

INZICHT DOOR YOGA

DOOR: UDDHAVA MUNI (2004)

INHOUD

1 **INWIJDING IN WETENSCHAP.**/ de vele namen van het LEVEN./ Mystiek en wetenschap moeten in elkaar kunnen overvloeien.

2 De veda's als WETEN + als boekenkennis./ Innerlijke Inwijding = de juiste ingesteldheid./ Saṁhithā's en brāhmaṇa's =(karma kāṇḍa)./ Āraṇjaka en Upaniṣad =(jñāna kāṇḍa)./ Asmitā.

3 de YOGA weg kan men niet gaan maar moet men zijn. / avidyā, vidyā en ātma vidyā./ De witte raven van de echte WETENSCHAP.

4 Meditatie als de OMKERING./ Waarom geheime wetenschap?/ Jezus en Kṛṣṇa zeggen; IK BEN DE WAARHEID.

5 Ātman en māya./ Respect aan m'n Guru's.

6 Een cel ten opzichte van de microkosmos./ Les geven = les ontvangen, verwikkelen of ont-wikkelen./ Het verstand zou ons in de eerste plaats moeten leiden naar kennis, niet naar geleerdheid.

7 Saṁkya./ Het Universele Wachten./ De wijsheid wordt geboren in het bewustzijn van de dwaasheid./ Saṁkya + yoga/ Puruṣa en Prakṛti. (verg. met de druppel en de oceaan).

8 TRI GUNA's.

9 De kwantum mechanica zegt: alles is bewustzijn./ De rol van de drie lichamen.

10 Het vergelijk met het ontwaken uit de slaap in verband met pralāya gedragen door bewustzijn./ Het oneindige punt van bewustzijn.

11 Adam en Eva in verband met sat cit ānanda./ Dvandva's./ Subtiële geluiden die men kan waarnemen op de weg van 'involutie' + het AUM.

12 God is overal, ook in de hel.

13 **KLEŚA'S, OORZAKEN VAN PIJN EN LIJDEN.**

De levensvragen van mezelf rond de periode van vijf.

14 Je eer durven loskoppelen van je ego./ Het Ātman is verhult door de vereenzelviging met de leela māya.

15 Korte uitleg over de vijf kleśa's./ Het karmische wiel./ Sterven is geen doodgaan.

16 Citta.

17 **YOGA - CITTA -VṚTTI - NIRODHA.**

Ont-moeten./ Onze geest is voortdurend bezet./ Onze zintuiglijke indrukken vormen ons 'bewustzijn'./ Vol-ledig zijn.

18 Goddelijke Abhyāsa./ Yoga citta vṛtti nirodha, uitdieping van deze vier woorden./ Willen krijgen ... of wat heb ik te geven./ Jivātma en Paramātma./ Het verstand kan ons laten lijden of begeleiden.

19 Yoga, de ervaringsloze ervaring./ Het niets./ De Boeddha gaat over tot 'ontkenning'./ Zij die weten spreken niet./ Daar waar een mens is kan yoga tot ontwikkeling gebracht worden./ Citta.

20 Vṛtti./ Ahamkara./ De zintuigen produceren de schijnbare innerlijke + uiterlijke wereld.

21 Letterlijke vertaling van de vijf vṛttis./ De droomslaap is even echt of even onecht als het waakbewuste./ Wat wij zien is er niet, wat er IS zien wij niet./ De juiste interpretatie van 'ONTHECHTING'.

22 Nog vele miljoenen levens te gaan vooraleer we zijn zelfgerealiseerd./ Openstaan en spiritueel wachten in het spirituele HART.

23 De pijnlijke + niet pijnlijke vṛttis./
Samadi kan niet ervaren worden in een wandeling in de natuur of in een auto...

24 Onderverdeling van de vijf vṛttis, de zintuiglijke naar buitengericht + de introverte.

25 Juiste kennis (pramāṇa)./ Het verschil tussen De hogere + de lagere juiste kennis.

26 Onjuiste kennis (viparyaya)./ Verbeelding (vikalpa).

27 Niet het pessimisme, het optimisme maar het Realisme is het doel.

28 Nidrā of (slaap)./ Het pure BEWUSTZIJN wordt opgesplitst in zeven lagen, verg. met de geslepen diamant.

29 Smṛti (herinnering)./ Smṛti is niet gelijk aan 'saṃskara's', toch staan deze niet los van elkaar./Geen oude koeien uit de gracht halen.

30 Wees selectief in het maken van een keuze (anders loopt het leidingwater weg door de ontsloten gootsteen).
Te onthouden in verband met de citta-vṛttis.

31 De ontkrachting van 'geboren te worden met een vrije wil'./ Nirodha = onthechting./
Het spirituele Wachten door ŚRADDHĀ.

32 YAMA EN NIYAMA: INLEIDING.

Elke moment kan de juiste zijn om naar binnen te gaan. Daardoor worden vele levens doorleeft in één enkel sterfelijk bestaan.

33 Niet alleen in de beginfase yama en niyama beoefenen, maar gans het leven.

34 In yoga gebied of verbied men niets./ De satguru als de stem van yama en niyama./ Door in te werken op de 3 niveaus van bestaan van y+ny. Wordt het karakter gelouterd./ De y+ny. Vloeien altijd over in elkaar (voorbeeld van het opheffen van de gestreken zakdoek).

35 Ahimsa.

Mahatma ghandi./ De bestuurder moet geweldloos zijn tegenover zijn voertuig (lichaam)./
Egovereenzelveiging door avidyā als oorzaak van geweld.

36 Roofbouw plegen op lichaam en geest.

De adem als hulpmiddel om te komen tot ahimsa (De ademloze adem).

37 Zoals we zijn spreken we, zoals we spreken handelen we.

Mahabhārata: (wanneer je geraakt wordt door een pijl.)

38 De moraal van Ahimsa.

Satya.

Wat is Universele liefde?/ Bedrogen door onze zintuigen.

39 Wij, als de farizeïsche schriftgeleerden./ Het evangelie van de Boeddha + woorden van Jezus en Kṛṣṇa./ Liegen leidt naar spanningen.

40 De vergankelijke en de onvergankelijke waarheid./ Men kan gans de wereld bedotten maar nooit zichzelf./ Fragment uit een inspirerende film.

41 Mahatma Gandhi zegt: liefde is waarheid / Moraal van Satya.
Asteya.
De Universele rijkdom niet meer erkennen in je eigen Hart.

42 De 3 belevingsniveau's van 'steya'./ De Indiër als fatalist./ Jezelf overgeven aan het rechtvaardige KARMA.

43 Wij hebben niets maar zijn alles./ Het spirituele spanningsveld: Īśvara praṇidhāna en ahimsa.

44 De moraal van 'asteya'.
Brahmācārya.
Universele kuisheid./ De Natuur harmoniseert de losbandigheid van de seksuele driften van de mens (ziekten).

45 De seksuele kracht tezamen met de overlevingsdrang./ De gehechtheid aan 'seksualiteit'./ Seksualiteit Bij de kloosterlingen.

46 Seksualiteit moet juist gekanaliseerd worden./ Pro en contra ivm. TANTRA./ Kabir zegt; ik moet lachen met de vis in het water./ Het lichaam als viezige rottigheid.

47 De moraal van Brahmacarya.
Aparigraha.

48 Het materiele bezit moet niet worden weggegeven./ De lesgever moet afstand kunnen nemen van z'n status./ Vers: bhagavad gīta.

49 Niet de mens heeft iets nodig, wel z'n egobestendiging./ De anekdote van Steff Bosch.

50 Echte welstand verkrijgt men door 'meditatie'./ De eigen-dom./ De moraal van aparigraha.

51 Sausa.
Ziekte als één van de negen hindernissen./ Lichamelijke reinigingen (āyurveda)./ De ziekte van onwetendheid waarin we allemaal verkeren.

52 Nādi's, Blokkade./ In wezen is er niets onzuiver./ De uiterlijke properheid als flauwe afspiegeling van innerlijke zuiverheid.

53 Ook de mest is zuiver./ Voor de zuiver mens is het even moeilijk om 'onzuiver' te denken als voor de dwaas om 'zuiver' te denken.
Santoṣha.

54 De waarde van 'vriendelijkheid'./ Gelijkmoeidigheid./ Bhagavad Gita./ De waarde van humor./ Vervoerde aanvaarding.

55 Laat de anderen zijn zoals ze zijn./ Alleen zijn./ Het innerlijke kluizenaarsleven (verhaal van de twee broers die naar India gingen)./ Zijd niet misnoegt, maar tevreden met wat je al gekregen hebt van het LEVEN.

56 We moeten worden zoals de kinderen./ Moraal van Santosa.

Tapas.

Tapas is geen zelfkastijding.(sadhu's van India).

57 Sutra commentaar van Taimni over tapas./ Het verhaal van de Boeddha.

58 De moederlijke begeleiding van de guru./ De dagelijkse meditatiepraktijk is hard of zacht...
Abhyāsa = Tapas./ De juiste kenmerken van Tapas./ Verschillende motieven ter
yogabeoefening./ Je vooropgezette doel verleggen in de sādhana.

60 De voeding als tapas./ Moraal van tapas + versje van de Bhagavad Gīta.

Svādyāya.

De universele universiteit in het hart van de mens.

61 De twee mogelijkheden om svādyāya aan te vangen / via het verstand of het hart.

62 Nieuwe (verheffende) kennis moet oude kennis worden./ Het belangrijke onderscheid
maken tussen Puruṣa – prakṛti./ Je komt jezelf tegen in de meditatie (in al je onderdelen)./
Śraddhā./ Het intellect is geen doel.

63 Het proces van avidyā naar ātma vidyā./ Voor ik naar school ging waren bergen bergen./
Waarom een guru vaak niet serieus word genomen./ De belangrijkste vragen in het proces van
Zelfstudie.

64 Vecht niet tegen de natuurlijke goddelijke spontaniteit./ De moraal van svādhāya.
Īśvara Praṇidhāna./ Verschillende vertalingen van Īśvara.

65 Neti neti van de Upaniṣaden + de betekenis ervan./ Bhakti yoga/ Het 'anātman' van de
Boeddha.

66 Het Ene in het al en het al in het Ene./ Brihadaranyaka upaniṣhad + De bhagavad gīta.

67 wij zijn niet allemaal gelijk opgestapt op de spirituele trein naar 'Zelfkennis'./
Gevormde Ojas door overgave, een verklaring voor wonderbaarlijke genezingen?

68 Niet mijn wil maar UW WIL geschiedde./ Niet gaan zweven in de spirituele beoefening./
Het verhaal van de asceet en het muisje.

69 De moraal van Īśvara Praṇidhāna.

70 KARMA EN DHARMA.

inleiding van karma + Te pas en te onpas gebruik van het begrip./ De meeste hebben geen doel
meer om te leven. /vertaling van het woord 'karma'.

71. wij zijn het bewijs van onze + ZIJN oorzaak. /m'n zwarte levensperiode./Het HUWELIJK als
oorzaak en gevolg./ elke daad heeft z'n uitwerking de drie niveaus van bestaan, deze is ontstaan
door puruṣa, prakṛti.

72Wie wind zaait .../ Adolf Hitlerī. /Niet wijzen met je wijsvinger./ De eerste karmische daad./
Voor de tijd van Mozes BEN IK./ Mahat vergeleken met buddhi.

73 Het kosmische computerprogramma./ schema: bewustzijn(ver)wikkeling.

75 Jezus Sirach

- 76 Niet woorden verlichten ons, wel de inhoud die eraan wordt gegeven./ Sri Nisargadatta.
- 77 Toeval bestaat niet. /Karma, de onoverzichtelijke wet. ...de loskomende kader aan de muur.
- 78 collectief karma.
- 79 Ātma Muni vanuit het Aum magazine (vol. 14).
- 80 het karma in een mierennest./ Bijennest ./ De uitdunning van de mensheid door natuurrampen./ Ahimsa als gevolg van Goddelijke verwondering.
- 81 Het spontane uitzuiveren van de Natuur door ziektes enz./ Viveka, het inzichtelijke onderscheidingsvermogen. / Het schuldcomplex overstegen./ Het innerlijke + het uiterlijke gerecht./ Yesudian over karma;
- 82 Het Indiabezoek is niet noodzakelijk om te komen tot verlichting./ Het licht in ons is veel dichterbij ons dan India.
- 83 Hebben wij nog niet genoeg klappen gekregen van het leven? / Alles wat gebeurd heeft z'n reden./ Het verhaal van de koning met zijn minister.
- 84 Viveka kyati./ Reïncarnatie, terug in het vlees komen./ Regressie./Niet de ouders kiezen hun kinderen maar wel andersom.
- 85 De kerk en reïncarnatie./ Armand Pien en reïncarnatie.
- 86 Het doel van het geloof in de reïncarnatiewet./ Een yogi is er niet op uit om terug te reïncarneren.
- 87 Het geconditioneerde bewustzijn zoekt in de vorm van een wolk zijn vorm waarin het kan fitten./ Reïncarnatie in het 'nu' van het eigen lichaam./Het denken als basis van Reïncarnatie./ De bedoeling van het gefilosofeer van reïncarnatie.
- 88 De midlife crisis./ Verzen uit de bhagavad gita.
- 89 Zelfmoord als bevrijding of als onwetendheid?
- 90 De drie soorten van karma's. .../ Saṁcitta karma in de karmāśaya. / De persoonlijke bloedfobie.
- 91 De juiste yoga-sādhana om bepaalde fobieën te overwinnen.
- 92 Het is niet de mens die evolueert maar wel zijn bewustzijn./Kan men onwetend zondigen?/ De Schepper zelf is de schuldige van het 'karmische spel'./ Prarabdha karma./
- 93 / Is het Leven rechtvaardig?/ Het Sva-dharma. ... Deze moet men niet verwarren met het beroep dat men uitoefent./ De waarde van het klassieke kastensysteem van India.
- 94 Het kriyamāṇa karma. / Vergelijking met het stromende water in een badkuip.
- 95 Het kriyamāṇa karma moet ons bewegen naar het Niṣkāma karma. / Het verschil tussen het collectieve karma en niṣkāma karma.

96 Verzen van uit de bhagavad gīta ivm. Niṣhkāma karma.+ anekdotes verhalen van Ātma Muni./

99 Niṣhkāma karma wil niet zeggen dat men niet meer mag handelen.

100 Men kan niet goed doen als men niet goed is./ Kom ik naar de yoga om te krijgen of om te ontvangen?/ Het juiste yogaonderricht./ De waarde van het 'gewoon-zijn=spontaniteit'.

101 De handelingen van de mediterende als spiegelbeeld van z'n instelling. / Doe je best en het Leven doet de rest.

102 Het durven opnemen van je eigen verantwoordelijkheid. / Karma yoga komt altijd terug in al de andere vormen.

103 De moraal van 'karma'.

105 **ŚRADDHĀ.**

Onzekerheid brengt twijfel, dit is een voedingsbodem voor spanningen./ De waarde van 'vertrouwen' in een huwelijk en in de samenleving./ Geen blindelings geloof of vertrouwen.

106 De 3 categorie's van het vertrouwen en de twijfel. / De beursguru's ...

107 Een echte heilige weet niet dat hij een heilige is./Er moet toch IETS zijn.

109 Wat zijn de juiste technieken?

110 Het noodzakelijke vertrouwen tussen sisha en guru./ In meditatie mag er geen verlangen zijn naar 'Zelfrealisatie'.

111 Ware offergave.

112 Verklarende saṃskṛt woordenlijst.

Inwijding in wetenschap.

Vooraleer dit eindwerk aan te reiken – wat tevens voor u en mij, voor elke tijd en elke plaats, een nieuw begin kan ontluiken, zou ik eerst het **Ene Leven** willen prijzen. Het is dit leven dat, mits het wordt uitgediept en gerealiseerd, een steeds dieperliggend basisvertrouwen meegeeft in ons dagelijkse doen en laten, waardoor de mens terug de ware zin van het Leven kan ervaren.

Deze ervaring staat centraal voor de mens die op zoek is naar Waarheid. Deze Waarheid, die het relatieve overschrijdt, krijgt vele namen toebedeeld. De ene noemt het “god”, de andere “brahman”, en nog anderen verwoorden het als : Buddha natuur, Christusbewustzijn, het Tao, kaivalia enz. ... Al deze benamingen zijn louter povere pogingen om een inhoud te dekken die tegelijkertijd het verstand te boven gaat.

Daar deze zijnservaring tijd en ruimte overschrijdt, maar tegelijkertijd kan beleefd worden in alle tijden, draagt de mens zelf de mogelijkheid in zich om deze bewuste zinstocht te ondernemen in het cadeau van het Leven; m.n. het lichaam.

Deze lange reis, met z'n vele bergen en dalen impliceert – daar zij steeds gericht is naar het **Ene** (zonder tweede) – een wetenschap van de hoogste orde.

Inwijding in deze geheime leer vereist niet zozeer een hoog verstandelijk vermogen dan wel een eerlijke devotie tot **Dat** wat men (nog) niet kent maar waarvan men wel weet dat het er is. En, ... minstens even belangrijk: “WAARVAN MEN WEET DAT HET TE ERVAREN IS”.

De honger naar dit ervaren, of zoals men het ook wel eens vertaalt in het werkwoord ‘bereiken’, maakt, dat de universele inwijding heeft plaats gevonden in het Universele Hart van de mens.

