

JONATHAN H. ELLERBY

**ZEVEN
POORTEN
NAAR
SPIRITUELE
ERVARINGEN**



**MAGISCHE MOMENTEN VAN
EENHEID EN HELDER BEWUSTZIJN**

JONATHAN H. ELLERBY

**ZEVEN
POORTEN
NAAR
SPIRITUELE
ERVARINGEN**

**MAGISCHE MOMENTEN VAN EENHEID
EN HELDER BEWUSTZIJN**



AnkhHermes

Oorspronkelijke titel: *The Seven Gateways of Spiritual Experience, Awakening to a Deeper Knowledge of Love, Life Balance, and God*, uitgegeven door Findhorn Press, een onderdeel van Inner Traditions International, Vermont, Verenigde Staten

Vertaling Willie van Boven
Omslag Villa Grafica
Binnenwerk Zeno
NUR 728

De informatie die in dit boek wordt gegeven, is niet bedoeld als vervanging van professioneel medisch advies. Raadpleeg altijd een arts als er zich problemen voordoen met uw gezondheid. Noch de auteur, noch de uitgever kan verantwoordelijk worden gehouden voor enige schade die het gevolg is van het opvolgen van de aanbevelingen uit dit boek of van het niet inroepen of niet opvolgen van deskundig medisch advies.

ISBN 9789020222296
ISBN e-book 9789020222302

© 2024 Jonathan H. Ellerby
© 2025 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK | media, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

Voor iedereen die mij onderweg
heeft geholpen, familie, vrienden,
meesters en de mensen die nog
steeds naast mij staan: Uxia,
Narayan, Aluxa & Juno

*Nooit zal ik dat moment vergeten,
dat kwam en ging als een vallende ster
in de donkerste nachtelijke hemel.*

De wereld stond stil.

De tijd verdween en de eeuwigheid blies haar adem in mij.

*Ik was verloren in dat moment
en ik was vrij.*

Ik ging op in een uitgestrektheid,

voorbij de tijd,

voorbij het verdriet dat zich vastklampte aan mijn leven,

*voorbij de verstrikte gedachten en vervagende vormen die ik schiep
om me te beschermen en te begeleiden.*

Alles verdween

en alles werd onthuld.

Op dat moment

was er geen ruimte voor twijfel,

geen ruimte voor beslissingen.

Er was alleen de eenvoudige waarheid.

Een diepte in mij die je je niet kunt voorstellen,

een kracht die me zal dragen,

een licht, een hoop,

en zoveel meer.

Inhoud

Voorwoord 9

Inleiding 13

1. De geografie van spirituele ervaringen –
Zeven hogere toestanden van bewustzijn 23
2. Het ervaren van waarheid en schoonheid 55
3. Het ervaren van alledaagse magie 73
4. Het ervaren van de wereld der geesten 99
5. Het ervaren van het kosmische zelf 129
6. Het ervaren van goddelijke energie 149
7. Het ervaren van de vormloze geest 167
8. Het ervaren van puur bewustzijn 187

Tot slot 207

Leestips 219

Over de auteur 223

Voorwoord

Vanaf de eerste keer dat ik Jonathan hoorde spreken, nam ik mij voor sceptisch en op mijn hoede te blijven. Tijdens mijn jarenlange reis met verschillende leraren en mentoren om mijn wonden te helen, had ik gemerkt hoezeer ik in blind vertrouwen afhankelijk was van degenen die verder op het spirituele pad waren. Het verbaasde me dat ik bereid was te luisteren naar de lessen van een ander over bewustzijn en persoonlijke groei. Maar toen ik hem herhaaldelijk hoorde bevestigen dat ‘alles wat ik nodig heb binnenin gevonden kan worden’, en zag dat hij dit in ieder aspect van zijn leven belichaamt, stond ik Jonathan langzaam toe mijn leraar, spiritueel mentor en goede vriend te worden. Alles heeft zich ontvouwen in een sfeer van authenticiteit, wederzijds respect en mijn vertrouwen in mijn groeiende bewustwording en innerlijke weten.

