

## 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 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 waren 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 gebaseerd zijn. Hoewel ze geen religie is, geeft ze alle geestelijke 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

DOOR DON MIGUEL RUIZ

*De vier inzichten* werd vele jaren geleden uitgegeven – om precies te zijn in 1997. (Een Nederlandse vertaling volgde in 2000.) Als je het boek hebt gelezen, weet je al wat deze inzichten in je leven kunnen bewerkstelligen. Ze hebben de potentie je leven te transformeren door duizenden beperkende en via vroege conditioneringen jezelf opgelegde regels te doorbreken – regels die je niet alleen jezelf hebt opgelegd, maar die je impliciet ook aan anderen oplegt, ja zelfs aan het *leven zelf*.

Als je *De vier inzichten* voor het eerst hebt gelezen, begint het al dadelijk zijn magische werking op je uit te oefenen. Je hebt het gevoel dat je elk woord uit het boek al kent. Je *voelt* het, maar je hebt het nog nooit onder woorden gebracht. Als je het boek voor de eerste maal hebt gelezen, daagt het alles uit wat je tot nu toe hebt geloofd en leidt je tot de grenzen van je begripsvermogen. Je doorbreekt vele beperkende regels en als je nog maar net bekomen bent van alle uitdagingen, zie je alweer nieuwe. Als je het boek dan voor de tweede keer hebt gelezen, voelt het alsof je een geheel ander boek hebt gelezen omdat de grenzen van je begripsvermogen dan al zijn opgerekt. Het leidt je dan opnieuw tot een dieper bewustzijn van jezelf, tot je de grens van dat bewustzijn voor dat moment hebt

bereikt. En als je het boek dan nog voor een derde maal leest, is het alsof je wéér een ander boek leest.

Ze lijken wel magie en dat *zijn* ze ook, want de vier inzichten helpen je geleidelijk aan je authentieke zelf te herontdekken. Met een beetje oefening leiden deze vier eenvoudige inzichten je tot wie je *werkelijk* bent – niet wat je pretendeert te zijn – en dat is precies wat je eigenlijk wilt: te zijn wie je ten diepste bent.

De basisprincipes in *De vier inzichten* spreken tot het hart van alle menselijke wezens – van jong tot oud. Ze appelleren aan mensen uit verschillende culturen over de hele wereld – mensen die verschillende talen spreken, mensen die in hun religieuze en filosofische overtuigingen enorm met elkaar verschillen. Ze zijn op diverse soorten scholen onderricht – van basisscholen tot middelbare scholen tot universiteiten. De uitgangspunten van *De vier inzichten* bereiken iedereen omdat ze gewoon getuigen van gezond verstand.

Nu is het tijd voor een volgend geschenk: *Het vijfde inzicht*. Dat vijfde inzicht heb ik niet opgenomen in mijn vorige boek, omdat de eerste vier inzichten naar mijn mening al een voor dat moment voldoende uitdaging waren. Het vijfde inzicht wordt natuurlijk ook met woorden overgedragen, maar de betekenis en intentie ervan stijgen ver boven die woorden uit. Het vijfde inzicht is een ultiem inzicht dat je ertoe zal brengen je hele werkelijkheid te zien met de ogen van waarheid, waarheid zonder woorden. Het resultaat van de beoefening van het vijfde inzicht is de complete aanvaarding van jezelf gewoon zoals je bent en ook anderen te accepteren gewoon zoals ze zijn. Als je daarin slaagt, zal eeuwig geluk je beloning zijn.

Vele jaren geleden begon ik een paar van de concepten in dit boek te onderrichten aan mijn leerlingen, maar op een gegeven moment ben ik daarmee gestopt omdat niemand leek te snappen wat ik trachtte te zeggen. Hoewel ik het vijfde inzicht met mijn leerlingen had gedeeld, ontdekte ik dat niemand er in feite klaar voor was de leringen die aan dit inzicht ten grondslag liggen te begrijpen. Jaren later begon mijn zoon, don Jose, dezelfde leringen met een groep studenten te delen en hij slaagde waar ik had gefaald. Misschien was de reden dat hij wél succes had het feit dat hij in het delen van die boodschap volledig vertrouwde. Zijn aanwezigheid alleen al sprak de waarheid en stelde de overtuigingen van de mensen die zijn cursussen bijwoonden aan de kaak. Daarmee heeft hij het leven van hen ingrijpend ten positieve beïnvloed.