Mystiek en wetenschap moeten daarom in elkaar kunnen overvloeien. Met andere woorden; het hart en het verstand zouden terug in een Universeel evenwicht moeten worden gebracht door zich over te geven aan de Stem der Natuur die culminerend aanwezig is in het menselijk bewustzijn. De fout die bij de wetenschap plaats vindt is dat zij zich heeft losgekoppeld van de godsdienst maar ook andersom; de godsdienst zet zich vaak ook af tegenover de wetenschap. En dit terwijl beiden zijn ontstaan uit één Wetenschap, die van de kennis van het Leven zelf.

Om de waarde van het hierboven gestelde te accentueren moeten we stellen dat de vele omvangrijke inwijdingsrituelen van verleden, heden en toekomst louter flauwe afspiegelingen zijn van datgene waar het *echt* om te doen is n.m.”de wetenschap te realiseren van het Zelf. Dit Weten, waar de vedas (=weten) in boekvorm een weergave van zijn, zou men moeten prijzen en hun juiste plaats kunnen geven in dit heelal.

Wanneer ik zeg: "hun juiste plaats kunnen geven", impliceert dit dat de dwaasheid van blind volgelingschap van diezelfde vedas en aanverwanten, in welke vorm dan ook, moet vermeden worden .

Waar het op aankomt is: "de juiste ingesteldheid"... Deze is altijd het gevolg van INNERLIJKE INWIJDING, of anders gezegd: van het universele niet geactualiseerde basisverlangen naar DAT wat de ganse kosmos doordringt. Daarom is het fundamenteel van altijd een onderscheid te maken tussen veda als tekst of boek, en veda als ULTIEME KENNIS of WETENSCHAP, want naargelang de bep. Religieuze stromingen, krijgen deze vele indelingen en interpretaties toebedeelt.

Grosso modo verdeelt men de veda's in boekvorm onder in twee hoofdstukken. Deze zijn: saṁhitā en brāhmaṇa; onder de noemer "*karma kāṇḍa*" of hoofdstuk van handeling.

Āraṇjaka en upaṇiṣad noemt men "*Jñāna kāṇḍa*" of hoofdstuk van kennis. Hierbij komen ook nog eens de parels van sūtra's of bondige aforismen die de Zoekende mens ook in staat kan brengen te komen tot "zelfontwikkeling". Hierbij denk ik b.v. aan de wondere exposé van de sūtra's van Patanjali die, zowel de verhulling alsook de onthulling van het Zelf ten berde brengt. Deze zou, naar mijn's inzicht, een essentieel basiswerk moeten zijn – als ze het al niet was – van onze zogezegde wetenschappelijke psychologie die zich alleen maar bezig houdt met de wereld der verschijnselen, in functie ter bestendiging van het ego, terwijl de sūtra's van Patanjali alsook de upaṇiṣaden de zoete nectar aanbieden om deze te overstijgen en op te gaan in hun **OORZAAKLOZE OORSPRONG**.

Het is van deze upaṇiṣaden dat de grote Duitse filosoof Shoppenhouer zei:

in de hele wereld is er geen studie die zo heilzaam en zo verheffend is. Ze is de troost van m'n leven geweest en ze zal de troost van mijn sterven zijn.

Het is uiteraard niet zo, dat men de saṁhitā's en de brāhmaṇa's met hun ritualistische gezangen, offerspreuken en formules, perse moet gaan minachten. Toch bestaat ook hier weer het gevaar zich te verdiepen en te verliezen in menig ritueel en aanlokkelijke toverformule . Met andere woorden: men hecht vaak te veel belang aan het ego (*asmitā*) met z'n uiterlijke handelingen, en te weinig aan de Universele Intentie waarvan ze zouden moeten doordrongen zijn m.n. "De weg van de Innerlijke Inwijding". Deze Inwijding die de enige echte bekering teweeg brengt is het gevolg van het juiste naar binnen wenden van het bewustzijn. Deze naar binnen gerichte aandacht heeft weliswaar niets te maken met de egocentrisch gerichte introversie.

Vaak is het zo dat de zogezegde "ingewijde" zich overgeeft aan de gedachte een wondermens te willen worden?... Niet beseffende dat hij zich daardoor belaaft met vele illusie's van afbrekende aard. Trouwens; hoe kan men iets worden wat men al is?

Van **DAT** bewust worden wat men altijd al geweest is, is de weg van de yogawetenschap. Deze weg draagt in zich; de middelen maar ook het **DOEL**.

Het is de WEG die men niet kan gaan maar moet ZIJN.

Deze weg bewandelt men in drie basisfasen:

van avidyā (onwetendheid) naar vidyā (weten) naar ātma vidyā (alom weten). Dit vraagt enige verduidelijking;

Alle wetenschappen – zowel westerse als oosterse – die zich bezig houden met het leven op een analytische, dus uiterlijke manier trachten te verklaren, terwijl ze juist daardoor de innerlijke synthese ervan mislopen, alsook de vele zagezegde hoogstaande religieuze stromingen met hun vele doctrines die ons bewustzijn inperken en aan banden legt, alsmede iedere andere activiteit die denken, willen en voelen vast gekoppeld houdt aan de vereenzelviging met het ego, deze en nog veel meer zijn toe te schrijven aan de term avidyā of onwetendheid, m.a.w. “het gebrek aan Werkelijkheidsbesef”. Daardoor geeft het bewustzijn zich bloot aan de oorzaken van pijn en ellende wat in een van de volgende hoofdstukken besproken zal worden.

De toestand van vidyā daarentegen zou men kunnen vertalen als; bewustzijn van het Wezen der dingen waardoor het leerproces met de juiste ingesteldheid in z’n vele omvattende processen tegemoet wordt getreden.

Voor de eigen yogapraktijk moet overlopen van een ‘diep vertrouwend werkelijkheidsbesef’. Dit sluit het feit in dat men het sterfelijke bestaan als een tijdelijk iets ervaart. Wat uiteraard niet wil zeggen dat het lichamelijke leven moet worden miskent. Nee, het is eerder die toestand waar de intuïtie (*buddhi*) de bovenhand krijgt, en het verstand te samen met de gevoelens aangewend worden om ten eerste bewust te leren worden van dat wat we ‘niet’ zijn. Daardoor gaan we ons automatisch richten naar **Dat** wat we wel zijn.

Daar dit “richten naar” als een essentiële voorwaarde moet aanwezig zijn willen we komen tot ‘echte Wetenschap’, zou men zich de vraag moeten stellen: in hoeverre beantwoorden onze zagezegde wetenschappers tot deze ‘Essentiële Wetenschap’?

En toch zijn ze er de zogenaamde witte raven. Deze zijn op zoek naar de fundamentele oorzaak van het bestaan. Daarom is het ook niet verwonderlijk om vast te stellen hoe ook deze mensen in hun wetenschappelijke analytische processen van studie, er ook nog een andere praktijk op na houden n.m. “meditatie”.

Daar deze de verstandelijke kennis overstijgt en in wezen de basis is van elke wetenschap, mag men deze wetenschappelijke praktijk op een

terechte wijze het “omkeringproces” of ‘vidyā’ noemen, indien ze tenminste gericht is naar het realiseren van de OORZAAKLOZE OORZAAK van het ZELF. Want is het niet zo dat al onze universiteiten, volgepropt met de vele toekomstige wetenschappers, die wanneer deze zoveel informatie opgedrongen krijgen, meestal de tijd niet ter hunner beschikking krijgen deze op een fatsoenlijke manier te verwerken?... Of mag ik misschien spreken over; het gemis van tijd om in het tijdloze al deze informatie van het gedifferentieerde te laten absorberen in hun OORSPRONG?

Met andere woorden; onze wetenschap houdt zich niet bezig met het **WEZEN** der dingen, maar met de dingen (verschijnselen) zelf.

Vidyā is dat proces dat gebruikt maakt van de dingen of middelen om hun geheim te ontsluiten. Vandaar de voor velen verwarde uitdrukking: *“Inwijding in de geheime wetenschap of Inwijding in de geheime leer”*.

Het is dus niet zo, dat deze alleen maar toegankelijk mag zijn voor een bepaalde selectieve mensengroep die – zoals we ook vaak die indruk krijgen vanuit de geschiedenis van b.v. de farao's en de brahmanen met hun vele rituelen – zich onderscheiden van de anderen.

Nee, het is in zoverre ‘GEHEIME WETENSCHAP’ omdat men, zoals dat bij de meerderheid der mensen het geval is, nog niet de drang naar KENNIS in zich meedraagt om dit Universele Geheim te ontsluiten door het plegen van ‘spirituele introspectie’. Vandaar dat ook het ritueel bij yoga inwijding er een is van bijkomstige aard. Juist omdat ze de kristallisatie is van de innerlijke inwijding of het “gereed zijn”.

Dit gereed zijn is naar mijn's inzicht altijd het gevolg van het hongergevoel naar UNIVERSELE WAARHEID dat elk onderdeelje van het bewustzijn moet doordringen. Het is pas wanneer dit heeft plaats gevonden dat de mens een grote kracht voelt circuleren die men via de westerse wetenschap niet kan verklaren maar vanuit het Indische denken met de term ‘ojas’ of ‘gerichte prana’ verklaart. Deze fijne kracht die zich bevindt in gans het lichaam en instaat voor het harmoniseren van de vele levensenergieën, wordt uiteindelijk gestuurd door het juiste gerichte denken. Vandaar dat deze “Geheime Leer”, die uitgedrukt wordt in de vele yogawegen, maar potentieel aanwezig is in het menselijke bewustzijn, het uiteindelijke uitgangspunt en doel zou moeten worden van onze psychologen en aanverwanten.

Maar hoe kan dergelijk uitgangspunt prioriteit verworden in onze zogezegde ontwikkelde maatschappij?... Het antwoord hierop is zeer eenvoudig maar wel gevaarlijk tot interpretatie, met name:

door “*ervaring*” die de dualiteit overschrijdt.

Het is vanuit deze ERVARING dat Kṛṣṇa zegt: “*IK LEEF IN HET HART VAN ELKE BESTAANSVORM*” Of waarvan Jezus zegt: “*IK BEN DE WAARHEID EN HET LEVEN*”.

Het is dat LEVEN waarvan we allemaal – zeker ook de professoren en andere leraren van onze scholen – terug de devote leerling van moeten worden.

Volgens mij is het dit ‘Universele Leerlingschap’ dat ons zal leiden naar ‘meesterschap’, en uit zal monden in WETEN-SCHAP. Het weten van het *Ene* is het ‘kennen’ der wetenschappen. Het is de verwerkelijking van het *Ātman* of *Ātma vidyā*.

Dit *Ātman* is het niet gemanifesteerde bewustzijn waarin alles leeft.

Daar de mens zich identificeert met de sluiers van *Māya* die deze *Ātman* omhult, verkeerd hij in de toestand van onwetendheid, of anders gezegd; van “onwetenschappelijkheid”.

Persoonlijk heb ik het altijd als een ongelooflijk voorrecht beschouwd mensen te mogen hebben ontmoeten die het echte WETEN (*samādhi*) hebben ervaren in hun sterfelijke bestaan. Vandaar m’n oprechte dank jegens *Ātma Muni* en diens leerling *Shankara Muni* waar deze schrijvende hand een devote – geen slaafse - leerling van is. Ik zou me de weg die ik reeds heb mogen afleggen, niet kunnen voorstellen zonder hun begeleiding. Daardoor is het besef van de belangrijke waarde van guru-Sisha relatie sterk tot me doorgedrongen in de loop der jaren. Niet dat de zelfverwerkelijking daar altijd van afhankelijk hoeft te zijn – want hoe is de eerste mens dan tot Zelfrealisatie gekomen?... Maar waarom deze Goddelijke hulp in de vorm van deze simpele mensen, die je niet toevallig ter beschikking werden gesteld door het Leven, niet met de beide respectvolle handen aannemen en koesteren?

Het heelal als goddelijke mens!

Iets wat heel is heeft alles in zich om het Geheel te omvatten. Deze vrije vertaling van het begrip “heelal”, nam onlangs bezit van m’n geest in de vroege ochtenduren tijdens de meditatiestonde. En telkens wanneer ik me deze herinner in de dagelijkse bezigheden, kan ik niet anders, dan me over te geven aan het “AL”. Niet op de fatalistische wijze van de ongelovige, maar op de bewuste manier van al diegenen die ook deze onuitsprekelijke wijsheid zijn tegen gekomen in toestanden van diepe, alerte rust in de meditatie ervaring .

Om eventjes te verwijzen naar de tittel van dit hoofdstuk; men zou hier de vraag moeten stellen waarom het woordje “mens” niet voor het woordje “heelal” staat zoals in: “De mens als goddelijk heelal?”. Wel, het zou gekund hebben. Toch kan – naar mijn’s inzicht – de eerste versie een dieper gelegen dimensie openen, daar ze de bedoeling heeft de welbekende vastomlijnde begrippen – zelfs ook op filosofisch niveau - te ontkrachten. Want wanneer we ons in het bewustzijn konden verplaatsen van het kleine micro organisme van een lichaamscel dat z’n plaats heeft toebedeelt van deze microkosmos (het lichaam), zou de levensvisie een gans andere wending kunnen krijgen, een die de eigen grenzen overschrijdt. Want is het niet nodig dat we alle opvattingen – hoe verheven en edel van aard dan ook – moeten laten varen vooraleer we hun WERKELIJKHEID kunnen ontmoeten vanwaar ze zijn ontsprongen?

Is het dan slecht om het verstand aan te wenden in functie van de bewustwording van deze WERKELIJKHEID ? Nee, helemaal niet .

Zelf realiseer ik me meer dan ooit de belangrijke wijsheden en richtlijnen van m’n Guru.

Ooit toen ik in een van de vertwijfelende momenten verzeild geraakt was i.v.m. het lesgeven in yoga, rade hij me aan dat ik evengoed de aandacht kon schenken aan de inhoud van deze Universele lessen in wijsheid in plaats van op iets anders. En inderdaad, meerdere malen heb ik moeten onderkennen: het ene “ontwikkeld” terwijl het andere verwikkeld.

Feit is , dat wanneer men yogaonderricht geeft, zichzelf voor een groot stuk moet ontdoen van de vele verwikkelingen waarin het ego is verhuld. Daar om zou men het volgende kunnen zeggen: “*lesgeven = les ontvangen*”. Waar het hier op aankomt is; van “Dat” mede te delen waar men vol van is. Het lesonderricht dat gericht is naar **ESSENTIE**, mag men gerust vertalen als ‘spiritualiteit’. Doch, deze mag niet verward worden met geïndoctrineerde religie. Vandaar dat het essentieel is het verstand op een gerelateerde manier te hanteren met het **WEZEN** der dingen. Het verstand zou ons in de eerste plaats moeten brengen tot “*kennis*”, en niet tot geleerdheid.

Samkya, een van de oudste zienswijzen van India, is hier een mooi voorbeeld van. Het betekent zoveel als: "juiste kennis", en is de onlosmakelijke tegenhanger van yoga (*verenigen*).

Wanneer men zich gaat verdiepen in deze theoretische kennis (*samkya*), gecombineerd met de doelgerichte praktijk (*yoga*), belandt men aan in de wondere wereld van "*inzicht*". Deze opent het noodzakelijke perspectief om de binding van het ego met de vele conditioneringen waarin we allemaal leven, los te kunnen laten, wat een voorwaarde is tot

"Zelf – verwerkelijking".

Uiteindelijk kan men dit proces niet forceren. Zoals de vrucht aan een boom de juiste omstandigheden en de nodige tijd nodig heeft om te rijpen, waardoor deze zich op een bepaalde moment spontaan kan losmaken van z'n leven gevende twijg, zo ook moet de wijze mens het nodige geduld en de volharding in zich meedragen om het "Universele wachten" te beleven op de manier zoals het een wijze betaamt. Want; wordt niet daar de wijsheid geboren waar hij / zij zich bewust wordt van z'n eigen dwaasheid? Inderdaad, hoe dwaas is het van te denken dat we de goddelijke kracht kunnen beheersen en bezitten. Laten we ons er aan overgeven gecombineerd met het verrichten der juiste daden die deze in een tijdloze geesteshouding zullen laten volbracht worden. Vandaar dat de werken in deze wereld nooit doelmatig kunnen verricht worden als ze niet worden ondersteund door de juiste kennis die voortspruit uit de honger en het intense verlangen naar de ervaring van het **ZELF**.

Zo, laten we dan nu eventjes blijven stilstaan bij de samkya en de yoga zienswijze.

Hier moet men vooral nota nemen van het belangrijke onderscheid tussen *Puruṣa* enerzijds, en *Prakṛti* anderzijds.

Puruṣa is het principe van bewustzijn, de Kenner, de Ziel, het Zelf. Het is het oneindige kleine dat tegelijkertijd het oneindige grote omvat. Daardoor is het aanwezig in alles wat bestaat (en wat schijnbaar niet bestaat). Het is **DAT** wat tijd en ruimte overschrijdt en dus daardoor niet deelneemt aan de schepping.

Toch doordringt ze deze laatste zoals het water de druppel doorleeft. Deze symbolische esoterische druppel zou men enerzijds kunnen vergelijken met *Prakṛti*, de oorzaak van de drie basiskrachten of eigenschappen waaruit dit ganse heelal is samengesteld, maar anderzijds; draagt deze ook het bewustzijn in zich van waaruit hij/zij is voortgekomen m.n. DE OCEAAN of PURUṢHA.