Tientallen jaren werkte mijn angst om volledig aanwezig te zijn in de natuurlijke wereld verlamdend. Tijdens een groepsexcursie in de natuur hielp Jonathan mij met compassie en uitdagende ervaringen mijn wil tot overgave te vinden, zodat ik voorbij mijn persoonlijke grens kon gaan en mijn pijnlijkste angsten onder ogen kon zien.

Een jaar later, toen hij mij voor een dag afzette op een onbekend, onbewoond, dicht bebost eiland waar ik mijn

eerste uren zonder angst slapend doorbracht onder een dennenboom, verwelkomde ik een voortdurende stoet land-, water- en luchtschepsels en vond ik mijn weg in onbenoembare spirituele dimensies. Mijn hernieuwde relatie met de natuurlijke wereld heeft me een stem gegeven en het vertrouwen om voor groepen te spreken, groepen te faciliteren en mijn eigen natuurretraites te leiden.

Ik kreeg de kans om Jonathans manuscript van *Zeven poorten naar spirituele ervaringen* te lezen en dat was een grote eer. Bijna twee jaar geleden leende ik zijn eerste boek, *Return to the Sacred*, van de bibliotheek en maanden later leende ik het opnieuw omdat ik meende dat ik het niet had uitgelezen. Maar dat had ik wel. Wat ik miste was een uiteenzetting van wat er gebeurde tijdens zijn bovenzin- tuiglijke ervaringen van het heilige, precies wat in dit boek staat. *Return to the Sacred* is Jonathans verhaal over zijn spirituele bewustwordingsproces en over hoe anderen kunnen bepalen op welk van zijn twaalf gedefinieerde spirituele paden zij de eerste stappen in hun bewustwordingsproces willen zetten.

Dit laatste boek heeft meer weg van een boek dat vanuit een collectief weten wordt doorgegeven, een gebied waarin hij actief deelnemer is. Er zijn veel, vaak gechannelde boeken die stukjes van de hier zo mooi beschreven informatie bevatten. Maar geen van die boeken bevat de authenticiteit en kennis uit de eerste hand van eigen interacties in deze spirituele dimensies. Ook geven deze boeken niet de context en een dieper begrip van wat er werkelijk is ervaren. Wat Jonathan in dit boek beschrijft, is niet met woorden aan hem doorgegeven of verteld, hij heeft het zelf doorleefd! Dat is precies wat dit boek zo belangrijk en spannend maakt. Mensen leren wat ze nodig hebben voor

hun bewustwordingsproces en mensen de ware geschenken van hun bewustwordingsproces leren herkennen zijn twee verschillende dingen.

De ervaringen van Jonathan met iedere dimensie die hij in dit boek beschrijft zijn persoonlijk en specifiek van hem. Toch gebeurt er iets wanneer we geconfronteerd worden met een reflectie van de waarheid van wie we zijn zonder vervormingen of illusies. Een diepe herkenning en herinnering resoneert in ons hele wezen, op zo'n manier dat we het steeds moeilijker kunnen negeren. Tijdens het lezen van dit boek beleefde ik mijn eigen spirituele ervaringen opnieuw, met hernieuwde waardering voor het pad dat ik tot dusver heb afgelegd. Ook kon ik inzichten die nog op mij lagen te wachten verder onderzoeken.

Jonathan heeft zijn geloofwaardigheid en betrouwbaarheid verworven door vele opleidingen, trainingen, leerscholen en banen. Het overzicht hiervan is openbaar toegankelijk via zijn biografie en zijn boeken, en dat is belangrijk. Maar wat voor mij het belangrijkste is, is hoe zijn levenservaringen hem gevormd hebben tot de man die ik nu ken: de leraar, mentor, begeleider, leidinggevende, natuurgids, predikant, heler, echtgenoot en vader. Hij is consistent in zijn manier van zijn op alle vlakken. Ik weet hoe hard je moet werken en hoeveel discipline er nodig is om een spiritueel pad te volgen. Ik ben ook bekend met de gevolgen van het ervaren van andere spirituele dimensies en hoe uitdagend het is om die te integreren in je dagelijks leven. Als je voorafgaand aan en volgend op een levensverruimende ervaring van het goddelijke niet het bijbehorende innerlijk en uiterlijk werk doet, wordt het bereiken van dat goddelijke tenietgedaan. Jonathan heeft, in tegenstelling tot andere hoogontwikkelde wezens, een feilloos vermogen om zijn