Don Jose Ruiz is sinds hij een kind was en leerde spreken mijn leerling geweest. In dit boek heb ik de eer mijn zoon te introduceren en de essentie te presenteren van de cursussen die we gedurende een periode van zeven jaar samen hebben gegeven.

Om de boodschap zo persoonlijk mogelijk te houden, evenals de eerdere boeken in de *Toltec Wisdom*-series, hebben we bij het schrijven van dit boek voor dezelfde eerste-persoon-stijl gekozen als in de andere. In dit boek spreken we de lezer toe met één stem en met één hart.

DEEL I  
DE KRACHT VAN SYMBOLEN

# I

## ‘IN DEN BEGINNE...’

### ALLES LIGT IN HET PROGRAMMA BESLOTEN

Vanaf het moment waarop je wordt geboren, draag je een boodschap over op de wereld. Wat die boodschap is? Die boodschap ben *jij*, dat kind. Die boodschap, dat kind, is de aanwezigheid van een engel – een boodschapper van het oneindige in een menselijk lichaam. Het oneindige, een alomvattende kracht, creëert een speciaal voor jou bedoeld programma en alles wat je nodig hebt om te zijn wat je bent ligt in dat programma besloten. Je wordt geboren, je groeit op, je plant je voort, je wordt oud en keert uiteindelijk naar het oneindige terug. Elke cel in je lichaam is een universum op zich – intelligent, compleet en geprogrammeerd te zijn wat hij is.

Jij bent dus geprogrammeerd om *jij* te zijn, wie of wat je ook bent, en het maakt het programma niets uit wat je geest denkt te zijn. Het programma bevindt zich namelijk niet in de denkende geest, maar in het lichaam: in dat wat we het DNA noemen, en ‘in den beginne’ – als baby en klein kind – volg je instinctief de wijsheid van het voor jou gecreëerde programma. Als heel jong kind weet je wat je prettig vindt en wat niet en wanneer je iets prettig vindt en wanneer niet. Je doet de dingen die je leuk vindt en probeert dat wat je niet leuk vindt

te vermijden. Je volgt je instincten en die instincten leiden je naar geluk, naar spelen, naar liefde, naar van het leven genieten, naar de vervulling van je behoeften. En wat gebeurt er dan?

Je lichaam begint zich te ontwikkelen en je begint symbolen te gebruiken om je boodschap over te brengen. Net zoals vogels vogels begrijpen en katten katten, begrijpen mensen elkaar door middel van een gemeenschappelijke symboliek. Als je op een eiland was geboren en daar dan helemaal alleen zou leven, zou je alles wat je zag een naam geven – al zou je dat misschien wel tien jaar kosten – en dan zou je die taal gebruiken om een boodschap over te brengen, zelfs al was het maar een boodschap aan jezelf. Waarom je dat zou doen? Wel, dat is niet moeilijk te raden: het is niet omdat mensen zo intelligent zijn, maar omdat we geprogrammeerd zijn een taal te creëren, een symboliek voor onszelf uit te denken.

Zoals je weet spreken en schrijven mensen over de hele wereld in duizenden verschillende talen. Mensen hebben allerhande symbolen bedacht om te communiceren, niet alleen met andere mensen, maar ook met onszelf – iets wat minstens zo belangrijk is als het communiceren met anderen. Die symbolen kunnen de geluiden van de woorden zijn die we spreken, gebaren die we maken of geschreven letters en andere grafische tekens. Er zijn symbolen ter aanduiding en identificatie van voorwerpen, ideeën, muziek en mathematica, maar de introductie van geluiden is de allereerste stap, wat betekent dat we symbolen leren door te spreken.

De mensen die er eerder dan wij waren en zijn, hebben al namen bedacht voor alles wat bestaat en zij leren ons de betekenis van geluiden. Ze noemen iets een *tafel* en iets anders een *stoel*. Ook hebben ze namen voor dingen die alleen maar in onze fantasie bestaan,



zoals een meermin of een eenhoorn. Ieder woord dat we leren is een symbool voor iets wat echt of alleen maar in onze verbeelding bestaat en zo zijn er wel duizenden woorden te leren.