Het is uitermate belangrijk dat we in de aanvang – dwz. In gans ons leven – de juiste visie beogen i.v.m. deze twee aspecten. De prakṛtische wereld die werkzaam is tot zelfs in de fijnste lagen van het menselijk bewustzijn, dus ook in het denken, willen en voelen, wordt ook wel eens de Goddelijke Kracht "*ŚAKTI*" genoemd, deze weerhoudt er ons van om terug bewust te

worden van onze *Oorzaakloze toestand*, maar kan er ons tegelijkertijd ook naar terug voeren. Dit vraagt uiteraard om een intelligente aanpak van de geest – die uiteraard ook gevormd is uit niets anders dan “*Prakrti*”. Om deze goddelijke kracht te leren erkennen in zichzelf is het niet onbelangrijk van deze drie basiskrachten eerst eventjes wat nader te belichten.

SATTVA betekent letterlijk: echt, bestaande en het veroorzaakt de manifestatie van de objecten in het bewustzijn. Het is het principe van manifestatie. Op het grovere niveau herkent men het als “goedheid” dat vreugde voortbrengt. Het is licht, stralend en verlichtend van aard. Zijn kleur is wit.

RAJAS betekent letterlijk: smerigheid, laagheid en is het principe van beweging. Het veroorzaakt pijn maar door zijn bewegende activiteit kan het ook terugvoeren naar vreugde. Op het grove niveau herkent men het als rusteloze activiteit, koortsachtige inspanning en verlichtend van aard. Zijn kleur is rood.

TAMAS betekend letterlijk: duisternis en is het principe van inertie. Het veroorzaakt apathie en onverschilligheid. Op het grove niveau herkent men het als onwetendheid, luiheid, verwardheid, verbijstering, passiviteit en negativisme.

Wat echter niet onbelangrijk is, is het feit dat deze duizenden jaren oude waarheidstheorie meer en meer een plaats krijgt in onze zogezegde moderne wetenschap. Denk hier aan het feit van de evolutie in de fysica waar men eerst onderscheid maakte tussen de wet van behoud van materie en de wet van behoud van energie.

Deze kreeg een snelle wending door de zogenaamde relativiteitstheorie, waardoor deze twee wetten samengevoegd en in elkaar geschoven werden tot één wet m.n; die van behoud van “Energie”. Dit impliceert dat er wel een verandering kan optreden in de hoeveelheid energie of materie in het heelal, maar niet in de som van de hoeveelheid energie en materie. M.a.w. Materie kan omgezet worden tot energie en andersom.

Ook stelt heden ten dage deze wetenschap vast; dat de atomen waaruit ons solide universum is opgebouwd, deelbaar zijn en zijn op te splitsen in protonen, neutronen en elektronen, die op hun beurt nog verder verdeelbaar zijn.

Nu, al deze minuscule deeltjes manifesteren zich de ene keer als materie maar het moment daarna als energie.

Uiteindelijk herleid men deze deeltjes tot de ultieme quarks, die men op hun beurt uitzuivert tot er een drietal overblijven. Hier komt men in

aanraking met een wetenschap die al reeds duizenden jaren bestaat van uit de Saṁkya zienswijze.

Dit drietal ligt inderdaad aan de basis van het energetische heelal waar ook de mens een onderdeel van is, en waardoor hij ieder moment, zowel grofstoffelijk, fijnstoffelijk als causaal door beïnvloed wordt. Zo neemt men vanuit het Oosterse denken aan, dat er, voor de schepping ontstaat, deze tri gunas reeds in potentiële staat aanwezig zijn op een homogene manier. Dit wil zeggen: Sattwa werkt in op Sattwa, Raja werkt in op Raja en Tama werkt in op Tama. Door dat deze drie alleen maar zichzelf instant houden, zonder in te werken op elkaar, wordt deze toestand de “PRALAYA” of de “OPLOSSING” genoemd. We zouden deze kunnen vergelijken met de inerte elektrische bedradingen en schakelaars die de elektriciën in ons huis heeft geïnstalleerd. Ze zijn dood, ... tot de schakelaar (Raja) beide polen laat inspelen op elkaar waardoor creatieve schepping – als ik het zo noemen mag – kan ontstaan.

Maar om nog een stap dieper te gaan:

De tegenwoordige kwantum mechanica komt tot de vaststelling dat al dat (deze wereld van energieën) uit niets anders is opgebouwd dan uit ‘bewustzijn’.

Aangezien dit ‘geconditioneerde bewustzijn’ (de druppel) aan de basis ligt, maar zelf ook moet doordringen zijn van zijn OORSPRONG (de Oceaan), zou men hier mogen spreken van een ‘helende Wetenschap’ die weliswaar echt realiseerbaar wordt in zijn eigen BRON m.n. ‘de mens’.

Daar het Leven zich uitdrukt in z’n drieledigheid *kāraṇa*, *sūkṣhma* en *stūla*, en deze ook gerelateerd zijn met de drie guna’s, zou men aan de hand van de eigen levenservaring moeten leren ondervinden hoe belangrijk het is deze te leren ontstijgen in de volheid van het Leven (meditatie). Dit LEVEN dat beleefd wordt in het stūla gebied (grostoffelijk lichaam) en ondersteund maar ook in beroering wordt gebracht door het sūkṣhma gebied (fijnstoffelijk lichaam), herkent z’n volledige volheid door de loutering van het kāraṇa gebied (oorzakelijk lichaam) waarin vele indrukken zoals verlangens en begeerten van allerlei aard zijn ingebed. Deze loutering nu vangt aan door het juiste gebruik van de middelen, dus door middel van de tri gunas, die ook voortdurend werkzaam zijn in deze drie gebieden.

Hier speelt het Sūkṣhma gebied een niet onbelangrijke rol. Daar het de ruimte omvat waarin denken, willen en voelen gestalte krijgen en gelijktijdig ook hun krachten laat inwerken op zowel het grove als het oorzakelijke gebied. Wanneer dan deze krachten geleid worden door het essentie gerichte “Buddhi gebied”, dat gelegen is in de kāraṇa śarīra, zou men kunnen spreken over een evenwicht van lichaam en geest.

Aangezien dit evenwicht, bij de meeste onder ons is zoek geraakt, verwijst men vanuit de vele hoogstaande culturen en systemen naar een soort van

innerlijke ongeschreven wetmatigheid. In yoga worden deze vertaald als: *YAMA + NIYAMA*, of de onuitsprekbare stem van het “*Dharma*”, waarover later meer wordt toegelicht in de volgende hoofdstukken.

We moeten dus nota nemen van het feit dat deze drie eigenschappen nooit los staan van elkaar en elkaar wederzijds constant beïnvloeden. Zij botsen en werken samen met elkaar om een bepaalt onderdeel of schijnbaar geheel te laten ontstaan, bestaan en te laten vergaan.

Is het dan zo'n raar idee wanneer men in het Sāṃkya systeem de theorie naar voor schuift van de homogene toestand van de *guna's* die aanwezig schijnt te zijn in een opgeloste kosmos? En dat van daaruit op één of andere manier een heterogene activiteit tot aanschijn kwam waardoor het evenwicht werd verstoord en schepping mogelijk werd? ... Of dit nu werkelijk zo het geval geweest is wil ik in het midden laten. Toch zouden we deze zienswijze moeten kunnen plaatsen in ons eigen individuele geheel.

Neem nu de slaap met z'n ontwaken:

Voor de bewuste mens is het op z'n minst uitgedrukt fascinerend om vast te stellen hoe hij op een mystieke wijze terug in de scheppende wereld terecht komt wanneer hij s'morgens ontwaakt in zijn (eigen) bewustzijn. En dit dan nog na in schijnbaar andere scheppingen zijn terechtgekomen in het beloop van z'n droomfasen van de slaap waar hij/zij (het bewustzijn) er nog wel was, maar in een blijkbaar 'andere staat van zijn'.

Om nog maar te zwijgen van de diepe slaap (*pralaya*) waar hij/zij helemaal werd teruggetrokken uit de schepping.

Het eerste wat we ervaren bij het ontwaken (*raja*) is het feit: 'Ik ben', het tweede: 'de wereld is er ook'. ... Waaruit ontstaan dan beiden? ...

Het belangrijkste van al is wel de link die men kan en zou moeten maken naar de mens als microkosmos. Want ook hij kan deze laten oplossen tot in het meest sublieme “Punt van Bewustzijn”. Let wel; dit punt heeft niets te maken met de spreekwoordelijke stip die men kan plaatsen doormiddel van één of ander schrijfmiddel, maar wel met het spirituele wiskundige “*Punt van Oneindigheid*”.

Hoe wordt deze toestand bereikt? Door volledige overgave (*bhakti*) aan het **WEZEN DER DINGEN** (*Puruṣha*), daardoor verliest *māya* haar greep op de foutieve vereenzelviging met *prakṛti*. Want het is juist door middel van het Goddelijke te willen inperken aan het ego, dat de mens zichzelf heeft blootgegeven aan verwaande hoogmoed en disharmonie. Dit zou men kunnen vergelijken met de toestand van het aardse paradijsverhaal waarin de mens zich gelijk wilde stellen aan God door de kennis van “goed en kwaad” te willen kennen. Dit “willen”, waardoor de doorsnee mens nog steeds wordt bezet, wordt opgelost door de juiste manipulatie van de Goddelijke Energie die huist in het hart van onze “microkosmos”.

Deze oplossing of “pralaya”, is naar mijn’s inzicht, essentieel en drukt zich uit in een pure, vormloze toestand van “Zijn” die niet meer in gedachten te formuleren is en die men geen eigenschappen meer kan toe dichten. Het is die toestand waarin Adam en Eva - het symbool van de twee levenspolen van het LEVEN - nog in hun puurste ZIJNSHEID aanwezig waren van aangezicht tot aangezicht met hun ESSENTIE of GOD.

Het laatste - maar ook het eerste, na deze *ERVARING* – wat hiervan kan gezegd worden is: het is: SAT = ZIJN, CIT = BEWUSTZIJN, en ANANDA = ZALIGHEID.

Deze drie-eenheid die we tegenkomen in menig wereldreligies - weliswaar onder andere woorden - vertolken de inzichtelijke **ZIJNSERVARING** (van) hen die *het Wezen der Dingen* hebben geschouwd.

Daar alle verlichte zielen deze toestand op een zo zuivere mogelijke manier trachten naar buiten te brengen in de vorm van woorden, moet men zich ook bewust blijven van de beperktheid van diezelfde woorden die uiteindelijk een uitdrukking zijn en blijven van prakṛti. Toch kunnen deze ook als hulpmiddel aangewend worden om die zelfde prakṛti te ontstijgen. Zo kan men b.v. via het “tri-gunische” verstand tot een soort van verlicht besef komen dat er enerzijds; geen ZIJN kan bestaan zonder BEWUSTZIJN, en anderzijds; dat dit bewustzijn van dit ZIJN pure gelukzaligheid of ANANDA met zich meebrengt.

Zo zie je maar dat ook hier de fijne activiteiten van de gunas werkzaam zijn, terwijl het de bedoeling is deze te ontstijgen in al z’n onderdelen. Want een echte yogi is niet echt tevreden met een mooie voorstelling i.v.m. de *Werkelijkheid*. Hij is met niets anders meer te paaien dan met het *Ultieme Zelf*.

Wanneer nu deze tri-gunische activiteit, welke ook aan de basis ligt van de *dvandvas* of de tegengestelde krachten die werkzaam zijn in gans het universum, meer en meer herleid kan worden tot hun subtielere oorsprong, gaat dit meestal gepaard met ervaringen van fijnere trillingspatronen die kunnen waargenomen worden in het lichaam met z’n doordringende kośa’s of lagen van bewustzijn.

Wat hier in feite gebeurd is de omgekeerde weg van de kosmische evolutie. Deze wordt, vooraleer men het *ULTIEME* ervaart, samengebracht in de eerste Oervibratie, beter bekend als het “AUM” voor de Hindoe, het “Amen” voor de christen, “Amin” voor de Islam, “Amon” voor de Egyptenaren, “Ome” voor de Asteken, “Hom” voor Tibet enz. ... Waar het hier om gaat is “**UVIVERSELE ERVARING**” die, eender waar op de wereld op dezelfde manier wordt beleefd maar weliswaar op uiteenlopende manieren, in allerlei klanken naar buiten wordt gebracht. Doch, dit stoort de entiteit die het beleefd ervan niet.

De belangrijke moraal van dit bondige hoofdstuk is; dat we meestal door een foutieve veréénzelving met *prakṛti*, waaruit de illusoire sluier van

māya tot aanschijn komt, de dingen niet meer kunnen ontmoeten zoals ze in wezen zijn. Om wel hun essentie te aanschouwen moeten we ons leren ontdoen van alle moeten. Dit wil zeggen: dat we al onze vooropgezette ideeën aangaande deze *prakṛti* of dualiteit moeten trachten te ontstijgen ... niet persé op de uiterlijke wijze (waar men trouwens nooit in zal gelukken), dan wel op de innerlijke .

In feite kan men dit niet doen. Het gebeurt op het gepaste moment, op de juiste plaats, maar altijd "in zichzelf". Want het is dit geconditioneerde zelf, dat de drager is van de vele bewustzijnsinhouden die reeds al vanuit de grijze oudheid werden gecreëerd door de vele grove en fijne zintuiglijke indrukken. Gedenk hier ook dat deze uit niets anders zijn voortgekomen dan uit *prakṛti*.

Toch is er een uitweg. Deze vangt aan in *prakṛti* zelf. Daar de yogi, door middel van *yama* en *niyama* zijn ingesteldheid tracht te louteren en daardoor meer en meer de *Sattva guna* de bovenhand gaat krijgen, zal hij vroeg of laat deze Guna's kunnen transformeren wat uitmondt in "Totale Versmelting".

Dus deze *prakṛtische* wereld van bestaan geeft ons tegelijk een praktische oplossing voor het probleem "*Avidyā*" of *onwetendheid*. Deze onwetendheid is de basisgrond voor de vereenzelviging met de tegenstellingen (*dvandvas*): goed – slecht, licht – donker, voorkeur – afkeer enz. ...

Het is de bedoeling van deze slingerbeweging steeds kleiner te maken om ze door *Sattva* helemaal te ontstijgen. Want het zijn juist de gedachten of verlangens naar een "hemel" die ons laten wegvlugten voor een hel. ...

... Als dit een troost mag zijn: **GOD IS OVERAL !** ... Dus ook in de hel !!!

De Kleśa's, oorzaken van pijn en lijden

Een van m'n vroegere herinneringen hebben me als bevestiging laten inzien dat de leer van Yoga een universeel, inherent gegeven is voor alle tijden, voor elke leeftijd en voor iedere cultuur.

Toen ik de prille leeftijd van vijf jaar had ontvangen, heeft een bepaalde levenservaring een zeer sterke uitwerking achtergelaten voor de rest van m'n leven.

Wanneer ik destijds naar m'n ouders keek, maar niet alleen naar hen, ook naar andere mensen, was ik zeer ontgoocheld over m'n waarneming. Een soort van ijselijk, machinaal gevoel nam bezit van m'n lichaam en geest. Ik zag overal lichamen om me heen maar geen mensen. Het stereotype 'mens' kreeg een robotachtige inhoud waardoor bepaalde vragen opborrelden zoals: is de neus van ons moeke van haar? ... Zijn de handen van ons vake iets wat van hem is? ... Maken de handen, de voeten, de ogen, de romp enz. dat wat ik 'ons vake en ons moeke noem? Dit gaf me een heel somber en triest gevoel waar 'k geen raad mee wist.

Al deze lichamen met hun robotachtige ledematen die ik – toen nog onbewust – niet kon plaatsen in het geheel "*Mens*", hoewel ik pas vijf was, besepte ik maar al te goed dat deze waarnemingstoestanden, die in een kinderlijke ruimte-tijdservaring beleefd werden, een projectie waren van diepe ontevredenheid.

Pas jaren later, toen ik met yoga in aanraking kwam en te horen kreeg dat leven lijden is, kwam er die diepe bevestiging van wat reeds lang tevoren had plaatsgevonden in m'n bewustzijn. Ook ontstond er tegelijk een brandend verlangen naar de "Leidende weg" in dit lijdende bestaan. Voor mij was dit Yoga. Toch had het evengoed iets anders kunnen zijn, ... zolang het maar essentie verwijzend was.

De hierboven vermelde jeugdervaring zal waarschijnlijk voor menig mens een bepaald negativistisch beeld oproepen doch, voor mij was deze van essentieel belang. Dit sluimerende lijden dat tot uitdrukking kwam in een diep minderwaardigheidscomplex en aanhield tot aan de puberteit, en zich van daaruit uitgekristalliseerd had in diepe innerlijke depressies van onzekerheid en angst voor de toekomst, hebben er voor gezorgd dat m'n ego naar de Weg getrokken werd van het Innerlijke, naar **Yoga**.

Dit gezegd zijnde, kan ik dankbaar zijn voor dit bewogen verleden, het heeft me gemaakt tot wat ik nu ben.

Daar het ontstaan van 'inzichtelijke levensaanvaarding het gevolg is van de eigen levenservaring kan de mens – naar mijn's inzicht – blijven putten uit de zoektocht naar de bron van het "levende water".