spirituele ervaringen te verwerken en integreren. Dit boek is een gids voor iedereen die een spirituele reis wil maken. Ieder hoofdstuk beschrijft de buitenaardse dimensies waarin we ons kunnen bevinden. Hiermee hebben we iets in handen om te begrijpen wat we ervaren en hoe we de geschenken en lessen daarvan kunnen integreren in onszelf en in de wereld. We hoeven het heilige niet langer uit de tweede hand te waarderen via dichters, musici en kunstenaars. We hebben hier een gids in handen die niet nalaat te beschrijven hoe we esoterische kennis kunnen bereiken en ook terugbrengen naar ons alledaagse leven. Dit boek is echt een zeldzaam en kostbaar geschenk.

Joni Klieger, integratief energetisch therapeut

Inleiding

*Die minne met allen dus hevet dorewaden,
Met diepen honghere, met vollen saden,
Hem en mach dorren noch bloyen scaden,
Noch hulpen tijt engheen:
Int diepste ghewat, ten hoechsten graden
Blijft hare wesen in een.*

*(De liefde is van alles doortrokken,
Van diepe honger tot volle verzadiging,
Dorheid noch bloei kan haar schaden,
Noch heeft tijt vat op haar:
Van diepe troosteloosheid tot hoogste vertroosting
Blijft zij onveranderlijk.)*

Hadewijch van Antwerpen, *Strofische gedichten*,
veertiende gedicht

WAAR IS HET BEGIN VAN ALLES?

Hadewijch van Antwerpen, auteur van het voorgaande gedicht, is een naam die maar weinig mensen kennen, in tegenstelling tot mannelijke mystici als Rumi, Hafiz of Kabir. De nalatenschap van deze zeer sterke Vlaamse begijn

en mystica uit de dertiende eeuw is net als die van andere vrouwen uit haar tijd krachtig, vitaal, waardevol en grotendeels vergeten. Haar persoonlijke verhaal is nooit opgetekend en we kennen haar alleen via de bijzondere verhalen en gedichten die ze ons heeft nagelaten, als een overwoerd bospad dat ons terugleidt naar de meest intieme ervaringen van het heilige die we ons kunnen voorstellen. Wat we wel weten is dat ze nogal letterlijk ‘de stad werd uitgejaagd’ omdat ze mensen leerde vertrouwen op hun directe, innerlijke ervaring van het heilige. Hadewijch wist dat de kerk en haar lessen louter uitingen van mensen waren, maar dat werkelijk ieder mens God intiem en persoonlijk kon leren kennen. Sterker nog, uit haar overgeleverde brieven blijkt dat Hadewijch haar studenten verzekerde dat dergelijke diep spirituele ervaringen niet zijn voorbehouden aan de elite, maar een vitale bron vormen om met veerkracht en vrede te leven in moeilijke tijden.

Net als de grote boeddhistische meesters zegt zij: ‘Je moet bij jezelf nagaan hoe je tegenwerking verdraagt en hoe je verder kunt gaan zonder de dingen die je lief zijn... Probeer bij alles wat je meemaakt innerlijk onthecht te blijven, wanneer je je zorgen maakt én wanneer je innerlijke vrede ervaart. En aanschouw altijd de uitingen van God, want die kunnen je leren wat volmaaktheid is.’ Ze ziet spirituele ervaringen dus allerm minst als ‘zweverig’ idealisme of fantasie, iets waarin slechts een enkeling gelooft. Maar beschouwt ze juist als een ongekend solide basis van waaruit je een leven kunt opbouwen, uitdagingen onder ogen kunt zien en vrede kunt brengen in jezelf en de wereld.