Als we kinderen tussen een en vier jaar oud gadeslaan, kunnen we zien hoe die hun best doen om zich de hele bestaande symboliek eigen te maken. Dat is een enorme inspanning die we ons doorgaans niet echt herinneren omdat onze geest daartoe nog niet voldoende grijpt is. Maar door herhaling en oefening leren we uiteindelijk te spreken.

Als we gaan spreken, leren de mensen die voor ons zorgen ons wat ze weten, wat inhoudt dat ze ons programmeren met kennis. De mensen bij wie we leven beschikken over een heleboel kennis op allerlei gebied, zoals de sociale, religieuze en morele regels van hun cultuur. Ze vangen onze aandacht, geven de informatie door en leren ons te zijn zoals zij. We leren een man of vrouw te zijn die ‘past’ in de samenleving waarin we worden geboren. We leren ons ‘goed’ – volgens de regels van onze gemeenschap – te gedragen en dus een ‘goed’ mens te zijn. Maar in werkelijkheid worden we op dezelfde wijze ‘getemd’ als die waarop we een hond, een kat of welk dier dan ook temmen: door een systeem van straf en beloning. Ons wordt verteld dat we een *flinke jongen* of een *braaf meisje* zijn als we ons gedragen zoals de volwassenen willen dat we ons gedragen. En als we dat niet doen, zijn we een *stoute jongen* of een *stout meisje*. En soms ook worden we gestraft zonder dat we stout zijn geweest, of worden we beloond zonder iets goeds te hebben gedaan. Uit angst voor straf of uit angst niet beloond te worden gaan we proberen andere mensen te behagen. We proberen goed te zijn omdat slechte mensen geen beloning, maar straf krijgen.

Bij het temmen van mensen worden ons alle regels en waarden van ons gezin, onze familie en de maatschappij waarin we leven min of meer opgedrongen. We krijgen niet de kans onze eigen overtuigingen te kiezen – ons wordt verteld wat we wel en wat we niet moeten geloven. De mensen met wie we leven leggen ons hún meningen op: wat volgens hen goed is en wat fout, wat juist en wat verkeerd, wat mooi en wat lelijk is. Al die informatie wordt als het ware in ons hoofd gedownload. In onze onschuld geloven we wat onze ouders of andere volwassenen ons vertellen, we stemmen ermee in en slaan de informatie in ons geheugen op. Alles wat we leren, nemen we gretig in ons op en wordt met onze instemming in ons geheugen opgeslagen.

Maar om zover te komen is in eerste instantie aandacht nodig. Aandacht is voor mensen heel belangrijk omdat dát deel van de geest ons in staat stelt ons te concentreren op één enkel object of één enkele gedachte uit een heel scala aan mogelijkheden. Via aandacht wordt informatie van buitenaf geïnternaliseerd en kunnen we informatie vanuit onszelf aan de buitenwereld overdragen. Aandacht is dus het kanaal dat we gebruiken om boodschappen van mens tot mens uit te zenden en te ontvangen. Aandacht is als een brug tussen de ene geest en de andere: een brug die geconstrueerd wordt met behulp van geluiden, gebaren, symbolen, aanraking – kortom met alles wat onze aandacht weet te vangen. Op die manier onderrichten en leren we. We kunnen een ander niets leren wanneer we er niet in slagen de aandacht van iemand te vangen en ook zelf kunnen we niets leren waaraan we geen aandacht besteden.

Volwassenen maken gebruik van ons vermogen tot aandacht om ons met behulp van symbolen te leren een hele werkelijkheid in

onze geest te creëren. Nadat we die hele symboliek in de vorm van geluiden hebben geleerd – dus als we hebben leren praten en wat anderen zeggen kunnen begrijpen – worden we ‘gedrild’ met het alfabet en leren we dezelfde symboliek schrijven en lezen. Onze verbeeldingskracht begint zich te ontwikkelen, onze nieuwsgierigheid neemt toe en we beginnen vragen te stellen. We vragen en vragen en blijven maar vragen en verzamelen op die wijze waar we maar kunnen informatie. En we weten dat we ten slotte een taal beheersen wanneer we in staat zijn die symbolen te gebruiken om in gedachten met onszelf te praten. Dat is de fase waarin we leren *denken*. Voor die tijd denken we niet, maar imiteren we geluiden en symbolen om te communiceren. Het leven is eenvoudig en overzichtelijk voordat we betekenis en emotie aan de symbolen gaan hechten.

