niet dat hij het in zich heeft om een boodschapper van hoop te zijn en hij twijfelt eraan dat hij ooit iets anders zal kunnen zijn dan een simpele ziel die er iedere dag op uittrekt om vis te vangen. Doodsbang dat hij de opdracht die hij krijgt zal verprutsen, gaat Jona aan boord van een schip dat hem zo ver mogelijk wegbrengt van de oproep van God. Wanneer het schip op de Middellandse Zee in een zware storm terecht komt, denken de zeelui dat iemand van hen God getrotseerd heeft en ze gooien Jona in zee, waar hij prompt door een walvis wordt opgeslokt. Hij blijft in de buik van de walvis totdat hij uiteindelijk wordt uitgespuugd ... op de kust bij de stad Ninevé.

De moraal van dit verhaal is dat het leven ons schoppend en schreeuwend naar onze bestemming zal brengen als we proberen daaraan te ontsnappen. Wanneer we ja zeggen tegen onze bestemming, kunnen we die op glorieuze wijze bereiken, maar als we er nee tegen zeggen, bereiken we haar bedekt met walvisspeeksel. De walvis in het verhaal vertegenwoordigt onze emoties, enorme en onweerstaanbare krachten die ons dreigen te verzwelgen en ons dagen- of jarenlang gevangen kunnen houden. Weet je nog hoelang je vasthield aan die pijnlijke relatie en boos was op jezelf en je partner, terwijl je wist dat je de relatie allang had moeten beëindigen? We kunnen jaren in de buik van de walvis zitten, worstelend met onze boosheid, met het gevoel dat we niet de juiste partner of het juiste leven hebben of jaloers zijn op de jeugd, het succes of de rijkdom van anderen.

Uiteindelijk spuugt de walvis ons uit op het strand waar we niet willen zijn. Toen Jona op het strand bij Ninevé stond, was hij zover dat hij gehoor kon geven aan de oproep van God. Hij aarzelde niet meer en was in staat zijn kracht te gebruiken en zijn opdracht te begrijpen. De sjamaan weet dat er aangenamere manieren zijn om in Ninevé te komen dan in de buik van een walvis.

Tijdens mijn reizen als antropoloog door het Amazonegebied ben ik heel dikwijls getuige geweest van rituelen waarbij jongemannen ingewijd werden in het man-zijn of jonge vrouwen werden ingewijd in het huwelijk of het moederschap. Dikwijls waren dit echter niet meer dan in scène gezette festiviteiten en waren ze, net zoals onze westerse ceremonieën, losgekoppeld van hun diepere betekenis. Een inwijding is daarentegen niets minder dan een uitnodiging om een weg te gaan die leidt naar een bestemming waarvan je je geen voorstelling kunt maken, een weg die vol gevaren en vol mogelijkheden is. De uitkomst van de reis staat niet vast. De uitnodiging om op reis te gaan vraagt om een moedige respons: we moeten de held worden in ons eigen verhaal. Een inwijding kan plaatsvinden binnen de besloten ruimte van je eigen hart, waarin je je begeeft om het goddelijke in jezelf te ontmoeten, maar de reis kan je ook brengen naar een plaats buiten je, waar ook ter wereld. Of het nu om een innerlijke of een uiterlijke reis gaat, als je slaagt zul je gezegend worden en genade ontvangen. Als je faalt, kun je daar je hele leven om treuren en sterf je mogelijk de langzame dood van een leeg en zinloos leven.

De vier stappen van Boeddha's reis

Wanneer onze inwijding slaagt, bereiken wij verlichting. Voor de boeddhisten is verlichting een toestand waarin je vrij bent van lijden en verlost van het rad van wedergeboorte. Deze toestand wordt bodhi genoemd, wat letterlijk 'ontwaken' betekent. In een bepaalde boeddhistische school is het ideaal een bodhisattva te worden, een man of vrouw die zich volledig wijdt aan het ontwaken van alle levende wezens.

Boeddha leidde als de jonge prins Siddhartha een beschermd en luxueus leven. Toen hij 29 was en hij voor het eerst het paleis verliet en door het land

reisde, ontving hij de oproep tot inwijding. Onderweg zag hij een oude man die krom liep en hij vroeg zijn wagenmenner of alle mensen de ouderdom wacht. Toen de menner ja zei, raakte de prins in de war. Toen ze verder reisden, was hij getuige van ziekte en honger, en zag hij de dood in de vorm van een rottend lijk. Siddhartha was geschokt en wanhopig, want de 'lelijke' kant van het bestaan was voor hem altijd verborgen gehouden. Hij verloor door de werkelijkheid zoals die buiten de paleismuren bestond zijn onschuld en besepte dat ook hij zonder twijfel het lot van zijn onderdanen zou ondergaan. Daarop gaf de jonge prins zijn luxe leventje op, schoor zijn hoofd kaal zoals monniken dat doen en ging de straten in om te bedelen om voedsel. Dit grote vertrek vormt een essentieel element van iedere inwijding: het loslaten van wat veilig en vertrouwd is kan een moeilijk proces zijn, zelfs als het bekende pijnlijk is, zoals in geval van een slechte baan of een slecht huwelijk.