Het belang van rechtstreekse persoonlijke spirituele ervaringen is in de loop van de tijd overschaduwde geraakt door het mannelijke najagen van het goede geloof, het juiste

begrip, de onderlinge wedijver en een sterke onderverdeling in zuilen en sociale klassen. De wereld heeft de gaven van mannen en de mannelijke geest absoluut nodig, maar ze heeft erdoor de vrouwelijke kracht moeten ontberen. Hierdoor zijn de in mijn ogen meer vrouwelijke wegen van ervaring en doorleefde kennis in de wereld van welbevinden en spirituele groei teruggeduwd in de schaduw van geïdealiseerde ervaringen van deskundigen en auteurs.

PRIVILEGE EN MACHT OP HET SPIRITUELE PAD

Nu we het daar toch over hebben moet ik erkennen dat dit boek bol staat van mijn verhalen en persoonlijk beleefde ervaringen van het heilige. Idealiseer ze niet en wees er ook niet jaloers op. Ik deel deze persoonlijke belevenissen zodat je in jezelf kunt voelen hoe de ervaringen die ik bespreek er voor jou uit kunnen zien en hoe je ze kunt herkennen. Het zijn voorbeelden van mijn ervaringen en je moet zelf de reis maken om je eigen ervaringen te vinden, op te doen en te ontvangen.

De grote tragedie van religieuze en spirituele tradities is dat degenen die zich dienstbaar opstellen of die zich in een leidinggevende of dienstverlenende positie bevinden, het belang van elke persoonlijke ervaring van de spirituele wereld hebben gebagatelliseerd. Teksten en oefenmethoden zijn dragers voor spirituele ervaringen, geen eindpunt of doel. Een perfect uitgevoerde yogahouding, een extreem uithoudingsvermogen in de hitte van een zweethut, Bijbelverzen uit je hoofd kennen of trouw vijf keer per dag bidden in de moskee zijn allemaal vooral culturele activiteiten. Of met andere woorden activiteiten van het ego, als het hart en de geest de directe persoonlijke verbinding, liefde en wijsheid niet volledig omarmen die binnen het

bereik liggen. Studeren en oefenen doen we om ons open te stellen voor iets wat verder en voorbij datgene gaat wat we bestuderen of beoefenen. Het zijn hulpmiddelen waarmee we ons kunnen openen voor dat waar we niet rechtstreeks op af kunnen gaan.

Het omarmen van onze hulpmiddelen en tradities met hart voor het ontwakingsproces is op zich al een soort privilege dat je jezelf moet toe-eigenen. In deze wereld zijn de meeste mensen zo geconditioneerd dat ze geloven dat bepaalde oefenmethoden wel voor de een maar niet voor de ander zijn. Onder invloed van sociale ideeën wordt onze spirituele wereld gevormd. We zien bijvoorbeeld maar weinig beelden van mensen met een donkere huidskleur die aan yoga doen, tenzij het een geïdealiseerde Indiase goeroe is. En we zien weinig beelden van militairen die mediteren; vrouwen volgen workshops terwijl mannen werken; de paus is altijd wit en moslims zijn radicaal. Al dit soort ideeën en stereotypen zijn vals en schadelijk. Ik kan je alleen maar vragen om bij het lezen van dit boek je geest open te houden voor alles. Laat niets wat je verteld is of wat je tot op dit moment wist je beperken in wat je morgen – of vanavond – zou kunnen zijn!