Een voor mij belangrijke zin die ik ooit eens gelezen heb, en gegrift staat in m'n geest is: "Leer jezelf bewust te worden van wat je niet bent, pas dan ga je jezelf richten of afstemmen naar **DAT** wat je wel bent. Deze

levenshouding is als je 't mij vraagt van essentieel belang in het ontwikkelingsproces van de mens.

Ook al heeft hij nog geen kennis van deze essentiële Wezenservaring, de honger en het verlangen ernaar, gecombineerd met: "geduld, volharding en vertrouwen rijpen hem, zodat hij de twijg van het vergankelijke bestaan durft los te laten om zich te verenigen met de 'Essentiële Basisgrond die alles laat ontstaan'.

Maar eer men zover is; heeft men reeds - onder welke vorm dan ook - een lange weg van studie en zelfonderzoek afgelegd

Aangezien dit zelfonderzoek er één is van universele aard, heeft de eerlijke zoeker - dit is iemand die z'n eer heeft durven loskoppelen van z'n ego - niet veel moeite om deze te herkennen in tal van spirituele, richtlijngevende exposés met hun onderdelen.

Zo zijn de kleśa's van Patañjali een bijna niet te overtreffen inzicht wat betreft de oorzaken van pijn en lijden die ons, bewust of onbewust, in haar greep houden, maar die tegelijkertijd ook een ongelooflijke dieptepsychologie van de hoogste orde etaleren.

Patañjali leert ons dat, vooraleer deze getransmuteerd en getransformeerd kunnen worden, we terug moeten afdalen in deze diepten van het Zelf. Deze gedachtegang vinden we niet alleen terug in de yogafilosofie. Want; moest ook Jezus niet eerst afdalen tot in de hel - van zichzelf - vooraleer hij de sublieme Zelfkennis ervoer...? In moderne taal zou men hiervan kunnen zeggen:

Het is uiteindelijk het bewustwordingsproces (raja) van onwetende dwaasheid (tama) dat ons zal voeren naar wetende wijsheid (sattva). Deze sattvische wijsheid zal ons stap voor stap begeleiden naar wetende, 'Alomvattende Kennis'. Dit is het proces van avidyā (onwetendheid) naar vidyā (weten, Zelfstudie) naar Ātma vidyā (Zelfverwerkelijking).

Leven in een lichaam is de som van de vele geconditioneerde verhullingen, verweven rondom het Bewustzijn. Dit *Bewustzijn* of *Atman*, dat in essentie niet manifest is en tegelijkertijd toch elke manifestatie doordringt, wordt op een foutieve manier geïdentificeerd door één van deze omhullingen, m.n. het "ego".

Men zou het zo kunnen stellen: des te dieper het *Atman* afdaalt in de materie verliest het van z'n kwaliteiten en gaat Het zich veréénzelvigen met z'n creatie's. Deze creatie's liggen mee aan de basis van de leela māya of het spel van de schepping. Met andere woorden: fundamentele onwetendheid (de eerste kleśa) is geboren.

In de mens komt dit tot uitdrukking wanneer hij zich gaat afgescheiden voelen van de anderen en denkt: ik ben dit of ik ben dat (asmita), ik heb dit of ik heb dat.

Door de vereenzelviging met dit verholde “ik”(asmitā), dat zich heeft losgekoppeld van z'n Puurheid, belanden we in de vele slingerbewegingen van aantrekking (rāga) en afstoting (dvesha). Dit kan men vooral onderkennen in de voortdurende drang om gelukkig te willen worden. Met als gevolg; de daardoor ontstane vlucht voor z'n tegenpool m.n. de zogenaamde tegenslag of het ongeluk.

Het spreekt hier voor zich; dat doorheen het illusoire van avidyā, de fundamentele onrust heeft bezit genomen in de mens. Maar daar men zou moeten beseffen dat dit geluk een zeer tijdelijk bestaan in zich meedraagt, en tegelijkertijd meestal de angst laat ontstaan om het te verliezen, zou men hiervan tenminste de vergankelijkheid moeten leren inzien en daaruit z'n belangrijke levensles moeten trekken.

Doch, meestal is dit niet het geval en worden we op een onbewuste wijze meegesleurd in hun consequenties. Deze monden uiteindelijk allemaal uit in “doodsangst” of gehechtheid aan het leven (abhiniveśa).

Het is deze ingewortelde drang om te leven in een lichaam dat ons gebonden houdt aan het karmische wiel van oorzaak en gevolg, van geboren worden en sterven.

Vermits de dood de grote onbekende is – vandaar ook de grote angst ervoor – van het leven, wordt ze toch bewust opgezocht door de mens die op zoek is naar Waarheid.

Dit sterven is geen doodgaan maar een opgaan in **DAT** wat altijd was, is, en altijd zal zijn. Het is het loslatingsproces van de innerlijke Weg die geplaveid wordt door de vele hulpmiddelen en technieken. Deze middelen, die stuk voor stuk verwijzen naar het hanteren van de juiste handelingen om denken willen en voelen uit te zuiveren, worden op een prachtige manier aangeboden in het achtvoudige pad van Patañjali.

Het is pas wanneer de mens in diepe rust in stilte verzinkt in zichzelf, dat hij deze kleśa's of oorzaken van pijn en lijden kan verzachten of verzwakken zodat hun uitwerkingen steeds minder vat krijgen op lichaam en geest. Dit komt dan vooral tot uitdrukking in een “Natuurlijke Levenshouding” waar ook de zogenaamde “dood” een plaats krijgt in het Leven. ... Er wordt niet meer weggevlucht voor het taboe ervan. Men relateert de dingen op een spontane, onthechte wijze waardoor ook rāga/dveśa of aantrekking en afstoting, op een veel mindere mate druk gaan uitoefenen op het ego.

En wanneer ten slotte de vereenzelviging van het ego wordt losgekoppeld ontstaat hieruit de mogelijkheid tot Versmelting met het ZELF of het ATMAN.

Dan pas wordt het troebele glas van onwetendheid gereinigd door Ervaringswetenschap. Ja, dit schap van kennis bevindt zich in één ieder mens, doch hij moet er zich eerst van bewust worden vooraleer hij de nodige stappen in de juiste richting kan ondernemen. Dit proces vertoont zich meestal in een golvende beweging van evolutie, of beter, van “involutie”.

Daarom doet men er goed aan van niet te vlug te denken dat men deze oorzaken van pijn en lijden (kleśa's) is overstegen. Aangezien deze zaden nog vaak latent aanwezig zijn in de zielengrond van het Zelf en ze elk moment – mits de juiste omstandigheden worden gecreëerd – kunnen ontkiemen, moeten we ze zoals Yogesvarananda plachte te zeggen; eerst herleiden tot zaadvorm om ze nadien te roosteren door de ervaring en het inzicht van “Meditatie”. Hierdoor worden de inhouden, die geprojecteerd werden op het scherm van het bewustzijn “citta”, gladgestreken als een golveloos wateroppervlak waarin men de volle reflectie van het *ZELF* kan aanschouwen.

In plaats daarvan vergenoegen de meeste er zich in; zichzelf te laten meenemen door de vele golfjes die ontelbare glinsteringen en schakeringen reflecteren, ... maar niet hun *BRON*.

Deze Bron (Ātman), Laat zich pas kennen door een “vol-ledig opgaan in zich-Zelf” wanneer Universele Stilte wordt bereikt door lichaam en geest.

Toch is het zo dat in de aanvang van deze, men geconfronteerd wordt met de Citta en z'n vele modificaties.

Pas wanneer alle denkpulsen, voortgebracht uit de vijf hoofdvṛttis, tot rust worden gebracht, waardoor ze uiteindelijk oplossen in DAT waaruit ze zijn ontstaan, ontdekt men de ware betekenis van één van de belangrijkste aforismen van Patañjali m.n. YOGA-CITTA -VṚTTI-NIRODHA.

Yoga – Citta – Vṛtti – Nirodha.

Wanneer de mens het lumineuze idee in zich heeft laten ontkiemen om de yogabeoefening aan te vangen, vinden we in deze duizend en één motieven terug.

En klaarblijkelijk worden er veel van deze verlangens op één of andere manier ingelost.

Wat men echter in ogenschouw moet nemen is; dat alle verwachtingen en verlangens ons in wezen hinderen ons *Zelf* te leren kennen, dus Yoga te ontmoeten. Dit ont – moeten is het zich ontdoen van alle moeten en is een voorwaarde tot vordering op het Pad.

Dit ontdoen van alle moeten wekt bij velen de enge interpretatie op die naar het onverschillige neigt, doch er in wezen niets mee van doen heeft. Het is een loslaten in z'n zuiverste vorm en heeft dus ook niets te maken met losbandigheid.

Hier op dit punt aanbelandt, zou de schrandere mens zich de vraag moeten stellen: "wat moet ik loslaten en wat is er te ontmoeten"?!... Een zeer simpel antwoord dat hierop kan worden gegeven is:

Onze geest van waaruit we het leven benaderen verkeert enerzijds voortdurend in een soort van gevangenschap en anderzijds blijkt diezelfde geest constant "bezet" te zijn, waardoor we bijna nooit de kans krijgen deze in z'n subtiliteit te leren kennen.

Vermits "dit leren kennen van de geest" een essentiële voorwaarde blijkt te zijn op het pad van zelf-ontwikkeling, zoals men ook de theorie moet beheersen van een bepaalde job, hobby of sport die men uitoefent, zou men deze ten eerste; z'n juiste plaats moeten toekennen in het geheel 'MENS', en ten tweede; het gebruik van diezelfde geest op de juiste wijze moeten leren aanwenden. Want is het niet via deze geest, die gevuld wordt door de zintuigen, dat ons leven kleur en vulling krijgt ? ...

...We laten ons absorberen via de werkingen van de zintuiglijke organen. Daardoor kan men zich inderdaad vol voelen worden, doch, nooit echt "VOL-LEDIG" voelen.

Dit *VOL-LEDIG* zijn is nu juist het doel van de schepping waar "de Mens" een replica van is. Dit *VOL-LEDIG* zijn komt tot uitdrukking in één van de belangrijkste sutra's van Patanñjali: Yoga Citta Vṛtti Nirodha.

Het is de toestand die geen toestand meer genoemd kan worden. Met andere woorden: de sleutel is gevonden die tot bevrijding voert. Door op een Universele bescheiden wijze de nooit "aflatende beoefening" (abhyāsa) van "stille Meditatie" toe te passen, wordt deze omgedraaid waardoor we de tijdloze ruimte betreden van "het ZELF". Maar vooraleer we deze inhoudelijke sutra van Patañjali kunnen bevatten – of moet ik zeggen

“verwerven”? – hebben we reeds een lange weg afgelegd van “Goddelijke Abhyāsa”, waaruit spontane Onthechting is voortgekomen.

Aangezien het gerichte verstand ook nood heeft aan spirituele voeding, zou ik enige inhoud willen meedelen in verband met deze vier belangrijke woorden: Yoga-Citta-Vṛtti-Nerodha.

YOGA:

Het woord Yoga is afgeleid van de wortel “yuj”, wat verbinden, één maken betekend.

Zelfs ons woord “yuk” is er etymologisch mee verwant. Het feit dat dit woord vaak in diskrediet wordt gebracht is te wijten aan de vele beoefenaars die altijd zijn afgestemd op “willen krijgen” in plaats van op “wat heb ik te geven”. Het eigenaardige hiervan is, dat zij die altijd maar willen hebben, zeer veel moeite en tijd in het werk moeten stellen om het verlangde in handen te kunnen krijgen en uiteindelijk nooit echt tevreden kunnen zijn met wat ze zijn of wat ze hebben. Terwijl de anderen (de inzichtelijke gevers), zonder enige moeite dat wat best losgelaten dient te worden, kunnen geven, en dat wat ze krijgen (zowel vreugde als smart) met open armen kunnen verwelkomen wat hen schijnbaar toevallig wordt aangeboden door het Leven, in welke bestaansvorm dan ook. ...

Maar goed; wat is Yoga nu eigenlijk ?

Vermits elk woord er één te veel is om het te vertalen zou ik toch een povere poging willen ondernemen met deze beperkte woorden als hulpmiddel.

Wanneer we het hebben over “verbinden” of één-maken, verwijst dit naar het bestaan van een individuele Ziel die verhult is in vele conditioneringen, en Die opgenomen dient te worden met een Opperziel of Universele ZIEL. Derhalve noemt men deze twee: *Jīvātmā en Param-ātmā*. Zoals we in het hoofdstuk van de kleśa’s gezien hebben; is wanneer het Ātman (Jīvātmā) door de allerfijnste conditioneringen verhult wordt door de onwetendheid (Prakṛti), waardoor een scheiding wordt aangetroffen die zich meer en meer begint uit te kristalliseren van waaruit dan het idee gevormd wordt van zoiets als een “subject/objectervaring”, ontstaat er een fundamentele afscheiding met het andere. Niettegenstaande dat; zou men voortdurend moeten bewust blijven van het feit dat deze twee in feite een uitdrukking zijn van het verstand. Dit verstand, gemaakt uit prakṛti, kan men te pas of te onpas gebruiken, het kan ons laten “lijden” of “begeleiden”. De keuze is aan de bestuurder ervan.

Wat men hier moet noteren is: Yoga in z’n zuiverste vertaling, moet gezien worden als een toestand die de hoogste ervaring in zich meedraagt van totale VERSMELTING. Getuigenissen van wijze yogi’s hieromtrent spreken

over een soort van “ERVARINGSLOZE ERVARING”. Er is daar geen licht, geen donker, geen goed, geen kwaad, alleen... “ZIJN”

Waarom dan – vraagt de niet ingewijde – zoveel moeite doen om dit “niets” te bereiken?... Hoe kan men zoveel moeite doen ter wille van “niets”? ... En de wijze antwoordt: dit “Niets” is Alles ... en alles bestaat in dit “Niets”.

Hier komen we ook op het vlak van het buddhisme, waar men zoveel belang hecht aan de Leegte, doch, deze wordt ook zo vaak door z’n eigen beoefenaars vol gemaakt door de vele opvattingen er over.

Nochtans bestond de Leer van de Buddha eruit van op een steeds ontkennende manier te verwijzen naar God of de Waarheid. Vandaar dat het Buddhisme wel eens vertaald wordt als een atheïstische leer of als een godsdienst zonder God. Toch vertolkte Hij (Bhuddha) met z’n zwijgzame stem een zeer hoogstaande sublieme Leer waardoor de eerlijke zoeker voortdurend naar het ZELF in z’n eigen hart verwezen werd, want inderdaad: “*zij die WETEN spreken niet en zij die spreken WETEN niet*” zegt Kabir, een wijsgeer uit de middeleeuwen.

Maar hoe moet men dan deze “Ledige Volheid”, - Yoga of welke naam je er ook aan geeft – in zich zelf ontdekken?

Hier moeten we het dan hebben over Yoga als middel, als praktijk. Van deze kan men zeggen dat, via de vele archeologische vondsten vanuit het verleden, zij minstens vijf duizend jaar oud is en naar alle waarschijnlijkheid nog veel ouder is. Maar aangezien van oudsher deze een zeer oude overlevering treft vanuit het oude India is er toch geen afdoend bewijs voor terug te vinden dat ze daar is ontstaan.

Als je’t mij vraagt; kan overal waar zich een mens bevindt Yoga tot ontwikkeling gebracht worden. HET is Universeel, inherent in de mens aanwezig en het laat zich kennen als een purificatieproces van de hoogste orde. Met andere woorden: daar waar een mens is kan Yoga tot ontwikkeling gebracht worden (b.v. het spontane kinderlijke zelfonderzoek op p. 13 getuigt hiervan).

CITTA:

Dit is een begrip dat eigen is aan de Yogadarśana. Men treft het niet aan in de andere zienswijzen.

Omdat het iets is van zo’n subtiele aard, worden er vele speculaties en vele enge interpretaties over opgedaan “in de mind”, en wordt het ook wel eens vergeleken met deze laatstgenoemde.

Ook wordt het wel eens met het begrip “geest” vertaald, wat ons evenzeer op het verkeerde been kan zetten.

Het meest juiste begrip ervan kan – volgens mij – alleen verkregen worden wanneer we deze term op een zo ruime mogelijk manier kunnen op nemen in een zo ruim mogelijke (open) geest (dus niet onbewust met één of ander westers beeld gaan associëren).

In feite laat de echte betekenis en kennis ervan zich vertalen in de diepte van de “meditatie ervaring” zelf.

Taimni, één van de commentatoren van de yogasutra's zegt i.v.m. deze Citta:

We moeten niet de fout maken ons Citta als een soort stoffelijk middel voor te stellen, dat in allerlei vormen wordt gebracht wanneer er verschillende soorten mentale beelden worden geproduceerd.

Citta heeft in wezen de aard van het bewustzijn, dat onstoffelijk is, maar wel door de materie in beroering wordt gebracht. Feitelijk kan het een product van beide, van bewustzijn en materie of Puruṣha-Prakṛti, worden genoemd, daar de aanwezigheid van beide noodzakelijk is, op dat het functioneert. Citta is als een ontastbaar scherm, dat het licht van het bewustzijn in staat stelt zich in de gemanifesteerde wereld te projecteren. Maar het wezenlijke geheim van zijn essentiële aard ligt verborgen in de oorsprong van het gemanifesteerde heelal en men kan het alleen maar leren kennen wanneer men de verlichting bereikt.