Boeddha had nooit verlichting kunnen bereiken als hij in de paleistuin van zijn thee was blijven genieten. Hij moest de onbekende wereld buiten het paleis betreden. De koning zond bedienden eropuit om de prins met voedsel en dranken te verleiden, maar de jonge Boeddha weigerde naar huis terug te keren. Hij liet zich door zijn vroegere leven niet van de wijs brengen. In plaats daarvan ging hij onder een vijgenboom zitten en richtte zijn aandacht in meditatie naar binnen, totdat hij het antwoord vond op de vraag waarom een mens moet lijden en of er ontsnapping aan het lijden mogelijk is. Stel je even voor dat je onder een boom zit in het bloedhete India. Zowaar geen eenvoudige taak, met vliegen die op je gezicht kriebelen, aantrekkelijke vrouwen die langslopen, lepralijders die naast je slapen en kinderen die lopen te joelen en in je buurt spelen, om over de knagende honger die je voelt nog maar te zwijgen. Siddhartha ging al deze uitdagingen innerlijk aan. Hij moet iedere denkbare menselijke angst en demon onder ogen hebben gezien.

Op het eind ontdekte Boeddha dat het lijden geheel en al uitgebannen kan worden. Na zijn verlichting keerde hij terug met het geschenk van wijsheid, dat hij deelde met eenieder die het wilde horen. De vier edele waarheden zijn vandaag de dag nog steeds de kern van het boeddhisme. Het zijn:

- Leven betekent lijden, geboorte is lijden, oud worden is lijden, ziekte is lijden, sterven is lijden, verdriet en wanhoop zijn lijden.
- Lijden is het gevolg van verlangens en begeerte.
- Door verlangens en begeerte op te geven, bereik je vrijheid van het lijden.
- Het pad naar dit doel wordt bereikt door het juiste inzicht, de juiste intentie, de juiste woorden, de juiste daden, de juiste levenswijze, de juiste inspanning, de juiste aandacht en de juiste concentratie.

De leer van het boeddhisme heeft zich over de hele wereld verspreid, want de vier edele waarheden zijn universele wijsheden. Van even groot belang is Boedha's inwijdingsweg, die een oproep betekent waaraan wij allen gehoor moeten geven, want daardoor leren wij hoe wij het lijden in ons eigen leven kunnen overwinnen. Moeten we ons tevredenstellen met luisteren naar Boedha's leer, in plaats van zelf onder een boom te gaan zitten mediteren? Is het voldoende om te lezen over de veertig dagen die Jezus doorbracht in de woestijn, in plaats van er zelf op uit te trekken voor een *vision quest*? Mijn antwoord op deze vragen is dat wij, willen wij verlichting bereiken, zelf moeten ontdekken wat meesters en wijzen vóór ons al hebben ontdekt. En daartoe moeten wij zelf de reis van inwijding aanvaarden.

Boedha's verlichting geeft op volmaakte wijze de vier stadia van de inwijdingsweg weer:

1. Ontwaken: herkenning van het dilemma ('Er is dood en ziekte, en ik zit gevangen in een paleis').
2. Het grote vertrek: je eigen reis aanvaarden ('Ik ben een monnik en ik scheer mijn hoofd kaal').
3. De tests: uitdagingen en weerstanden onder ogen zien ('Ik zit in stilte').

4. Verlichting: de terugkeer met het geschenk van kennis voor anderen ('Wij kunnen allemaal van het lijden worden bevrijd').

In hoofdstuk 4 komen deze vier stadia terug en worden ze uitgebreid besproken.

De inwijding van Psyche

De mythe van Eros en Psyche kan beschouwd worden als een vrouwelijke inwijdingsweg. Psyche was de mooiste dochter van een machtige koning. Haar zusters hadden geen moeite met het vinden van een man, maar de schoonheid van Psyche was zo overweldigend, dat geen man haar durfde benaderen om haar ten huwelijk te vragen. Haar schoonheid was zo groot dat ze aanbeden werd als de sterfelijke incarnatie van Aphrodite, de godin van de schoonheid. Deze misvatting deed Aphrodite in toorn ontsteken en ze stuurde haar zoon Eros (ook wel Cupido genoemd) om Psyche te raken met een van zijn betoverde pijlen en haar onherroepelijk verliefd te doen worden op een afstotelijk monster. Eros kweet zich met grote hartstocht van zijn taak, maar werd uiteindelijk zelf hopeloos verliefd op Psyche. Hij nam Psyche mee naar een prachtig paleis, maakte haar tot zijn bruid en beloofde al haar wensen te vervullen, op voorwaarde dat ze nooit in het daglicht naar zijn gezicht zou kijken. Hij bezocht haar dan ook alleen 's nachts, wanneer zij genoten van elkaars gezelschap en passie. Psyche bezat alles wat haar hart begeerde en voor een poosje was ze gelukkig. Na verloop van tijd werd ze echter ontevreden met haar leven. Overdag, als Eros er niet was, voelde zij zich ongelukkig. Ze miste haar familie en vrienden. Eros had medelijden met haar en haalde Psyches zusters naar het paleis voor een bezoek. Psyche werd er door haar boosaardige zusters van overtuigd dat ze met een monster was getrouwd en ze was vastbesloten haar man te leren kennen zoals hij was. Op een nacht, terwijl Eros sliep, hield Psyche een lamp bij het gezicht van haar man, om te zien wie hij werkelijk was. Ze was stomverbaasd toen ze ontdekte dat hij de prachtige god van de liefde was. Door de schok van deze verrassing viel er een druppel hete olie van de lamp op Eros' schouder en hij werd wakker. Daarop vluchtte hij en liet Psyche diep gekwetst achter.