Als ik terugkijk, dan zie ik dat ik als witte man altijd het privilege heb gehad om toegang tot de wereld van spirituele ervaringen en beoefening te hebben. Ik reisde de wereld over met onbedoelde onschendbaarheid en zonder angst dat ik zou worden tegengehouden of dat mij de toegang zou worden ontzegd tot wat ik ook maar wilde. Dat is een privilege dat je maar moeilijk kunt doorgeven. Toch leerde ik onderweg dat er overal grenzen en beperkingen zijn, zoals racisme en exclusiviteit en ja, ook naar mij. Dit boek bevat veel verhalen die zich afspelen binnen Afri-

kaanse en inheemse gemeenschappen, plekken waar ik op het eerste gezicht als ‘vijand’ had kunnen worden gezien. Uiteindelijk was het enige wat de vele deuren kon openen die er vanbinnen te ontdekken zijn de kracht van het hart en de bereidheid een kwetsbaar, toegewijd student te zijn – oprecht open om te luisteren en het niet te weten.

Ik deel mijn ervaringen zodat je kunt ontdekken dat er een oneindige wereld van liefde en wijsheid is die op je ligt te wachten. Nu, op dit moment. Als je je ogen dichtdoet, een diepere stilte zoekt en zonder gehechtheid iets vraagt, dan zou dit huidige moment de deur kunnen openen naar een nog voor jou onbekende manier van weten.

KEN JEZELF, KEN DE WERELD

Dat het ervaren van de spirituele wereld zo’n grote impact heeft en zo belangrijk is, komt doordat die ervaringen je niet alleen antwoorden en heling kunnen bieden voor de wonden van het leven, maar je ook helpen om je visie bij te stellen. Bij het betreden van de wereld van spirituele ervaringen beseffen we steeds meer dat onze beleving en ons verhaal van de wereld zeer beperkt zijn. Hierdoor zal alle levenspijn in het niet vallen bij de uitgestrektheid van het universum en het universum daarachter. Pijn wordt een poort naar verbinding met het menselijk bestaan en het hervonden besef dat we nooit alleen zijn en altijd verbonden. Onze vreugde wordt groter in het licht van spirituele ervaringen als we ze gaan zien als poort naar de ware natuur van het leven.

We hebben zelden baat bij zelfgerichtheid, sociale goedkeuring en culturele conditionering en al helemaal niet als die onbewust zijn. Als we spirituele ervaringen durven omarmen en onderzoeken lichten we de sluiers van het

leven op en zien we dat we veel meer zijn dan ons is voorgelaten. En dat onze angsten en vijanden vooral illusies zijn die ons weghouden van de echte levenservaring van weten dat we geliefd zijn, dat er genoeg is en dat we erbij horen – wij allemaal, bij elkaar en altijd.

Als we ons niet langer fixeren op de materiële wereld en in het spirituele domein duiken, dan krijgen we vanzelf zicht op een leven waarin meer heelheid, vergevingsgezindheid en doorzettingsvermogen mogelijk zijn. Een leven waarin we de prachtige ontdekking van onderlinge verbondenheid ervaren. Een diep spirituele ervaring heelt niet alleen degene die hem heeft, maar bekrachtigt ons bovendien om de wereld om ons heen te helpen en te helen. Ironisch genoeg voel ik me – hoe meer ik ben gaan voelen en begrijpen hoe ‘onmenselijk’ ik ben en hoe vol geesteskracht en spiritualiteit dit leven is – steeds veiliger en bereidwilliger om het leven lief te hebben en te omarmen zoals het is. Volledig mens zijn is een verbazingwekkend en prachtig avontuur.

Gedurende de 35 jaar van mijn onderzoek naar integratieve gezondheid, helend spiritueel welzijn en spirituele groei heeft iedere dag opnieuw bevestigd dat een leven dat gegrond is in en gevoed wordt door spirituele ervaringen, een leven van schoonheid en veerkracht is. Mijn leven is verre van volmaakt geweest. Ik heb me verraden gevoeld in relaties, heb tegenslagen en falen gekend in mijn werk, ik ben gescheiden en heb financiële ups en verpletterende downs meegemaakt. Ik heb te maken gehad met loze aanbidding van mensen die torenhoge verwachtingen hadden van mij als leraar en ook blinde haat vol jaloezie naar mij als leraar. Werk is van mij afgepikt en sommige schulden zijn nooit bij mij afgelost. Ik heb mijn vader op jonge leef-

tijd verloren en zoveel aspecten van de bittere en gezegende kanten van het leven geproefd. Wat door alles heen mijn geest helder en mijn hart open heeft gehouden zijn mijn directe ervaringen van geesteskracht en de spirituele wereld geweest.