Dit citaat zou ons moeten tot het besef brengen dat “Citta”, de basisgrond of denkggrond is waarin ons leven zich afspeelt. Daarom vraagt het op z'n minst een grote inspanning van “geweldloze oefening” om het te leren kennen zoals het wezenlijk is.

VR̥TTI:

Vṛtti's zijn de inhouden van de Citta die ons in staat stellen van te leven in een lichaam. Maar ons tegelijkertijd ook binden aan het egobesef (ahaṁkāra). Vandaar de noodzaak om deze inhouden van de geest (citta) te onderkennen alvorens ze te kunnen beheersen.

Noodzaak is het hier van het woord “beheersen” in z'n juiste context te plaatsen. M.a.w. dit zou niets te maken mogen hebben met: “heerser te willen zijn”, maar met LOS-LATEN, een woord dat gegrift staat in het bewustzijn van de Yogi.

Het is wonderbaarlijk hoe Patañjali deze vṛtti's, die vijf in getal zijn, opsomt. Maar ook hoe hij verwijst naar hun onderlinge samenwerking die voortdurend zowel het innerlijke als het uiterlijke leven inhoud geven, dit weliswaar gecombineerd met de tuigen der zinnen, de organen die de informatie van de wereld der verschijnselen opnemen in het bewustzijn (citta) met daarin een decoderen ervan.

Touwens, het is niet onbelangrijk te leren beseffen dat bij de gratie van deze zinnen zowel het (schijnbare) innerlijke als het uiterlijke wereldbeeld geschapen en gevormd wordt.

Dit māyische geconditioneerde beeld wordt dan nog eens herschapen door deze vijf vṛtti's te weten:

PRAMĀṆA = Juiste kennis
VIPARYAYA = Onjuiste kennis
VIKALPA = Verbeelding
NIDRĀ = Slaap
SMRTAYAḤ = Herinnering

Allemaal leven we vanuit onze eigen wereld, vanuit onze eigen waarheid. Maar wie zegt dat deze de “Echte” is?! ...

... Daaraan ‘bewust’ durven te twijfelen is een noodzakelijkheid vooraleer we de weg van yoga kunnen betreden. Toch is bij velen deze twijfel op een onbewuste wijze ingebakken. Het voorbeeld van de droomslaap maakt ons dit gedeeltelijk duidelijk. Is het niet zo dat de dromer (ego) in z’n droommoment de dingen ervaart op een levensechte manier? En dat wanneer hij ontwaakt uit deze werkelijkheid zich bewust is van deze schijnwaarheid? ...

... Maar wie zegt dan dat deze waaktoestand echt of waarheid is? ... Trouwens; in mijn droom kan ik op een levensechte wijze met mensen communiceren, ervaar ik ook zoals in het waakbewustzijn: angst, verdriet, en blijheid, zelfs de fijne structuur van menig materieel ding op zich kan ik bekijken en analyseren alsof het hier nu voor mijn neus zou liggen. Hieruit kan men op een concluderende wijze de vraag stellen: leven wij misschien ook in deze waakbewustzijn niet in een soort droom waaruit we kunnen ontwaken en vast stellen: och, “t was maar een droom”?

Dit *Ontwaken* heeft in de loop der tijd vele namen gekregen. Laat ons het hier gemakkelijks halve het proces van ‘VIDYĀ’noemen.

We moeten noteren dat vṛtti’s - zoals ze vaak in vele werken worden weergegeven - geen golvingen, wijzigingen of trillingen zijn, maar dat het vijf categorische inhouden zijn van de geest waaruit weliswaar miljoenen trillingen, golvingen, vibraties of wat dan ook kunnen voortgebracht worden.

Rechtstreeks houdt dit ook verband met het inzicht dat de mens, wanneer hij onbewust leeft, zichzelf voortdurend in de luren laat leggen door z’n eigen geconditioneerde trillingspatronen die tot stand gekomen zijn door “zeer beperkte zintuiglijke waarnemingen” van allerlei aard. Want wat we echter niet mogen vergeten is dat ook deze tuigen een product zijn van ‘Prakṛti’.

Ātma Muni zegt hiervan: **Wat wij zien is er niet, maar wat er IS zien wij niet.**

Aangezien deze vijf vṛtti’s het afgebakende leven inhoud geven, liggen ze ook mee aan de basis van het utopische yogabeeld dat we onszelf t.o.v. de buitenwereld moeten oefenen in b.v. onthechting of los-laten vooraleer we tot bevrijding of Zelfrealisatie kunnen komen. Let wel; dit weerlegt niet het feit dat er geen onthechting moet zijn om tot citta-vṛtti-nirodha te komen. Toch ontstaat vanuit ‘de dirigent der vṛttis’ (= het aspect van buddhi dat zich

laat versluieren door het 'onwetende ego') de enge visie's dat we ons stap voor stap van de duizend en één zaken – waar het lichaam door conditionering aan gebonden is geraakt – moeten afstand nemen. Men kan zich dan de vraag stellen: hoeveel levens neemt dit dan wel niet in beslag...? Hierdoor glijden we dan, spijtig genoeg, in de Oosterse klassieke gedachtegang die ons de interpretatie voor houdt dat we nog vele miljoenen levens voor de boeg hebben eer we Zelf-gerealiseerd kunnen worden. Maar aangezien het er niet op aan komt van te worden maar van te ZIJN, zouden we dit als een soort van onjuiste kennis gecombineerd met verbeelding kunnen quoteren. Toch wil ik ook deze Oosterse gedachtegang niet helemaal naast mij neerleggen wat misschien voor de westerling een bepaalde mineurstemming teweeg kan brengen – omdat hij het begrip 'tijd' ervaart vanuit z'n eigen beperktheid. Maar het zou natuurlijk ook een ander redenatie kunnen doen ontspruiten m.n.: "waarom zou ik nu in dit leven, waarin ik het zo goed heb, zoveel moeite doen om zoiets als de WERKELIJKHEID te ervaren? ... Ik zal m'n sādhanā wel uitstellen voor een van m'n volgende miljoenen levens.

Wanneer de mens essentiegericht leeft, gecombineerd met z'n eigen meditatieve ervaring, bevroedt hij (vooral) in deze laatste gedachtetheorie (die in gang werd gezet door vṛttis) een niet logische voorstelling die gebonden is aan egogebondenheid dat ontstaan is uit fundamentele Avidyā (onwetendheid).

Het is pas door de eigen meditatieve ervaring – gecombineerd met de gelouterde instelling (door yama en niyama) – dat de loskoppeling op een innerlijke manier plaats grijpt en ons in staat stelt van op elke moment de toestand van Yoga Citta Vṛtti Nerodah te ervaren. Het is dan alleen nog maar een kwestie van "openstaan" en "spiritueel wachten" in de louterende stilte van het Universele Hart.

Dat gezegd zijnde moet men goed beseffen dat ook deze woorden een trillingsbeeld weergeven dat moet getransformeerd worden in het vuur van de eigen *Inzichtelijke ervaring*, maar dat ze tegelijk een rugsteuntje kunnen betekenen in; Geduld, volharding en vertrouwen.

Vooraleer we de vijf vṛttis onder de loep gaan nemen moeten we ook nota nemen van het feit dat Patañjali vanuit zijn essentiële dieptepsychologie deze vijf ook nog eens onderverdeelt in twee soorten, m.n. de pijnlijke en de niet pijnlijke. Deze zou men ook kunnen vertalen als: "de hinderlijke en de niet hinderlijke soort"(zoals ze weergegeven worden in de bhāṣya, de klassieke commentaar van de yoga sutra's van Patañjali).

Hier dient rekening gehouden te worden met onze denkende gevoelens die gericht zijn naar het ego en die, wanneer we ons door hen laten leiden, ons de slaaf laten worden van de "emotie". Deze neemt dan bezit van de geest (citta) waardoor we ons constant *BEZET* voelen, of anders gezegd: we

zitten voortdurend gevangen in onze eigen cel, waarvan de sleutel is zoek geraakt.

De niet pijnlijke of niet hinderlijke vrtti soort.

Het is deze soort die neutraal van aard is en die het denken en dus daardoor ook het gevoel en de emoties niet beroert.

Daar onze zintuigen zo beperkt zijn in hun eigen mogelijkheden stelt men vast dat deze soort het denken in ons voortdurend gestalte geeft, maar naar mijn mening, ons ook beveiligende bescherming biedt tegen het op tilt slagen van het systeem. Stel je voor dat je alles in één oogwenk zou kunnen waarnemen wat er rondom jou gebeurt ... het bewustzijn daarvan zou je op z'n minst brengen naar één of andere psychiatrische instelling.

Een niet hinderlijke of niet pijnlijke vrtti is een zintuiglijke waarneming waarvan men geen pro of contra gevoel of emotie mee associeert of ervaart. B.v.: ik passeer de bomen op m'n wandeling door het bos, of ik zie de rijen huizen aan m'n ogen voorbij glijden op de weg naar m'n werk. Beide voorbeelden zijn neutrale gewaarwordingen. Toch, het zijn gewaarwordingen, maar omdat ze het gevoel en de emoties niet beroeren worden deze ingedeeld bij de niet hinderlijke soort.

De pijnlijke of hinderlijke vrtti soort

Ze zijn van deze aard; dat ze zowel aangename als onaangename gevoelens of vibraties teweeg brengen. Het zijn deze die ons zowel laten verliefd worden op één of ander object, maar ons ook diezelfde vrouw, man of wat dan ook, laten haten.

Ze brengen a.h.w. een bepaalde reactie in het denken teweeg waardoor de ruimere lagen van het Zelf vernieuwde vormen van conditionering krijgen binnengelepeld.

Mits we natuurlijk de eigen touwtjes in eigen handen durven te nemen. Dit gebeurt door het Universele zelfonderzoek, door allereerst; hun bestaan (vrttis) te herkennen en te erkennen, alvorens we ze tot rust kunnen laten brengen via de vele technieken van uiteenlopende aard – maar die uiteindelijk allen zullen uitmonden in 'karmalose waarneming'.

Maar daar de yogi zich zo vaak verliest in de vele technieken die in de loop der tijden zijn ontwikkeld, zou hij de intelligentie voortdurend moeten aanscherpen met zich de vraag stellend: "WAT IS HUN DOEL" ? In vele gevallen moet hij/zij zich eerst ontdoen van de verwikkeling (gehechtheid) van de bepaalde techniek(en), omdat deze ook meestal verworden is/zijn tot een hinderlijke of niet hinderlijke soort van vrtti. Dit getuigt van de absurde voorstelling van de vele nep yogis die beweren dat de hoogste Zijnsheid (Samadhi) van yoga zou kunnen ervaren worden terwijl men b.v. in de natuur aan't wandelen is of met de auto aan't rijden is ... of zelfs

wanneer men in een filosofisch gesprek verwickeld is. Deze en nog veel meer, getuigen van een fundamenteel onbegrip en een gemis aan Inzicht door ERVARING.

Vooraleer we deze vijf categorische inhouden van de geest (citta) even nader gaan belichten, eerst nog dit:

Aangezien we allemaal leven vanuit ons eigen geconditioneerde bewustzijn dat de vele indrukken in de vorm van trillingspatronen van de uiterlijke wereld opvangt langsheen de tuigen der zinnen (zintuigen), is het niet onbelangrijk van ook hier een bepaald classificatiesysteem in ogenschouw te nemen.

Zo zou men kunnen stellen dat “pramāṇa” of juiste kennis en “viparjaya” of onjuiste kennis, in direct contact staan met de wereld der objecten buiten onszelf en er voor zorgen dat de daardoor ontstane beelden in het denken dan wel of niet in overeenstemming te brengen zijn met het waargenomen object. Natuurlijk kan hier de intelligente vraag rijzen; wat is binnen mij, en wat is buiten mij? ... Of, zijn deze grove zintuigen geen kristallisaties van fijnere potentiële werkzaamheden in ons? ... Omdat het hier gaat om een soort van mechanisch proces waar onze zintuigen een belangrijke rol in krijgen toebedeeld is het hier niet aan de orde daar verder op in te gaan.

In verband met Smṛti (herinnering) en Vikalpa (verbeelding) is het zo dat, hoewel deze niet zijn los te koppelen van de perceptie van waaruit een bepaald wereldbeeld gevormd wordt, deze een soort van introversie als eigenlijke basisnatuur in zich meedragen. Dit is ook weer te linken met de tal van ervaringen die we kunnen beleven in de zogenaamde droomslaap; waar de mens - daar de wil is losgekoppeld van het denkapparaat - z'n eigen werkelijkheidsillusies creëert en er zich dan ook nog eens door laat meenemen. En omdat ook de rede in deze sluimerende toestand min of meer is losgekoppeld van de wil met zijn beheersing, resulteert dit in levensechte ervaringen van allerlei aard.

Het is pas wanneer het bewustzijn van de wil, de rede en het denken zich heeft laten op trekken zoals mist door de zon, dat we de droomloze slaap (Nidrā) ervaren.

Aangezien het in eerste instantie moeilijk lijkt deze slaap onder te verdelen in één van deze vijf vṛtti's, moet men deze, daar er geen mentale activiteit in zichzelf werkzaam blijft, niet miskennen. Zeggen wij immers niet wanneer we s'morgens ontwaken: wat heb ik goed geslapen?... Dit wijst op een ervaringsinhoud van tamelijke mystieke aard; van een Vṛtti.

Taimni definieert het als volgt:

Het denkapparaat blijft in de droomloze slaap werkzaam op z'n eigen terrein maar zijn plaatjes worden niet geprojecteerd op het scherm van de fysieke hersenen.

Naar eigen inzicht zou ik hier willen insinueren naar de diepe, tot rust gekomen ademhaling. Deze wordt niet meer verstoort door de in beeld gebrachte gedachten die steeds hun basisvoeding kregen vanuit de droom die op zijn beurt z'n voeding heeft onttrokken vanuit het waakbewustzijn. Juist omdat deze heilige slaap als iets onbewust ervaren wordt, wordt ze vanuit het yogastandpunt als een Vṛtti beschouwd.

PRAMĀNA OF JUISTE KENNIS:

Feiten van juiste kennis zijn gebaseerd op; direct inzicht, gevolgtrekking of getuigenis.

Daar, zoals eerder vermeld, de vṛtti's in beroering gebracht worden door de zintuiglijke waarneming, kan men stellen dat het grootste gedeelte van ons leven wordt doorgebracht in de hierboven vermelde vṛtti.

Zoals men reeds kan vermoeden is deze afhankelijk van drie belangrijke basisfactoren.

-1 Directe waarneming: deze heeft betrekking op die zintuiglijke waarneming waardoor het gelijklopende beeld ontstaat in de geest (citta). B.v. ik kijk (met open ogen) naar een auto en ontvang daardoor gelijktijdig het bijhorende beeld of plaatje "auto" in de Citta.

Uiteraard heeft deze niet alleen betrekking op het gezichtszintuig. Zo kan men b.v. wanneer men in huis zit, door het bepaalde geluid vaststellen dat z'n auto in aantocht is of is gearriveerd of men kan bijvoorbeeld vaststellen door het geluid tegen het glas van de vensters of het buiten regent of hagelt.

-2 Gevolgtrekking: deze wordt gevormd door een meer onrechtstreekse werking van het menselijk bewustzijn.

Wanneer ik b.v. vaststel dat mijn auto voor de deur staat leid ik daaruit af dat m'n vrouw is thuisgekomen van haar werk.

-3 Getuigenis: deze draagt, als je't mij vraagt, een nog groter risico in zich wat betreft het bekomen van juiste kennis. Het is die situatie van wanneer iemand je b.v. komt vertellen dat hij je vrouw met de auto in panne heeft zien staan op de pechstrook van de autostrade, of sterker nog; van iemand die je komt insinueren dat diezelfde vrouw een verhouding heeft met een ander.

Men zou kunnen stellen dat van deze drie de directe waarneming de meest betrouwbare is. Alhoewel, ... Ook onze zintuiglijke organen zijn een product van de wereld der verschijnselen en daardoor ook gelimiteerd aan hun eigen mogelijkheden. Dus nogmaals; is er wel een juiste kennis door een zintuiglijke waarneming? Vanuit het Absolute ervaringsniveau is er uiteindelijk maar één juiste kennis. De Versmelting van de kenner met zijn *ESSENTIE*. Maar aangezien deze Essentiële Kennis, vroeger of later, elke

vr̥tti tot stilstand zal brengen, mag men deze niet verwarren met de “lagere juiste kennis”.

VIPARYAJA OF ONJUISTE KENNIS:

Dit is het geproduceerde beeld in de geest dat niet overéénkomt met het waargenomen object in de buitenwereld. Dit door de perceptie foutief opgenomen beeld kan te wijten zijn aan verschillende oorzaken zoals:

- Het niet goed fungeren van de zintuigen waardoor de vele trillingspatronen die het bewustzijn bombarderen een niet juiste indruk achterlaten in het denkapparaat, zoals men b.v. een fata morgana ervaart in de woestijn (van zichzelf).

- Of, door bepaalde externe oorzaken zoals: afstand, zwaartekracht, te veel of te weinig licht enz. ... In verband met deze laatste wordt vaak het klassieke Indische voorbeeld aangehaald van het zogenaamde touw dat in halve duisternis wordt waargenomen en gehouden wordt voor een slang.