Wanneer we de symbolen eenmaal betekenis gaan geven, beginnen we ze te gebruiken om te proberen wijs te worden uit alles wat er in ons leven gebeurt. Met behulp van de symbolen gaan we nadenken over dingen die echt bestaan en gebeuren en over dingen die in feite niet echt zijn, maar die we als ‘echt’ leren zien – bijvoorbeeld mooi en lelijk, dun of dik, slim en stom. En zoals je al wel gemerkt zult hebben, kunnen we alleen denken in een taal die we goed beheersen. Jarenlang sprak ik alleen Spaans en het kostte me een heleboel moeite om voldoende symbolen in de Engelse taal te leren om ook in het Engels te kunnen denken. Het is niet makkelijk je een taal eigen te maken, maar op een bepaald moment zijn we ons er plotseling van bewust dat we in die andere symboliek dan die van onze moedertaal denken.

Tegen de tijd dat we naar groep 3 van de basisschool gaan – dus als we zo’n zes jaar oud zijn – begrijpen we de betekenis van ab-

stracte begrippen als goed en fout, winnaar en verliezer, volmaakt en onvolmaakt, gebrekkig. Op school leren we de symbolen die we qua klank al kennen, lezen en schrijven en zo verzamelen we via de geschreven taal steeds meer kennis. Aan steeds meer symbolen gaan we betekenis hechten en denken gaat ons in de loop van de tijd steeds makkelijker af – het wordt zelfs een automatisme.

De symbolen die we hebben geleerd vangen inmiddels helemaal autonoom onze aandacht. We weten wat er wordt gezegd en we luisteren op grond van wat we weten. Ik noem dat de *stem der kennis*, want het is die stem die in ons hoofd spreekt. Vaak horen we die stem in verschillende toonaarden – we horen de stem van onze moeder, onze vader, onze broers of zusters, en die stem houdt nooit op. Die stem in ons hoofd is niet echt – ze is een creatie van onszelf. Maar we geloven dat ze echt is, omdat we haar leven hebben ingeblazen via de kracht en de macht van ons op een soort indoctrinatie gebaseerd vertrouwen. Daardoor twijfelen we er niet aan dat wat de stem ons vertelt waar en juist is. Op dat punt in ons leven gaan de meningen van de mensen om ons heen onze geest bezetten en veroveren.

Iedereen heeft een mening over ons en vertelt ons wat we zijn. Als jong kind weten we nog niet wat we zijn. De enige manier waarop we onszelf kunnen zien is via een spiegel en andere mensen fungeren als die spiegel. Onze moeder vertelt ons wat we zijn en we geloven haar onvoorwaardelijk. Misschien verschilt wat zij over ons zegt totaal van wat onze vader, broers of zussen zeggen, maar dat maakt niks uit voor ons: wat zij zeggen geloven we evenzeer. Mensen vertellen ons hoe we eruitzien en met name wanneer we nog heel klein zijn twijfelen we geen moment aan de waarheid van

wat ons wordt verteld. ‘Kijk, je hebt de ogen van je moeder, de neus van je opa.’ Aandachtig luisteren we naar al die meningen van onze familie, onze leraren en van de grotere kinderen op school. We zien het beeld van onszelf in die spiegels en accepteren dat dát is wat we zijn. En zodra we al die meningen hebben geaccepteerd, gaan ze deel uitmaken van ons overtuigingsstelsel. Geleidelijk aan krijgen deze meningen invloed op ons gedrag en gaan we in onze geest een beeld van onszelf vormen op grond van alles wat andere mensen zeggen dat we zijn: ‘Ik ben knap om te zien; ik ben lelijk; ik ben intelligent; ik ben dom; ik ben stoer; ik ben een sul; ik ben goed in rekenen; ik ben slecht in rekenen.’ Enzovoort.