Wat het leven op aarde me ook geeft, ik weet dat ik een bezoeker ben en dat mijn verblijf hier iedere dag afgelopen kan zijn. Mijn contact met een dimensie van ons bestaan die verder reikt dan mijn bankrekening of gezondheid maakt me blij en houdt me gaande. Ik weet dat dit een reis vol ontdekkingen is, een leven vol lessen. Maar wat er ook komt, als ik het onder ogen zie met de hulp en in de context van een spirituele ervaring, dan weet ik dat ik elke dag verder geleid word naar een diep besef van liefde en wijsheid dat door niets of niemand aan het wankelen kan worden gebracht of kan worden weggenomen.

Als je je hart en geest opent voor de verhalen en ervaringen in dit boek, je eerste ervaringen opdoet, wat risico's neemt, het een en ander onderzoekt, luistert en nog wat verder onderzoekt, dan zul je je eigen relatie ontdekken tot deze dimensies van het leven en het zelf, die je versted zullen doen staan en zullen inspireren. Door de magie van de spirituele wereld te ontdekken, zul je de magie in jezelf ontdekken. Als je de eindeloze kwaliteiten onderzoekt van dat wat we 'god' of 'geesteskracht' noemen, dan zul je jezelf opnieuw leren kennen en ontdekken dat het hele leven en alle liefde zich in je bevinden – hier en nu. Deze onderlinge relatie tussen het eeuwige en het specifieke, het kleine en het al, het zelf en de geesteskracht wordt prachtig beschreven in een brief van Hadewijch van Antwerpen:

God doe v weten, lieue kint, wie hi es Ende
wies hi pleghet met sinen knechten, Ende na
meleke met sinen meiskenen; Ende verslende [n]
in hem: Daer de diepheit siere vroetheit es,
daer sal hi v leren wat hi es,
Ende hoe wonderleke soeteleke dat een lief in dat ander
woent,
Ende soe dore dat ander woent, Dat haerre en
gheen hem seluen en onderkent. Mer si ghebruken
onderlinghe ende elc anderen Mont in mont,
ende herte in herte, Ende lichame in lichame,
Ende ziele in ziele, Ende ene soete godlike nature
doer hen beiden vloyende, Ende si beide een dore
hen seluen, Ende al eens beide bliuen, Ja endebluende.

(Moge God je laten weten, lief kind, wie Hij is
En hoe Hij omgaat met Zijn dienaren,
En hoe liefdevol met Zijn dienstmaagden.
En als je in Hem opgaat:
Waar de diepte van Zijn wijsheid is,
Daar zal Hij je leren wie Hij is,
En met welke wonderbaarlijk zoetheit de ene geliefde in de
ander leeft,
En hoe zij zo in elkaar opgaan,
Dat ze zich niet meer van elkaar kunnen onderscheiden.
Maar zij bezitten elkaar met wederzijdse verrukking,
Mond in mond,
Hart in hart,
Lichaam in lichaam,
En ziel in ziel,
Een zoete goddelijke natuur stroomt door hen beiden.
En zij worden één met elkaar,

*En blijven volledig zichzelf,
Voor altijd.)*

Hadewijch van Antwerpen, *Brieven, negende brief*

1

De geografie van spirituele ervaringen – Zeven hogere toestanden van bewustzijn

*Er is in hemel en op aarde meer, Horatio, dan
jouw wijsbegeerte droomt.*

Shakespeare, *Hamlet*, acte 1, scène 5

*Het is belangrijk om niets te verwachten, om
alle ervaringen, ook de negatieve, op te vatten
als slechts stappen op je pad, en verder te
gaan.*

Ram Dass

WAT IS EEN SPIRITUELE ERVARING?