Vanuit dit voorbeeld kan men reeds vaststellen dat we zeer dikwijls in ons gedifferentieerde leven in de luren worden gelegd door deze categorische inhoud.

In feite worden we dubbel bedrogen. De vereenzelviging met de zogenaamde ‘vr̥tti’ en de dieper gelegen vereenzelviging van het ego met deze vr̥tti liggen hiervan aan de basis.

VIKALPA OF VERBEELDING:

Daar de twee eerste basiscategorieën tot op een bepaalde hoogte als objectief worden geclassificeerd doordat ze in contact staan met een object buiten het denken, is dit niet het geval met Vikalpa (verbeelding) en Smṛti (herinnering). De mentale beeldprojectie van deze twee geschiedt zonder direct contact met een object uit de buitenwereld, daarom worden deze als ‘subjectief’ ingedeeld.

Toch mag men niet vergeten dat zowel verbeelding als herinnering hun bestaan ontleen aan bepaalde zintuiglijke waarnemingen, opgedaan vanuit het verleden. Dit staft de onderkenning dat het de zintuigen zijn die het geconditioneerde bewustzijn vorm hebben gegeven waardoor de innerlijke wereld of het bewustzijn vorm krijgt.

Deze vormgeving wordt – meestal – door de onbewuste inwerking van de verbeeldingskracht (Vikalpa) vervormd en hervormd, buiten het bewustzijn om (op een onbewuste manier).

Toch is het ook hier van groot belang, zowel het waardeloze alsook het waardevolle te onderkennen van deze vr̥tti in ons. Zo kan b.v. de kracht van verbeelding – denk hierbij aan de holistische benadering van de vele alternatieve geneeswijzen die gebruik maken van deze - een lichamelijk genezingsproces ondersteunen. Maar niet alleen daar! Ook in de praktijk van yoga wordt hiervan stellig gebruik gemaakt. Persoonlijk heb ik me met deze kracht als hulpmiddel, de sīrāsana eigen gemaakt. Ik zag mezelf – in

m'n eigen verbeelding – kaarsrecht op m'n hoofd staan ... tot op een bepaald moment het lichaam spontaan de vorm aannam van dit beeld. Doch, langs de andere kant; de verbeeldende fantasie kan ons ook vaak parten spelen in de negatieve zin. Zo kunnen we ons inbeelden dat anderen kwaad zijn op ons terwijl daar helemaal niets van aan is. Deze negatieve kracht kan in het slechtste geval een heel leven aanslepen en daardoor zelfs veranderen in een helse nachtmerrie.

Aangezien deze twee voorbeelden belangrijke herkenningpunten zullen treffen in één ieder moeten we beseffen dat niet het doel gelegen is in het pessimisme of het optimisme, maar wel in het Realisme.

Vooraleer we het hogere pad van Yoga betreden zouden we moeten doordringen zijn van het feit dat wij het zelf zijn die de scheppers zijn van onze eigen inbeeldingen. Zelfs uitdeinend tot in de droomslaap toe. Hier worden dan vaak allerlei beelden in oneindig vele combinaties gecreëerd zoals b.v. een mensenhoofd dat gedragen wordt op een paardenrump, een spin met de vleugels van een vleermuis, het achtervolgt worden door reuzenmieren enz. ...

Vanuit m'n eigen levenservaring stel ik vast; dat hoe bewuster men leeft in de dagelijkse waaktoestand, dit z'n positieve impact heeft op de droomslaap. Want ook in het waakbewuste geven we ons vaak ongewild over aan de kracht van "inbeelding". Denk aan het stereotype voorstellingsbeeld van 'erotiek'. Wanneer (de meeste mannen) een mooie, sensuele vrouw voorbij zien wandelen slaagt ook hier de verbeelding vaak op hol. Vermits ook deze vorm van verbeelding (zowel bij de man als bij de vrouw) bij de menselijke natuur hoort wordt ze, wanneer de INNERLIJKE WEG bewandeld wordt - gesublimeerd tot een fijnere, meer verheffende vorm. Deze zal ons uiteindelijk brengen tot "Echte Zelfbevrediging" die uitmondt in de stille diepte van "de Meditatie ervaring".

NIDRA OF SLAAP:

Het lijkt in de eerste plaats op z'n minst eigenaardig dat Patañjali de slaap als een categorische inhoud heeft ingedeeld van het bewustzijn. Daar het denken in deze toestand zonder inhoud is doordat z'n trillingsfrequenties niet meer worden geregistreerd in de hersenen – maar toch de mentale activiteit helemaal niet stilstaat - wordt deze toestand geprezen door menig mens.

Ja, van deze zou men kunnen zeggen dat het een heilige, noodzakelijke toestand is die er op een natuurlijke manier voor zorgt dat het systeem van lichaam en geest niet te sterk wordt ondermijnd door b.v. spanningen, angsten en vele andere pijnen van uiteenlopende aard, het is als het ware een verplichte rust die mits ze niet genomen wordt een disharmonie creëert

in het systeem van lichaam en geest. Vandaar dat mensen met slaapproblemen serieuze gezondheidsproblemen van allerlei aard kunnen ondervinden.

Men zegt wel eens dat een mens kan gekraakt worden wanneer hem z'n slaap ontnomen wordt. Waarschijnlijk zal er vanuit het gevangeniswezen al meer dan één bekentenis zijn afgedwongen op deze manier.

Wanneer men slaapt, is men zich niet bewust. Men mag in een land van oorlog leven, op die moment is er geen oorlog. Men mag kwaad zijn op gans de wereld, op die moment is er geen wereld of enige andere emotie.

Waarom wordt deze slaap dan als een Vṛtti beschouwd? Juist omdat de denkactiviteit, die nog werkzaam is, doch is losgekoppeld van de hersenen, een soort van onderbewustzijn tot stand brengt. Denk hier weer aan de uitspraak: "ik heb goed geslapen vannacht"- hoewel men er zich niets van herinnerd.

Daardoor is er een foutieve opvatting aangaande; Yoga-Citta-Vṛtti- Nirodha ontstaan. Sommigen zeggen dat deze equivalent is met de Nidrā toestand, daar een leegte bezit neemt van het bewustzijn.

Een bijkomende vraag echter is: van welk bewustzijn??? Hier dient men alertheid te ontwikkelen door intelligent onderscheidingsvermogen (Viveka) te hanteren t.o.v. Puur Bewustzijn (Puruṣha) en geconditioneerd bewustzijn (Prakṛti).

Dit 'Puur Bewustzijn' dat zich op een mystieke manier laat gelden in het geconditioneerde bewustzijn wordt in deze microkosmos van geest en lichaam, opgesplitst in vele bewustzijnslagen (dit is uiteraard een beperkte, begrensde uitdrukking om via woorden iets duidelijk te maken wat in wezen niet duidelijk te maken is maar uiteindelijk berust in het Universele Mysterie zelf).

Zoals de vele geslepen facetten aan een diamant deel uit maken van één geheel, maar uiteindelijk geen enkel effect zullen hebben zonder het licht (van Puruṣha of God) dat hen tot hun levenstaak kan bewegen – m.n. door hun onderlinge samenwerking om dit LICHT te breken in z'n zeven spectra - een lichtbron te creëren, zo ook heeft het geen essentieel nut zich te vereenzelvigen met één of ander facet apart. Er moet dus met andere woorden een bewuste afstand kunnen genomen worden van de vele levensfacetten, waardoor men dan het Geheel kan schouwen door de vereenzelviging van het LICHT zelf.

Deze gecreëerde afstand is het uiteindelijke gevolg van "HOUDEN VAN", niet van "vasthouden".

Daar dit proces door heldere aandacht – dus in het waakbewuste – in gang gezet wordt, en zichzelf verder ontplooit in de "juist gerichte meditatie", kan men reeds begrijpen dat de 'Ultieme Yogaervaring' en de slaap alleen maar uiterlijke gelijkenissen vertonen, terwijl het verschil tussen beiden enorm is.

Ook hier kan men met enige intelligentie de tri gunische eigenschappen herkennen in de vorm van: slaap (tamas), waaktoestand (raja) en meditatie (sattwa).

Gedenk echter dat Sattwa niet het doel is, wel de voorwaarde om zich te kunnen verliezen in de 'BRON' van het Licht.

SMRTI OF HERINNERING:

Ook deze inhoud van de geest ligt aan de basis van een oneindig scala van trillingsgolven op het wateroppervlak van de Citta (geest).

Smṛti of herinnering is niet toelaten dat iets dat men ervaren heeft verdwijnt. Dit heeft – zoals alles trouwens – weer z'n twee statische tegenpolen in zich m.n. Tama en Sattwa, en wordt door de inspelende impulsen (Rajas) naar bepaalde ervaringen gedreven van uiteenlopende aard.

Toch moet men vaststellen dat het juist door het 'herinneringsvermogen' is dat we in ons levensonderhoud kunnen voorzien. Dus ook de kracht van het "geheugen" is levensbelangrijk. Stel je voor wanneer ik met de auto rijd, plots vergeten ben hoe deze moet bestuurd worden, of hoe vaak ik me zou verbranden aan een brandende kaars wanneer ik me niet zou herinneren wat de pijn is door verbranding.

Toch mag – naar mijn bescheiden mening – Smṛti niet verward worden, met zoals Taimni het aantoont; de vele zaadindrukken of saṃskāras die reeds het product zijn van ettelijke levenservaringen. Deze saṃskāras, het basiszaad van het actuele denken, voelen en willen, is een nog fijner aspect dan waar het hier over gaat.

Niettegenstaande dat, wil dit niet zeggen dat deze twee m.n. Smṛti en Saṃskāras los staan van elkaar. Want is het niet zo dat bepaalde herinneringen, wanneer ze maar vaak genoeg herhaalt worden, een bepaalde staat van bewustzijn doen ontstaan die z'n afdruk(ken) maakt in de diepte van de ziel? ...

Dus concreet spreken we over 'smṛti' van de moment als deze tot uitdrukking komt in een beeld of een gedachte, ooit opgedaan in een dicht of een ver verleden.

Zoals reeds hierboven aangetoond, brengt de bestaansgrond van deze Vṛtti één van de noodzakelijke basisfundamenten voort om te leven in een lichaam.

Toch ligt ze evenzeer aan de oorsprong van het "geleefd worden", dit door haar opdringerige aanwezigheid. Ontvangen we daarom soms niet de wijze raad: haal geen oude koeien uit de gracht?

Vermits dit spreekwoord gemakkelijker gezegd is dan gedaan, zal de eerlijke levensaspirant dit zonder moeite kunnen onderkennen in z'n eigen ervaringswereld. Want moeilijke levensmomenten zoals angsten, haat en andere soorten van egocentrisme, wanneer deze voortdurend terug worden opgeroepen in het bewustzijn, de energie laten leeglopen in lichaam en

geest zoals het leidingwater dat constant staat te lopen doorheen de ontsloten gootsteen? ... wel, vroeg of laat zal hij/zij z'n rekening gepresenteerd krijgen. Vanuit dit standpunt heb ik menigmaal de raad mogen ontvangen van m'n Guru: "wees selectief in het maken van een keuze".

Een keuze die men maakt vraagt energie, is karma. Investeer op de juiste manier je energie want iets wat verbruikt wordt aan het andere kan niet worden gebruikt voor het *ENE*.

Laat je leven door het *LEVEN* in jou, want, dit *LEVEN* IS zoals het *IS*, niets meer, niets minder, de zin eraan geef je zelf.

Dus met andere woorden: de zin van ons leven wordt voor een groot stuk bepaald door het maken van toekomstplannen maar ook door de vereenzelviging van herinneringen. Vandaar is het ook hier noodzaak deze *Smṛti* te laten uitdeinen in stille transparantie van de *Citta*, waardoor de bodem van het Zelf haar diepte prijs geeft aan *ZICHZELF*.

Te onthouden i.v.m. deze citta-vṛttis:

*Het is van zeer groot belang dat we deze inhoudelijke basiscategorieën leren herkennen en onderkennen in ons.

*Daar ze aan de basis liggen van de constante levensinhoud die zij ons geven, komt men, indien men op een intelligente wijze bevrucht wordt met Zelfonderzoek, tot de verwondering dat elke beleefde levenssituatie is onder te verdelen in één of meerdere *Vṛttis*, of ook in hun onderlinge combinaties.

*Door eigen ervaring stelt men hieruit vast dat inzicht in deze *Citta-vṛttis*, de fundamentele basispilaren zijn van eender welke dieptepsychologie. Maar omdat deze laatste meestal gericht is naar het ego, en daardoor vervalt in z'n eigen vooropgezette ideeën, heeft ze weinig of geen nut voor de rijpe Ziel.

**Citta-vṛttis* zijn noch goed noch slecht. Ze creëren de vele trillingspatronen van waaruit conditioneringen van allerlei aard tot aanschijn komen in het bewustzijn.

*Het zelfbewustzijn, gevormd door de *vṛttis*, moet men erkennen in al z'n aspecten in zichzelf. Daarom moet men er zich ook gelijktijdig rekeningsschap van geven dat het denken, willen en voelen, de grote krachten in ons die het lichaam hebben gevormd, voortdurend onder spanning staan door de vele conditioneringen die in het leven geroepen werden en worden door de wet van oorzaak en gevolg (karma). Deze op

hun beurt worden dan weer beroert door de werkzame vṛttis die ons altijd parten zullen blijven spelen.

Ten eerste; ontkracht dit het idee dat we geboren worden met een vrije wil. En ten tweede; kan dit ons het bevrijdende vertrouwen geven dat wij zelf, door de juiste kennis en het juiste hanteren van deze vijf vṛttis, onze levensstroom kunnen ombuigen van de duisternis naar het LICHT.

NIRODHA:

Dit begrip wordt maar al te vaak in een verkeerde context geplaatst door het te vertalen als: tot stilstand zetten, onderdrukken, beheersen enz.

Daar de Nirodha toestand niets van doen heeft met eender welke 'akte', maar alles te maken heeft met 'loslaten' of 'laten gebeuren', mogen we deze op een geruste manier linken met 'Vairāgia' of onthechting.

Dit losgekoppeld worden van de Citta Vṛttis geschied inderdaad niet wanneer wij dat willen, maar wanneer Hij het Wil.

Het is een gebeuren dat plaats grijpt op de juiste plaats en het gepaste moment.

Het enige wat we kunnen doen is ons volharden in het Spirituele wachten, gecombineerd met het beoefenen van de juiste ingestelde Meditatie.

Wanneer deze "juiste wachtende beoefening" een levenshouding is geworden, ontstaat als vanzelf het nodige Onwrikbare vertrouwen (Śraddha) dat er voor zorgt dat het spirituele vuur van binnenin de nodige zuurstof ontvangt om de sādhanā tot z'n voleinding te brengen. De ogenblikken van rust en de flitsende inzichten (van allerlei aard), zijn hiervan de zoete vruchten.

De toestand van Nirodha zou men ook kunnen vertalen als de Ultieme Ontspanning waar elk één, bewust of onbewust, naar op zoek is. Deze is de voorwaarde om te komen tot de kennis van het ZELF.

YAMA EN NIYAMA.

Waar het vooral op aankomt op de yogaweg is; om op een doordringende manier te beseffen dat het doel (Yoga-Citta-Vṛtti-Nirodha) te bereiken is in dit sterfelijke leven. En dat we het (vertekende) concept van de vele miljoenen levens, die we nog eerst dienen af te leggen – zoals dat zelfs ook vanuit de Indische traditie naar voor gebracht wordt – met een korrel zout moeten nemen.

Toch dienen we, zoals reeds is geïnsinueerd, ook hier op een gesublimeerde manier te nuanceren, willen we tenminste niet in eigen – hoe subtiel dan ook – doctrines vervallen.

Feit is dat tijd een product is van de geest, maar dat die geest niet persé de slaaf hoeft te zijn van de tijd. Wanneer dit toch het geval is; hebben we meestal het uitzichtloze bevrijdingsbeeld gecreëerd waardoor de meeste onder ons zich zelfs geen moeite getroosten om de nodige energie samen te bundelen om de Ware Bevrijding van het hier en nu moment bewust te Zijn.

Daarom klinkt het als hemelse muziek in de oren wanneer bepaalde verlichte zielen zoals m'n Guru en diens Guru getuigden van het feit dat elke moment de juiste moment kan zijn om de ommekeer te maken naar het Wezen van het Zelf.

Deze getuigenis van hen gaf me een diep vertrouwen waardoor het me de kracht gaf de beoefening steeds meer en dieper te intensifiëren. Ja, zelfs de nodige spirituele koppigheid, getransformeerd in Tapas, nam het over van de twijfelende onzekerheid.

Dus zo zie je maar, hoe men zelfs duizenden levens van evolutie kan doorleven in één enkel leven, en zelfs in een paar ogenblikken van bestaan.

Toch mogen we hier niet vervallen in simplificaties, alsof we geen of weinige inspanning hoeven te leveren om het doel te bereiken. Nee, het vraagt een voortdurende discipline van de hoogste orde. Deze 'discipline' waarin het woordje 'discipel' is vervat, is niets meer maar ook niets minder dan een Ethische Ongeschreven Wetmatigheid die uitgaat van het Dharmische Besturingsprogramma, waarover later meer wordt uitgediept in het hoofdstuk "Karma en Dharma".

