

## De Gewijde Reis van Lieuwe

(3 mei 2008 bij Lars en André)

De ervaring met ayahuasca op 3 mei 2008 was voor mij zowel onverwacht als precies wat ik op dat moment nodig had. Ik ben iemand die van tevoren altijd duidelijke verwachtingen heeft en graag de controle houdt en precies op dat punt heb ik een duidelijk inzicht ontvangen.

De ervaring begon eigenlijk al met de voorbereiding in de week ervoor. Er waren momenten waarop ik dacht: yes, zaterdag ga ik een nieuwe ervaring opdoen, en er waren momenten waarop ik dacht: waar ben ik in hemelsnaam aan begonnen! Ook het vasten leverde mij inzichten op: op sommige dagen was ik er voortdurend zo erg mee bezig dat ik bijna nog meer aan eten en drinken dacht en bezig was met de vraag wat ik wel of niet zou nemen, dan wanneer ik gewoon had gedaan. Achteraf heeft het heel goed gewerkt dat ik zeker de twee dagen ervoor erg matig ben geweest.

Mijn vraag was: breng mij terug naar mijn ziel, mijn kern, en achteraf lijkt dat een vraag die te algemeen, te abstract is. De ontvangst en inleiding waren heerlijk ontspannen en de begeleiding van Lars en André was relaxed, open en vol aandacht, waardoor een veilige sfeer ontstond. Het ceremoniële gedeelte aan het begin had voor mij wel iets uitgebreider gemogen, maar zo heeft iedereen zijn voorkeur. Het eerste glaasje aya smaakte net zo smerig als ze gezegd hadden, maar tot mijn verbazing accepteerde mijn maag het volledig. Ook de rest van de dag was ik verbaasd dat ik het die hele dag zonder iets anders kon doen dan de glaasjes aya en dat mijn lichaam zich er prima bij voelde. Dat was voor mij een eerste inzicht: ik was bezorgd over een dag zonder eten en drinken, maar ik merkte dat mijn zorgen volstrekt misplaatst waren.

En toen begon voor mij het wachten: er gebeurde helemaal niets en ook na het tweede glaasje kwam er geen enkele reactie. Ondertussen was er prachtige muziek en een fijne eigen plek op een matras met een schitterend mega-kussen en enkele anderen waren ergens in een ander universum, maar dat was alles. Ik dacht: oké, ik ben die ene op de honderd of zo bij wie het niets doet, zo iemand ben ik dan zeker weer. (Later bleek dit een krachtig volgend inzicht: ik heb allerlei oordelen over mijzelf en verwacht iets, in plaats van mij geheel over te geven aan wat er ook maar is.) Ik liep wat rond en sprak een reisgenoot die er ook voor het eerst was en bij wie niets gebeurde.

Na een tijdje kreeg ik een derde, wat krachtiger glaasje en na korte tijd vloog mijn lijf in brand en kon ik nog net op tijd de wc halen: even later was ik helemaal leeg, ik zweette ongelofelijk en dacht: hier heb ik helemaal geen zin in, dit is écht niet de (mijn!) bedoeling. Voor mij een derde inzicht: als het moeilijk wordt en ik de controle dreig te verliezen, haak ik af. Wat ellendig zakte ik achterover op mijn matras, gaf me over aan de situatie, nam nog een glaasje met het idee: het

kan me niet schelen ook ... en dat was kennelijk de *trigger*: 'het maakt niet uit, het is goed zo,' begon het rond te zingen in mijn hoofd, nee: in mijn lijf en ik gleed weg in ... ja, hoe zeg ik dat: in overgave, zal ik maar zeggen. (Je kunt zeggen: ik ben een tijdje weggeweest, maar beter voelt: de buitenkant is een tijdje weggeweest en ik was bij Mijzelf.) De muziek hielp me enorm op dat moment. Ik werd helemaal één met de prachtige klanken en *genoot!* Dat is bijzonder voor mij, want als controle-freak ben ik niet zo goed in genieten en ik wist: ik geniet, en ik ben volledig aanwezig in het hier-en-nu. Ik kon mezelf observeren vanuit een 'onbeweeglijk punt' en voelde bijvoorbeeld hoe ik mijn veilige-eigen-sloffen aanhad en ik moest enorm om mezelf lachen: kijk, deze persoon is bang dat hij koude voetjes krijgt en hij vindt dat hij daar niet tegen kan. Al lachend heb ik mijn sloffen en sokken uitgedaan en mijn voeten bevrijd (ik ben van het voetenbevrijdingsleger, dacht ik, en vond dat enorm grappig), en ik liet de koele lucht langs mijn tenen stromen en het voelde geweldig! Dit is een detail van een gevoel dat zich moeilijk omschrijven laat, maar dat ik heb ervaren als een diep inzicht: ik ben vrij, IK BEN, IK ben op de plaats die ..., nee: IK ben de plaats die keuzes maakt, de beslissingen neemt, die creëert, die mijn persoonlijkheid observeert en in vrijheid kan kiezen of ik lig of zit, mijn sokken uittrek of aanhoudt, etc. Poeh, het is nu woensdag en het gevoel is moeiteloos aanwezig en laat zich niet in woorden vangen. Dat was een volgend inzicht voor mij: ik ben een man van woorden, ik heb veel geschreven en nu was ik aan die woorden voorbij in het gebied van het onbeschrijfelijke ... en nu weer gebruik ik veel woorden voor dat ene inzicht: IK BEN bewustzijn, dat bewustzijn is mijn Zelf en mijn ego is een mooi instrument om daar vorm aan te geven, maar wel een instrument en niet de essentie.

Ik was met de auto en gelukkig had ik een slaappleats in de buurt geregeld en kon ik die avond in het hotel uit-verwonderd raken. Als ik naar huis had moeten rijden, had ik onderweg om alle verkeerssituaties hard gelachen en waarschijnlijk de helft van de verkeersborden, lichten, weggebruikers en wat al niet gemist. (Dit is niet helemaal waar, denk ik, want ik merkte de hele dag dat op de juiste momenten de controle er wel was en dat ik niet van de trap viel.) Bovendien kon ik het even goed doen zonder huisgenoten, aan wie je meteen moet vertellen (woorden!) hoe het was. De volgende ochtend ging het naar huis rijden prima en kon ik geheel vanuit mijn nieuw-hervonden Centrum, Bron, kort vertellen hoe het was. Af en toe weet ik even helemaal niet meer hoe het ook weer was, en soms is het helemaal terug en moet ik erg lachen en voel ik de Bron van de energie. Mijn huisgenoten kijken mij een beetje raar aan, zo van: waar komt de vrolijkheid vandaan?

Kortom: het was voor mij een geweldige ervaring, waarbij ik geen visioenen heb gezien of wat ook, het was anders dan wat ik verwachtte, maar wel precies wat ik op dat moment nodig had: een hernieuwd contact met mijn Bron en veel energie en vreugde. De begeleiding door Lars en André was prima, de sfeer en omgeving geweldig, de muziek spacend en de aya mild.

Lieuwe, 7 mei 2008