Ik kende Pam al voordat ze door diabetes haar gezichtsvermogen verloor. Pam is een ouderling, een *wisdom keeper* in een inheemse Amerikaanse gemeenschap waar ik jaren geleden deel van ben gaan uitmaken. Nu Pam ouder wordt en beperkingen ondervindt door haar voortschrijdende ziekte, ervaart ze de wereld zoals nooit tevoren. Weliswaar beweegt ze langzaam en heeft ze behoorlijk wat hulp nodig, ze is nog steeds alert. Het heeft ons allemaal verbaasd hoe scherp zij het vermogen heeft ontwikkeld om de ‘energie’ van een persoon te lezen en de stemming in een kamer ‘aan te voelen’.

Ik weet nog dat ik een keer naast haar zat bij een bijeenkomst van de gemeenschap. We luisterden gezamenlijk naar een spreker.

Zonder iets te zeggen ging ik zitten. Ik luisterde gewoon naar een man die de menigte toesprak. Na een minuut of vijftien draaide Pam zich in mijn richting, haar donkere bril in de verte gericht. ‘Jonathan,’ zei ze kordaat, ‘zou je alsjeblieft water voor me willen halen?’ Ik stond meteen op om naar de kraan te lopen. Terwijl ik haar glas stond te vullen trof het me ineens: hoe wist zij dat ik naast haar zat? Later vroeg ik het haar.

‘Sinds ik bijna twee jaar geleden mijn gezichtsvermogen heb verloren, merk ik dat ik op een andere manier kan zien. Ik kan de energie van mensen voelen. Ik ervaar hoe geluid in een ruimte beweegt en soms kan ik zelfs voelen of iemand ziek is of heling nodig heeft.’ Ze lachte: ‘Mijn kleinzonen vinden het leuk om me te plagen en op de proef te stellen. Een van hen gaat dan voor me staan en dan roepen ze: “Wie is dit, oma? Wie is dit?” Ze proberen me te foppen, maar ik denk dat ik nu eigenlijk beter kan zien dan ik ooit gedaan heb.’

Ik moet vaak aan die ervaring met Pam denken als mensen vragen naar een spirituele ervaring. Ik vraag me af hoe ik een zonsondergang zou beschrijven aan iemand die blind geboren is. Hoe zou ik de geluiden van een symfonie beschrijven aan iemand die doof geboren is? Hoe zouden zij mij hun ervaring beschrijven over de subtiele energie van vibratie, aanraking en energie – aspecten van het leven die we over het hoofd zien vanwege onze dominante zintuigen? Een spirituele ervaring beschrijven is van nature nogal lastig.

Bij spirituele ervaringen zijn totaal andere zintuigen en

kwaliteiten betrokken dan doorgaans het geval is. Wanneer we iets buitengewoons ervaren komen we nog het dichtst in de buurt met metaforen, interferentie en symbolen. Dit roept twijfel en argwaan op in de rationele geest. Als we het niet kunnen meten, kan het dan wel waar zijn? De ervaringen die Pam heeft nu ze blind is, zijn even echt als haar ervaringen toen ze nog wel kon zien. Haar vermogen om dingen te weten via een subtiele gewaarwording of de gevoelde sensatie van energie en geesteskracht zijn accuraat en zinvol. Maar welke zintuigen ze daarvoor gebruikt en hoe ze dat doet, kan op geen enkele manier worden bewezen. De manier waarop Pam zich tot de wereld verhoudt *is* een spirituele ervaring. Dagelijks verhoudt ze zich tot de onzichtbare aanwezigheid in zichzelf en tussen alle dingen. Dit is werkelijk zien op een heilige wijze.

