

EEN ER WAS LICHT

De een was een gevierde rockster, de ander een succesvolle manager. Geen vage zweeftypes dus, maar ze misten wel 'iets'. Daarom gingen ze op zoek naar rust, zelfinzicht en verlichting. En vonden het.

Iedereen wil iedereen *leven in het nu*. Gaat het de hele tijd over zoeken naar 'innerlijke rust'. Naar jezelf. Of juist weer niet. Want dat ego, moet je daar niet eigenlijk ook vanaf? En De Hond Met Het Hoofd Naar Beneden, Cobra en Kraanvogel, zijn niet alleen inheemse diersoorten. Duh. *We're talking yoga here.*

In navolging van Elizabeth Gilbert, auteur van de megabestseller *Eten, bidden en beminnen*, zijn we op zoek naar verdieping, zelfinzicht en misschien zelfs wel verlichting. En de wegen daar naartoe zijn eindeloos. Je kunt je, net als Gilbert, heel hippie terugtrekken in een Indiase *ashram*. Boeddhist worden. Of je onderdompelen in de wonderde wereld van yoga. Drie verlichte geesten vertellen over hun inspirerende weg.

Tijn Touber (49), voormalig muzikant en oprichter van Loïs Lane, zwoer alle 'aardse verleidingen' af in een poging verlichting te bereiken. Inmiddels neemt hij weer – verlicht – deel aan het gewone leven.

"Ik ben verlicht." Als je dat gaat roepen, drop je een soort bom. "Wie denk je wel niet dat je bent om te claimen dat je verlicht bent?," krijg ik weleens te horen. Wij leven met het idee dat lijden noodzakelijk is om verlichting te bereiken. Het beeld van Jezus aan het kruis. Maar dat zijn conditioneringen. Net als het idee dat de mens van nature zondig zou zijn. Ik heb ervaren dat verlichting heel eenvoudig is. Het is onze natuurlijke staat van zijn. Maar door een heleboel factoren zijn we er ver van verwijderd geraakt. Stel je voor dat je midden in de turbulentie zit en dan ineens stijgt het vliegtuig daarbovenuit en hoog boven het wolkendek ervaar je een weldadige stilte. Zo voelde het toen ik kennismakte met de ruimte achter mijn gedachten. Ik kwam thuis bij mezelf. Dat is wat verlichting voor mij is. Thuiskomen bij jezelf en de last van het omhooghouden van het beeld dat je van jezelf hebt geschapen laten vallen. Ook ik zat vast aan mijn imago. Met Loïs Lane scoorden we hits. Ik leefde als een rockster. Op een gegeven moment ontleen je daar je identiteit aan. Bovendien genoot ik niet echt van ons succes. Dus toen ik tijdens een meditatie voor het eerst dat weldadige gevoel van thuiskomen ervoer, wilde ik

dat vasthouden. Ik besloot me een maand terug te trekken. Geen sex, drank en drugs meer, me niet bezighouden met uiterlijk vertoon. Mijn toenmalige vriendin, Monique Klemann, steunde me. Maar mijn zoektocht smaakte naar meer. Uiteindelijk heeft die veertien jaar geduurd. Veertien jaren waarin ik leefde als een monnik: celibatair. Mijn relatie overleefde die periode dan ook niet. Ik bracht mijn tijd door met mediteren, studeren en reizen. Later kwam daar ook journalistiek werk bij, waarvoor ik de wereld over zwierf om spirituele leiders te interviewen. Op een bepaald moment dacht ik: als ik nu nog niet verlicht ben, weet ik het ook niet meer. Ik wilde proberen of ik die verbinding met mezelf ook vast kon houden, als ik weer zou deelnemen aan het gewone leven, waarin ik weer kon genieten van een avond in de kroeg, verliefd worden, vrijen. En het is gelukt. Altijd is dat weldadige gevoel van stilte binnen handbereik. Als ik in de file sta of tijdens een saaie vergadering: steeds kan ik de verbinding maken met mijn ware zelf. En opnieuw heb ik succes. Nu met mijn boek *Spiedcursus verlichting*. Eerst reisde ik met Loïs Lane het land door, nu toer ik, met mijn vrouw Kris, rond om lezingen en cursussen te geven. Maar dit keer ben ik mijn succes niet. Ik vind het vooral mooi om mijn inzicht te delen. Ik ben geen goeroe. Dat wil en kan ik niet zijn. Uiteindelijk ben jij degene die moet thuiskomen in jezelf. Ik deed er veertien jaar over, maar het kan ook in twee weken. Ik ben een trage leerling.

'IK LEEFDE VEERTIEN JAAR LANG ALS MONNIK. GEEN SEX, DRANK EN DRUGS MEER. MIJN RELATIE HEEFT DIE PERIODE DAN OOK NIET OVERLEEFD'