Leeft men in harmonie met deze ongeschreven wetmatigheid, dan zit men op het juiste spoor. Druist men ertegen in dan doet men zichzelf, maar ook vaak de anderen, onnodig veel pijn. Deze pijn zal misschien niet altijd op het uiterlijke vlak zichtbaar zijn, doch, voelen doet men ze in de stille momenten van eenzaamheid. Ze is het equivalent voor de fundamentele onwetendheid, waardoor de lijdende mens, hoewel hij denkt dat hij gelukkig is, door de sterke stroom van z'n egovereenzeleviging, zijn zelf laat leiden naar het lijden.

Hij/zij heeft zichzelf opgesloten en spijtig genoeg ook de sleutel weggegooid.

Deze Universele Sleutel die ons tot bevrijding brengt, die het slot van de onwetendheid ontsluit, staat synoniem voor de toepassing van Yama en Niyama.

Deze Yamas en Niyamas, die de basis of het fundament vormen voor een verantwoorde yogapraktijk, blijven een onmisbaar richtsnoer op de af te leggen weg. Persoonlijk kan ik er trouwens niet bij, dat er bep. Yogaverenigingen bestaan die zelfs nog geen blijk geven van hun bestaan, laat staan om er over te spreken.

Wat ook een grote misvatting is t.o.v. de beoefening van Yama en Niyama is; dat men denkt dat deze alleen van toepassing is in de beginfase van de Yogabeoefening. Als deze denkwijze dan nog eens kracht wordt bijgezet door een niet ervaren yogaleraar, bevindt men zich op een zeer gevaarlijk punt. Het punt waar het ego wordt opgeblazen en zichzelf uiteindelijk de vernieling in brengt.

Wat evenzo in ogenschouw dient genomen te worden is dat deze belangrijke treden niet mogen vervallen tot "fundamentalisme", wat in al z'n onderdelen het gevolg is van; "gebrek aan Inzicht".

Waar het echter wel om gaat is van deze Ongeschreven Wet, vervat in Yama en Niyama, steeds te sublimeren tot men ze in iedere cel, in elke denkpuls, als een soort van levensdirigent leert ontmoeten. Door z'n wondere pracht van ritme en klank leert men er zich aan over te geven. Want het is pas wanneer we zijn afgestemd op het ENE levensritme, dat we in alle rust en harmonie de vele levensomstandigheden hun juiste plaats kunnen geven in het GEHEEL als 'mens', maar ook in het GEHEEL als 'heelal'.

Deze Universele Yama en Niyama kunnen als volgt vertaald worden:

Yama = Het zich onthouden van bepaalde ondeugden t.o.v. de buitenwereld (maar wat is in 'Godsnaam' binnen of buiten?), van: geweld of ahimsa, liegen of satyam, stelen of asteya, het nastreven van zintuiglijke genoegens of brahmācārya en verzameldrang of aparigraha.

Niyama = Het zich houden aan innerlijke voorschriften die zich ook op een spontane manier zullen laten gelden in de uiterlijke handelingen of activiteiten.

Deze zijn:

Zuiverheid of sausa, tevredenheid of saṁtoṣha, zelfdiscipline of tapas, zelfstudie of svādhyāya en zelfovergave aan het onnoembare of īśvara praṇidhāna.

Daar verschillende auteurs deze Yama's en Niyama's durven te vertalen als 'geboden en verboden', is dit hier niet aan de orde. In Yoga gebied of

verbiedt men nooit iets. Heb je wel dat gevoel?... Verander dan van ingesteldheid of van leraar.

Vermits deze laatste – terecht of onterecht – vaak de schuld krijgt, moet men eerst de stem leren ontmoeten van de Innerlijke Leraar (Satguru). Deze vertolkt zichzelf door Yama en Niyama.

Waar men vooral zichzelf rekeningsschap moet van geven is het feit dat al de Yama's en Niyama's een onderdeel van Prakṛti zijn, en dus ook beantwoorden aan de tri gunische wetmatigheid.

Daar deze Wet zichzelf vertakt in oneindige variatie's, dus ook op het vlak van zijn beoefening, dient men bewust te zijn van z'n drie belangrijke belevingsniveau's, m.n. het mentale, het verbale en het fysieke niveau. Het is pas door deze drie niveau's te betrekken in de beoefening, dat zowel het 'sthūla gebied' (grofstoffelijk lichaam), als het 'sūkṣhma gebied' (fijnstoffelijk lichaam, denken, willen en voelen), maar vooral het 'kāraṇa gebied' (causale lichaam, waarin de vele indrukken worden opgeslagen) worden gelouterd.

We moeten dus met andere woorden; "het juiste karakter leren aankweken". Dit is niet alleen bevorderlijk voor de beoefening van Yoga, maar ook voor de juiste omgang met jezelf en je medemens. Dit weerlegt dan weer op zijn beurt het foutieve eigenbeeld van bepaalde mensen die menen dat hun karakter niet te veranderen is. Ze zeggen dan vaak: "ge moet me maar nemen zoals ik ben"!of, "ik ben nu eenmaal zo"!... Meestal heeft dit niets te maken met; "niet kunnen", maar met "niet willen" veranderen.

Deze wil tot verandering is als je't mij vraagt, een intelligente aanpak waardoor dan pas de vereenzelviging met het ego stelselmatig kan worden afgebroken, wat een voorwaarde is om te komen tot Zelf-ontwikkeling.

Nog een ander belangrijk gegeven is; de vaststelling van de wederzijdse in elkaar vloeiende beweging van deze tien. Ze spelen als het ware in op elkaar als een symfonisch samenspel. Deze samenvloeiing moet constant voelbaar aanwezig zijn in het hart van de yogi. Dit wil zeggen; wanneer men één Yama of Niyama beoefent, moeten de negen anderen er automatisch in verweven zitten. Dit kan men vergelijken met een uitgespreide, gestreken zakdoek. Wanneer je deze in het middelste gedeelte vast neemt tussen duim en wijsvinger, zal men vaststellen dat hij in al z'n onderdelen wordt beroert.

Dit beeld kan ons helpen voorkomen dat we vervallen in illusionaire doctrines. Het is een soort van maatstaf die ons vertelt dat we op een juiste of onjuiste wijze bezig zijn met het proces van zelfontwikkeling.

Ahimsa: geweldloosheid.

A = ontkenning.

Hirṣa = geweld.

De opvatting van deze kan de oningewijde wel eens voor het dilemma plaatsen waardoor hij/zij niet meer weet hoe op de voorgeschreven manier te denken en te handelen. Omdat hij het spirituele Pad vaak naar de uiterlijke normen gaat evalueren ontstaat wel eens de zogenaamde 'spirituele knoop'.

Deze moet ontrafeld worden door de helende tijd die bezield wordt door een juiste geesteshouding.

Deze geweldloosheid die tot uitdrukking komt in respect voor alles wat ademt en leeft, draagt een ongelooflijke kracht in zich die onderdrukkingen van allerlei soort laten weg smelten als sneeuw voor de zon.

Diegenen die hieraan twifelen denken maar eens terug aan het leven van Mahatma Ghandi, die de bezetting van India door de Britten, op een efficiënte wijze bestreed, zonder te strijden. Zijn ware wapen was "Inzicht en onderscheidingsvermogen" dat zich had uitgekristalliseerd in Ahimsa.

Wanneer ik zeg: respect voor alles wat ademt en leeft, heeft dit uiteraard ook z'n weerslag op het eigen lichaam.

Niet dat het lichaam moet verheven worden in een soort van dwaas idealisme, nee het moet z'n realistische plaats worden toebedeeld door zijn Bestuurder. Want wanneer deze geen zorg draagt voor zijn voertuig (lichaam) geeft hij zich reeds over aan een eerste daad van 'geweld'.

Vooraleer men kan beginnen met het beoefenen van Ahimsa moet men een nuchtere kijk hebben op het begrip "geweld". Maar sterker nog; op het feit wat de oorzaak hiervan is.

We kunnen stellen dat, aangezien we allemaal geboren worden in een lichaam, leven in een toestand van onwetendheid of avidyā – buiten er de enkele uitzonderingen van yogi's op na te houden die zijn verwerkelijk in dit of vorige levens.

Deze onwetendheid is in het bewustzijn werkzaam in verschillende gradaties. Doch, al deze ontspruiten uit de grond van foutieve identificatie met het ego. Juist door dit ego op een bewuste of onbewuste manier in het centrum te plaatsen van ons leven, ontstaat automatisch de constante verdediging ervan, wat zich vaak gaat uitdrukken in de vele vormen van geweld.

Doordat het onderscheidingsvermogen (Buddhi) niet meer is afgestemd op z'n Essentie, maar op de materie (Prakṛti), gaat het mentale lichaam (suksma sharīra) fungeren als een soort achterdochtige en wantrouwige motor die ons ganse gebied, van het oorzakelijke (karana) gebied tot aan het grofstoffelijke (stula) gebied aan de gang houdt. En niet te vergeten; dat

deze meestal afgestemd is - zoals de houding van het leger – op de aanvallende verdediging ter zelfbehoud.

Het hierboven vermelde zou ons het waakzame oog moeten verschaffen dat het denken, willen en voelen moet gesublimeerd worden naar z'n juiste richting. Vandaar dat vooral vanuit dit niveau (suksma), het geweldloosheidprincipe moet toegepast worden.

Wanneer het samengebundelde denkpatroon, de basis van de karaktervorming, wordt gelouterd door de kracht van Ahimsa, krijgt de mens een soort van aangename aantrekkingskracht toebedeeld die zelfs ook voelbaar wordt door z'n omgeving.

Doordat het geweld, dat meestal geleid wordt door fundamentele onwetendheid, meestal op zijn beurt de drager is van vele angsten en spanningen, vraagt het een serieuze disciplinaire actie om deze te laten oplossen in het niets.

De kunst van het beoefenen van Ahimsa is daarom allereerst: "het geweld ontdekken in al de uithoeken van de geest. Zo kan men b.v. tot de ontnuchtering komen dat afgunst en jaloezie vaak aan de basis liggen van jezelf niet goed te voelen in je eigen vel. Of, van de bewuste vaststelling van je innerlijke agressie die je tegen over iemand voelt, waardoor jij je bloeddruk laat stijgen, je hartslag op hol laat slaan, en daardoor roofoverval pleegt op lichaam en geest.

Daar wij voortdurend gebombardeerd worden door allerlei zintuiglijke indrukken van de buitenwereld, maar ook door de eigen denkcreaties, kunnen we, omdat er een voortdurende identificatie werkzaam is met de Vṛttis, nooit een echte Pure geweldloze toestand ervaren in het dagelijkse waakbewustzijn. Daarvan liggen uiteindelijk ook de vele vāsanā's (potentiële begeerten) en saṃskāra's (indruk, gemaakt op en bewaard in het causale lichaam), die zijn ingezaaid in de 'karmāśaya' (reservoir van karma's), mee aan de basis. Daaruit voortvloeiend wordt dan op zijn beurt de geest en het ademritme beroerd wat spanningen zal teweeg brengen in lichaam en geest.

Hieruit afleidend zou men kunnen begrijpen dat de functie van een lichamelijke geboorte een noodzakelijke factor is om het geweld te kunnen transformeren in z'n tegenpool (Ahimsa). Want ja: op lichamen vlak zelfs staan we voortdurend onder (een soort van) spanning dat alleen nog maar door het bewegingsritme van de adem wordt teweeg gebracht, om nog maar te zwijgen over de hartslag, de peristaltische bewegingen van de spijsverteringsorganen enz. die er het onmiskenbare gevolg van zijn. Vandaar dat in yogalessen zoveel aandacht wordt besteed aan de noodzakelijke waarde van de adem, zijn nauwe samenwerking met de geest, en de juiste oefeningen om deze twee te leren beheersen. Tot men bewust wordt van het mystieke zelf waaruit de adem ontstaat; DE

ADEMLOZE ADEM. Deze is onbeweeglijk maar zet tegelijk alles in beweging.

Per definitie mag men zelfs stellen dat gans de schepping – waar ook ik (ego) een onderdeel van ben – is doordrongen van “geweld-dadig-heid. Ook de prachtige natuur, die door velen wordt geprezen, lijkt niet meer zo prachtig wanneer je b.v. een dertigtal centimeter boven het grastapijt, de oorlog vaststelt van de vele insecten. Of van de hongerige leeuw die het weerloze hertenjong in het nauw drijft en open rijt.

Iedere daad in het universum is – door z’n activiteit - doordrongen van potentieel geweld. Dit lijkt op een uitzichtloze toestand, wat het helemaal niet is.

We hoeven niet – we kunnen zelfs niet – de uiterlijke activiteit te veranderen, doch, wel de innerlijke m.n. “De Ingesteldheid”. Zo kan b.v. een soldaat, wanneer deze moet vechten en doden, - mits hij gegrondvest is in “Ware Geweldloosheid” - toch in het reine blijven met z’n diepere zielentoestand, juist omdat hij heeft gehandeld in overeenstemming met z’n eigen plicht die op een spirituele manier verbonden is met het Wezen der dingen.

Het is pas wanneer deze innerlijke plicht losgekoppeld wordt van de eigenliefde (ego), men rijp is geworden voor echte Ahimsa of “het karmaloze handelen. Hiervan zegt de grootmeester in budho: *“je moet leren vechten zonder te vechten.*

Maar omdat de meeste onder ons zich niet bewust zijn van de vele complexe vormen van geweld die bezit nemen van onze geest, is het van fundamenteel belang ook de les te trekken uit de gewelddadige taferelen die zich manifesteren in het strijdtoneel van ons dagelijks leven. Wanneer we ook deze op een relativerende manier leren benaderen, komt men al spoedig tot inzicht dat ook wij mee aan de basis liggen van het geweld in deze wereld, en dat het absurd is van met het wijsvingertje te wijzen naar de zogenaamde schuldige(n). Terwijl je dit doet; kijk eens hoeveel vingers er naar jou zelf wijzen.

Het hoeft hier verder geen betoog dat alle fysieke vormen van geweld, de verbale meegerekend, een uitdrukking zijn van disharmonische instellingen en gedachten.

Zoals we zijn spreken we, en zoals we spreken handelen we.

Deze handeling kan dus enerzijds opbouwend werken, of anderzijds afbrekend werken. Denk hier aan het feit van de kracht van trilling die vaak geuit wordt op een verbale manier, en daardoor verstrekkende gevolgen met zich mee kan brengen. In het Mahabharata staat geschreven:

*Een wond die is veroorzaakt door een pijl of bijl
geneest snel, maar een wond die is veroorzaakt
door gewelddadig spreken, geneest heel langzaam.*

Het is daarop goed van **eerst** selectief met je gedachten en woorden om te gaan alvorens ze weg te slingeren in de ruimte. Want zoals we in het hoofdstuk 'karma' zullen zien worden deze altijd onder het juk van het gezaghebbende 'boemerangeffect' terug geleid naar dat waaruit ze zijn ontstaan.

De moraal van Ahimsa is:

- * respect te hebben voor het ENE LEVEN dat zich uitdrukt in z'n oneindige variaties. Weet dat al deze creaties evolutieproducten zijn van en naar het ENE.

- * Dat dit ENE zichzelf herkent in het culminatiepunt van de schepping, in "de MENS". En dat deze MENS, de koning der schepping, niet dient te fungeren als een (onmenselijke) dispuut die wordt geleid door onwetendheid, maar als respectvolle dienaar en discipel van het ENE.

Satyam of Waarheidsliefde:

Liefde is het symbool voor de neutrale Kracht van Bewustzijn die alles laat ontstaan, bestaan en vergaan. Wonderbaarlijk is het om vast te stellen hoe alles wat bestaat op een wetenschappelijke manier te herleiden is tot 'energie' in z'n verscheidenheid van moleculen en atomen met daarin hun aanwezige onderdelen die op een intelligente wijze bestuurt blijken te worden door een geconditioneerd bewustzijn. Maar nog wonderbaarder is het van in de diepte van de stilte door te dringen en dit geconditioneerde bewustzijn te laten versmelten met z'n BRON van waaruit het is ontstaan. Hier zijn geen woorden voor die zulke ervaring of gewaarwording kunnen uitdrukken, maar voor mij is dit de enige definitie van LIEFDE.

Sat, betekend: "ZIJN".

Omdat vanuit de puurheid van dit ZIJN alles is ontstaan, heeft dit tot gevolg dat op het huidige moment alles wat bestaat, doordrongen is van deze Waarheid.

Toch is alles wat we waarnemen met de zintuigen en hun verlengstukken, onderhevig aan een fundamentele leugen. En dit door ten eerste: de voortdurende verandering (trillingen) van de objecten der zinnen, en ten tweede: door de beperkingen van deze zintuigen zelf.

Daar alles bestaat uit energetische atoomkernen – zoals reeds eerder vermeld werd in een vorig hoofdstuk – maar dat ook de tuigen waardoor wij deze indrukken opdoen, beperkt zijn aan hun eigen mogelijkheden van waarnemen waardoor er ook een eigen geconditioneerd bewustzijn wordt geschapen, moet men zich de vraag stellen: wat is echt? Is de boom, het paard en het huis werkelijk zoals het er voor mij uitziet? Hoe zou de wereld eruit zien indien we deze b.v. door de facetogen van een vlieg zouden kunnen waarnemen? Deze en nog meer vragen kunnen zowel vanuit een

wetenschappelijk niveau of vanuit het simpele boerenverstand, de drang naar de daaraan ten grondslag liggende WAARHEID laten ontkiemen. Het is vanuit het bewustzijn van DEZE dat Jezus zei: "IK BEN DE WAARHEID", en waarop de farizeeërs reageerden met holle woorden; hij is de waarheid. Hier moet men zich durven afvragen in hoeverre ook wij niet de weg zijn opgegaan van deze farizeïsche schriftgeleerden, met hun, door onwetendheid intellectuele, egocentrische Godsbegrippen.