Spirituele ervaringen hebben te maken met het openen van de ogen van de ziel. We leren horen met de oren van het hart. We raken aan met onze geesteskracht. Dichters en musici zijn beter in het overbrengen van spirituele ervaringen dan geleerden en wetenschappers, maar we zijn niet meer bereid om te luisteren naar magie en daarvan te leren. We zijn vergeten hoe we speels en kwetsbaar kunnen zijn, we weten niet meer hoe we ons kunnen laten verrassen en gevoelig kunnen zijn. Spirituele ervaringen gaan over het wekken van de ziel van het zelf en de ziel van de wereld. Bij spirituele ervaringen krijgen we te maken met een ongebruikelijke manier van zien, voelen en weten. Door de jaren heen zijn er vele theorieën en kaders bedacht om dit te verklaren. Veel daarvan zijn gebaseerd op psychologie, theologie of neurologie, maar die hebben geen van alle het volledige antwoord. Ervaring is de beste manier om je eigen spirituele persoonlijkheid te kennen en de

unieke manieren waarop jij contact kunt maken met het heilige.

HET BUITENGEWONE GEWONE

Jaren geleden kwam ik op weg naar huis van de universiteit vast te zitten op een vliegveld ergens in het midden van de Verenigde Staten. Ik herinner me hoe ontzettend gefrustreerd ik was om ergens halverwege te blijven steken: mijn vlucht was geannuleerd en ik kon nog geen alternatieve vlucht boeken. Ik had geen geld voor een hotel en vreesde dat ik dagenlang op dat vliegveld zou moeten blijven zitten. Ik pleegde wat telefoontjes, ik stond in de rij, ik smeekte, ik eiste.

Ik miste mijn familie en wilde mijn kostbare vakantietijd niet verspillen aan slapen op een vliegveld terwijl ik thuis kon zijn om mijn vrienden en familie te bezoeken. Ik probeerde van alle kanten de situatie naar mijn hand te zetten, maar moest me er uiteindelijk bij neerleggen dat er niets anders op zat dan wachten tot ik iets nieuws kon regelen. Het zou uren duren voor er nieuwe opties zouden komen. Ik had zoveel verwacht van die trip, dat ik zwaar teleurgesteld en gefrustreerd was toen het niet zo ging als ik gepland had. Uiteindelijk leidde mijn opgefokte toestand tot totale uitputting. Ik legde me er gelaten bij neer en gaf toe aan mijn gevoel van hopeloosheid. Denken en me zorgen maken brachten me niet dichterbij een oplossing. Boos en verdrietig zijn deden me ook weinig goed. Omdat ik me er totaal van bewust was hoe weinig ik kon doen om er ook maar iets aan te veranderen, voelde het alsof mij niets restte dan opgeven. Lusteloos dook ik in mijn tas om mijn walkman eruit te vissen en zette *La Bohème* op, een van de beroemdste opera's van Puccini. *La Bohème* was voor mij

Spirituele ervaringen kunnen vele vormen aannemen. Het zijn momenten of ervaringen die de gewone werkelijkheid overstijgen en die je een verbinding met het heilige laten ervaren. In dit boek leert Jonathan Ellerby je deze te herkennen aan de hand van zeven verschillende poorten naar spirituele ervaringen:

Waarheid en schoonheid
Alledaagse magie
De wereld der geesten
Het kosmische zelf
Goddelijke energie
De vormloze geest
Puur bewustzijn

Deze zeven poorten hebben elk hun eigen waarde maar zijn ook onlosmakelijk met elkaar verbonden: iedere ervaring helpt je het niveau dat eraan vooraf gaat te snappen, en bereidt je voor op het volgende. Aan de hand van zijn eigen ervaringen, inspirerende herinneringen van anderen en verhalen van mystici door de eeuwen heen beschrijft Jonathan Ellerby gedetailleerd hoe spirituele ervaringen je overkomen, wat ze betekenen en hoe ze je leven kunnen verrijken op alle vlakken. Ook leer je met eenvoudige oefeningen om onder andere je waarneming te verruimen en hogere bewustzijnstoestanden binnen te gaan.

Ik moedig je aan om intuïtief, reflectief en met een open geest te zijn bij het onderzoeken en ontwikkelen van nieuwe spirituele ervaringen in je leven.

– JONATHAN H. ELLERBY



9 789020 222296



AnkhHermes