En dan komt er onvermijdelijk het moment dat we als gevolg van al die meningen van ouders en leraren, van samenleving en kerk gaan denken dat we – om in de ogen van anderen te deugen – zus of zo moeten zijn. Al die mensen vertellen ons hoe we ons zouden *moeten* gedragen, hoe we eruit zouden *moeten* zien, hoe en wat we zouden *moeten* zijn. We dienen ons *zus* te gedragen en vooral niet *zo*. En omdat we dus gaan geloven dat we niet goed zijn zoals we feitelijk zijn, gaan we doen alsof we iets zijn wat we niet zijn. De angst om afgewezen te worden, ontaardt in de angst niet goed genoeg te zijn en dat maakt dat we gaan streven naar perfectie. In onze zoektocht daarnaar vormen we ons een beeld van perfectie, van hoe en wat we zouden *willen* zijn hoewel we weten dat we dat niet zijn. En vervolgens beginnen we over onszelf te oordelen en onszelf te veroordelen voor het feit dat we niet zijn wat we zouden willen zijn. We gaan een hekel aan onszelf krijgen en vertellen onszelf: ‘Kijk nou eens hoe gek je eruitziet, hoe lelijk je bent. Je bent te dik en te klein, te slap en te stom.’ Op dat moment – het moment

waarop de symbolen tegen ons gaan werken – begint het drama in je leven. En we hebben vaak zelf niet in de gaten dat de kennis van de symbolen ons niet langer tot nut is, maar ons steeds verder van ons ware zelf verwijderd.

Voordat we getemd worden, kan het ons niet schelen wat we zijn of hoe we eruitzien. Onze natuurlijke neiging is op onderzoek uit te gaan, uiting te geven aan onze creativiteit, zoveel mogelijk plezier te hebben en pijn te vermijden. Als klein kind zijn we wild en vrij, we rennen in ons blootje rond zonder ons daarvan – of van wat dan ook – bewust te zijn, zonder over onszelf te oordelen. We spreken de waarheid omdat we in waarheid leven. Onze aandacht is in het Nu; bang voor de toekomst of beschaamd over het verleden zijn we niet. Maar als we eenmaal ‘getemd’ zijn, na dat indoctrinatieproces, proberen we in ieders ogen goed genoeg te zijn terwijl we dat in onze eigen ogen niet meer zijn omdat we natuurlijk nooit kunnen voldoen aan dat door onszelf gecreëerde beeld van volmaaktheid en perfectie.

Al onze normale menselijke neigingen gaan verloren in dat indoctrinatieproces en daarna gaan we op zoek naar wat we hebben verloren. We gaan op zoek naar vrijheid omdat we niet langer vrij zijn te zijn wie we werkelijk zijn. We gaan op zoek naar geluk omdat we niet langer gelukkig zijn en we gaan op zoek naar schoonheid omdat we niet meer geloven dat we mooi zijn.

We groeien op en ons lichaam is zo geprogrammeerd dat we in onze adolescentie een substantie ontwikkelen die we *hormonen* noemen. Ons fysieke lichaam is niet langer dat van een kind en we passen niet meer in het leven zoals we dat tot dan toe hebben geleid. We hebben er geen zin meer in van onze ouders te horen wat

we wel en wat we niet moeten doen. We willen onze vrijheid, we willen onszelf zijn, maar tegelijkertijd zijn we er bang voor alleen te zijn. Mensen zeggen: ‘Je bent nu geen kind meer’, maar toch zijn we ook nog geen volwassene. Dat is voor de meeste mensen een heel moeilijke tijd. Tegen de tijd dat we tieners zijn, hebben we niemand meer nodig om ons te temmen – we hebben dan namelijk geleerd over onszelf te oordelen, onszelf te straffen en onszelf te belonen volgens hetzelfde systeem van oordeel, straf en beloning waarin we zijn opgevoed. Op sommige plaatsen in de wereld zal het makkelijker zijn mensen te temmen en op andere plaatsen moeilijker, maar over het algemeen genomen heeft niemand van ons de kans eraan te ontsnappen. Werkelijk niemand.

Uiteindelijk is het lichaam ten volle gerijpt, volwassen, en verandert alles weer. We gaan weer op zoek, maar nu is dat waar we naar op zoek zijn in toenemende mate ons *Zelf*. We gaan op zoek naar liefde, omdat we hebben geleerd dat liefde iets is wat ergens buiten onszelf is te vinden. We gaan op zoek naar rechtvaardigheid, omdat er in het overtuigingsysteem waarmee we zijn opgegroeid geen rechtvaardigheid is. We gaan op zoek naar waarheid, omdat we alleen maar hebben leren geloven in de kennis die in onze geest ligt opgeslagen. En natuurlijk zijn we nog steeds op zoek naar volmaaktheid, want inmiddels zijn we het met alle andere mensen eens dat ‘niemand volmaakt is’.