Daar deze WAARHEID als pure subjectiviteit ervaren wordt, en voortdurend – vanuit alle tijden – bejubeld wordt, klinken ook de woorden van Kṛṣṇa als muziek in de oren wanneer ook hij getuigt: IK LEEF IN HET HART VAN IEDERE BESTAANSVORM. In het evangelie van de Buddha lezen we:

Zalig is hij, die tot belichaming der waarheid geworden is, want hij heeft zijn doel vervuld en is zelf één geworden met de waarheid. Hij overwint, ofschoon hij gewond moge zijn; hij is heerlijk en gelukkig, , ofschoon hij smart lijken moge; hij is sterk, ofschoon hij bezwijken moge onder de last van zijn werk; hij is onsterfelijk, schoon hij sterven moge. Het wezen van zijn ziel is onsterfelijkheid.

Zalig is hij, die de heilige Buddha-toestand bereikt heeft, want hij is bekwaam de verlossing van zijn medeschepselen te bewerken. De waarheid heeft haar woning in hem gemaakt. Volmaakte wijsheid verlicht zijn verstand, en gerechtigheid is de bedoeling van al zijn daden.

De waarheid is een levende macht ten goede, onverwoestbaar en onoverwinlijk!

Werkt de waarheid uit in uw geest, en verkondigt haar onder de mensheid, want de waarheid alleen is de verlosser van zonde en ellende . De Waarheid is buddha, en Buddha is de Waarheid.

Gezegend zij Buddha!

Wat naar mijn mening, veruit het belangrijkste is qua het hanteren van de beoefening van Yama en Niyama, maar vooral van Satyam is: dat we de vele dogma's en doctrine's moeten kunnen laten verteren in het vuur van echte Waarheidsliefde (premaiva satyam). We mogen niet vergeten dat elke Godsdienst is ontstaan vanuit de ENE WAARHEID. Juist om het feit dat daar niets buiten kan maar daar ook niets in kan. Dit uiteraard, impliceert het feit dat de zogenaamde "leugen" ook doordrongen is van Waarheid.

Toch is de waardevolle oprechtheid, zowel tegenover jezelf als tegenover de anderen een niet te laken voorwaarde om het stil en rustig te kunnen maken in het rumoer van de eigen geest. Trouwens, roept liegen geen spanning op? Eén leugen zelfs; kan een scala van spanningen met zich mee brengen. Ten eerste: doordat hij/zij zich anders moet voordoen dan hij/zij is. En ten tweede: doordat op de onwaarachtige woorden of daden altijd weer een passend verhaal moet geborduurd worden.

Wanneer we dus stellen dat zowel de relatieve waarheid, alsook de leugen die tot diezelfde klasse behoort, doordrongen zijn van de WAARHEID, moet men inderdaad het Goddelijke onderscheid leren betrachten tussen deze twee waarheden m.n. de vergankelijke en de Onvergankelijke.

Toch mag men niet de fout maken van deze relatieve waarheid te minachten. Daar ook zij haar rol moet spelen in het tri gunische spel van de leela māyā, maakt de bewuste entiteit (yogi) hiervan stellig gebruik.

Langs de andere kant is het ook feit dat het evolutieniveau waar men zich bevindt, het waarheidsbeeld bepaalt van zijn wereld waarin hij/zij leeft.

Op dit vlak kan men dus maar “zijn” waar en wat men is. Maar omdat het te prijzen is, voortdurend het goede te betrachten in dit leven, waardoor het Sattva principe wordt gestimuleerd, vangt de weg van Satya aan, in het bewust “uitzuiveren van de relatieve waarheid waaruit men leeft. Deze werkt als een soort van vitamine die weerstand biedt tegen zowel lichamelijke als geestelijke spanningen, veroorzaakt door leugens van allerlei aard.

Want omdat ook de egocentrische leugen het gevolg is van angst die op zijn beurt is ontsproten uit fundamentele onwetendheid, is het spreekwoord ontstaan: “men kan gans de wereld bedotten maar nooit zichzelf”. Dit zelf-bedot kan men waarschijnlijk een lange tijd volhouden, doch, vroeg of laat wordt men er het slachtoffer van.

Satya maakt ons bewust van de fijnere finesses van het liegen, ook van de in vraag stelling van de zogenaamde leugentjes om best wil. Ze dwingt de sādha tot onderzoek van het innerlijke leven. Feit is dat wanneer men zichzelf kent, daardoor ook de andere kent en z'n plaats kan geven. Het bewustzijn verruimd zichzelf waardoor er meer in kan. Alles krijgt daardoor z'n juiste plaats toebedeeld. Het andere lost dan op in het Waarachtige van het Zelf of “SAT”.

- Fragment uit een inspirerende film;

een man begeert de vrouw van z'n vriend, met als gevolg dat hij er de dolverliefde maar ook jaloerse minnaar van wordt.

De desbetreffende vrouw die ook dolverliefd is op haar minnaar, maar op een zachte manier gemanipuleerd wordt door hem om haar man te verlaten bevindt zich in een hachelijke situatie.

Op zekere dag wanneer bij bomalarm (het verhaal speelt zich af in de tweede wereldoorlog) voor de zoveelste keer het liefdesritueel zich voltrekt en een bom dichtbij inslaat - waardoor de man van het eerste verdiep naar beneden valt en de vrouw wonder bij wonder geen enkel kwetsuur overhoudt - merkt zij het roerloze lichaam op van haar geliefde. Terwijl zij hem in haar armen neemt ontstaat in al haar onmacht een gesprek met GOD. Ze zegt; God, ik geloof niet dat je bestaat, maar als je bestaat; laat

hem dan leven. 'Ik beloof je dat ik zelfs m'n liefde voor hem zal opgeven' . Enige momenten daarna – intussen is de vrouw al terug naar boven naar de kamer gegaan - komt hij terug bij de levenden, hij stompelt de trap op waar hij z'n geliefde aantreft geknield naast haar bed (in volledige aanbidding). Hij maakt zich druk in het feit dat zij niet bij hem zit om hulp te verlenen. ... Na een kort gesprek verlaat de vrouw haar geliefde waarop hij antwoordt: "hou je dan niet van mij?" waarop zij antwoordt: "Ik kan van jou houden zonder je te zien... zoals er ook mensen bestaan die kunnen houden van God zonder hem ooit gezien te hebben. Waarop hij antwoordt: "Dit is niet mijn soort liefde". Waarop zij antwoordt met een wedervraag: Is deze LIEFDE misschien niet de enige die bestaat?

-Mahatma Ghandi zegt:

liefde is WAARHEID en waarheid LIEFDE.

De moraal van 'Satya':

*Wanneer gedachten uitgaan naar WAARHEID maakt men zich klaar om het pad van yoga te betreden.

*Weet; dat je geboren wordt in Waarheid, dat je bestaat in Waarheid en dat je zal sterven in Waarheid.

Astea of niet stelen:

Stelen is een activiteit die er voor zorgt dat we ons bepaalde dingen gaan toe eigenen – in gedachte, woord of daad – die ons niet rechtmatig toebehoren. Hiervan moet men uiteraard weer de juiste interpretatie hanteren t.o.v. recht en onrecht. Hoe komt het dat bepaalde mensen b.v. het onrechtvaardig vinden dat zij geen tweede huis of tweede auto kunnen bijkopen, terwijl anderen zichzelf de koning te rijk kunnen voelen met het minste dat het leven hen toebedeeld? Of hoe komt het dat sommigen, wanneer ze met de vinger gewezen worden, zichzelf gekwetst voelen waardoor men deze gevoelens, die uiteraard gericht worden naar het ego, gaan inkleuren als onrecht?

Het echte onrecht dat we onszelf aandoen door de misvatting van te denken dat we iets zijn of iets bezitten maakt ons zeer kwetsbaar in de vele levensomstandigheden. Ook versterkt deze tegelijkertijd de vereenzelviging met het ego van waaruit dit 'willen hebben' of 'willen bezitten' voortdurend voeding krijgt . Dus ook hier speelt de kiem van onwetendheid (avidyā) weer een zeer belangrijke rol.

Feit is, dat door te stelen, je spirituele geest steeds armer wordt gemaakt, en dit omdat men ten eerste; de Universele rijkdom niet meer erkent en

herkent in het eigen Hart. De geest wordt op die manier gevuld met zoveel ballast, waardoor de mens zichzelf constant bezet en te kort gedaan voelt.

Omdat er zoveel graduaties zijn van “stelen”, is het niet slecht van ook hier weer het onderscheid te maken in z’n drie belevingsniveaus.

Door de uiterlijke toepassing van stelen in de praktijk te brengen stelt men vast, dat deze altijd te maken heeft met spanning in de geest (de angst om gevat te worden). Trouwens, de maatschappelijke straffen die worden aangerekend door deze te mijden handeling, is in wezen niets anders dan een uitkristallisatie van een innerlijke karmische wetmatigheid. ... Met andere woorden: wanneer men het uiterlijke gerecht kan omzeilen zal toch vroeg of laat het innerlijke vonnis – op welke wijze dan ook – plaatsvinden als gevolg van de egocentrische handelingen. Toch moeten we er ons voor hoeden dat ook hier weer niet de fout gemaakt mag worden van te vervallen in een vastgeroest denksysteem. Want hoe zit het dan met de huisvader, die met z’n gezin leeft in een land van oorlog en voor z’n kinderen, wegens hongersnood, dat gene gaat nemen wat nodig is om in leven te blijven?

Of voor de ambachtelijke leerling die met z’n ogen de knepen van z’n vak dient te stelen met zijn ogen en andere zintuigen?

Een andere factor waar rekening mee gehouden dient te worden is; de wet van Karma.

Aangezien deze wet van oorzaak en gevolg zo onoverzichtelijk is voor het beperkte verstand, dient hier, gecombineerd met de stille inzichtelijke meditatie ervaring, een bepaalde graad van Vertrouwen aangewend te worden. Op deze manier kan men langzaam maar zeker – maar ook in een flits van verlichting – tot het besef komen dat de huidige levenstoestand waarin men is terecht gekomen, een kristallisatie is van het eigen verleden. Maar vooral van het feit dat dit eigen zelf (geconditioneerde bewustzijn) door de schijnbare toevalligheden van karma, gestuurd werd (en wordt) door de ‘Alomtegenwoordige Natuur’ (Brachman, Param Atman, Siva enz.)

We moeten er op leren vertrouwen dat er een “rechtvaardig principe” van oorzaak en gevolg is ingebouwd in gans de schepping.

Is het misschien mede vanuit dit standpunt dat de doorsnee Indiër kan berusten in z’n eigen levenslot, en dit kan aanvaarden zoals het is? ... En wij – meestal – maar oordelen door hen als een soort van fatalisten af te schilderen.

Zijn wij het niet die fataal reageren op ons leven – alsof het lichaam dat we het onze noemen, verworpen tot eigen-dom – door te denken dat wij geboren worden om te sterven?

De Oosterling kan tenminste deze vergankelijke levenssituatie zien en plaatsen als een belangrijk schakelstukje in een groter Geheel. ... Wie is hier dan de fatalist?

Vanuit het yogastandpunt bekeken; *hebben wij niets, maar Zijn wij alles*. ... Het is pas wanneer deze zin de inhoudelijke vruchten van vertrouwen en Inzicht gaat oogsten, dat zowel in het verstand als in het hart, alles wat je nodig hebt om te komen tot zelf-ontwikkeling, op een spontane manier naar je toe zal komen.

Door zich open te stellen naar het Wezen der dingen zullen alle rijkdommen die men nodig heeft, om tot een verinnerlijking te kunnen komen - en dat is daarom niet altijd wat het ego graag zou hebben - naar hem/haar toe komen. De prikkel tot stelen komt dan niet meer op in die mens.

Astea, maar ook de andere Yamas en Niyamas zijn daarom een spontaan gevolg van het spirituele spanningsveld dat is ontstaan tussen Īśvara Praṇidhāna of overgave aan het Absolute, en Ahimsa of geweldloosheid.

Ik denk dat hier vooralsnog gewaarschuwd dient te worden voor het subtiele zelfbedot dat achter het hoekje komt kijken telkens wanneer het ego z'n kopje blijft opsteken.

Zo kan men b.v. via het denkende verlangen, door het plegen van plagiaat, wijsheid, onder de vorm van 'spreken' ten berde brengen, alsof deze van eigen makelij was. Dit is als je't mij vraagt, door de waanvoorstelling dat Wijsheid een bezit zou kunnen zijn, een gevaarlijke instelling die uiteindelijk zal uitmonden in eigendestructie. Mogen we dan geen citaten meer aanhalen van bepaalde heiligen en wijzen...? Natuurlijk wel, doch je zou nooit het gevoel mogen hebben: "ik heb dat zelf gecreëerd" of: "deze wijze uiteenzetting is van mij".

Er is inderdaad; "niets nieuws onder de Zon". Trouwens, alle heiligen en wijzen vanuit het verleden (maar ook vanuit het heden), vertelden niets nieuws. Niettegenstaande dat, werd datgene wat ze vertelden met hun aloude bekende woorden, toch als vernieuwend ervaren bij hun toehoorders – wanneer er tenminste een open geest was of is.

Vandaar dat bij een yogaleraar – die steeds moet bewust blijven van het leerlingschap – wijsheid als iets Universeels aanwezig moet zijn, nooit als iets persoonlijks.

In wezen kan men niets stelen. Eenvoudig, omdat niets van u is. Dit zou men, vanuit een Inzichtelijke bewustzijnstoestand, ook kunnen omdraaien door te zeggen: "alles is van MIJ".

Zonder iets zijn we op deze aarde gekomen, zonder iets zullen we haar ook verlaten.

Het is pas wanneer we terug op het Leven durven te vertrouwen, op onze Kosmische Moeder, die haar kinderen geeft wat ze nodig hebben, dat stelen

in denken, spreken en handelen zal omgebogen worden naar “delen”, zodat het vele herleidt zal worden tot het **ENE**.

De moraal:

*Men moet een onderscheid leren maken tussen de noden van het lichaam (elementaire behoeften om in leven te blijven) en de zinnelijke verslavingen van de geest.

*Wanneer de mens zich arm waant gaat hij dit gevoel onbewust zo sterk cultiveren dat hij vaak niet beseft dat hij – zelfs voor de uiterlijke vorm van stelen – zich overgeeft aan de dorstige dief die ten allen tijden belust is naar bezitsgenot.

Stelen vanuit dit genot maakt ons innerlijk armer, zo sterk zelfs dat we ons nooit meer ‘voldaan’ kunnen voelen.

BRAHMĀCĀRYA OF CONTROLE OVER DE ZINTUIGEN:

Het woord Brahmācārya bestaat uit twee belangrijke woorden:

Brahman: God, het Alomvattende, en ācārya: de juiste houding of ingesteldheid. Het betekent daarom: ‘een gedrag dat iemand nader tot God brengt’.

Omdat er zoveel vertalingen en interpretaties bestaan over deze Niyama – waarschijnlijk omdat uiteindelijk alles doordrongen is van Brahman en daardoor alles kan gebruikt, maar ook misbruikt worden, om Deze bewust te worden - wordt deze (onthouding) ook wel eens geciteerd als de delicaatste van het rijtje. ... Maar vooral om het feit dat de meeste nadruk gelegd wordt op het “leven in celibaat”. Misschien is het daarom niet slecht om bij dit gegeven eventjes stil te blijven staan. – daar menig huwelijk, ook dat van de yogi, daardoor gestrand is.

Wat ik hier zou willen naar voor brengen is de pro en de contra t.o.v. het leven in celibaat.

Wat men niet kan weerleggen is dat in vele religie’s de klem-toon gelegd wordt op dit leven in celibaat doch, op een verkeerde wijze geassocieerd wordt met Universele Kuisheid.

En dit terwijl seksuele energie, samen met de overlevingsdrang, de grootste kracht in ons, op een natuurlijke manier gekanaliseerd zou moeten worden. Deze juiste kanalisatie brengt terug het spontane evenwicht tussen lichaam en geest teweeg. Dit is vooral goed zichtbaar in het planten en dierenrijk, maar spijtig genoeg; niet in het mens-dom.

Wat we heden ten dage vast stellen in onze maatschappij wat betreft seksuele losbandigheid, is het ook hier een spontane wetmatigheid van de Natuur die op een selectieve manier gaat uitzuiveren door Haar bepaalde virussen uit te strooien over de mensheid. Zij gaat op HAAR niveau een

bepaald evenwicht creëren dat meestal niet vatbaar is voor het beperkte verstand.

We moeten ons daarom de vraag durven stellen: hoe komt het dat deze tijd, deze maatschappij, zo behept en gericht is naar het zinnelijke genot – in al z'n vormen ... ?

Zoals in alles de hoogtes en de laagtes van de tri guna's werkzaam zijn, zo is dit niet anders het geval met de geesteshouding t.o.v. elk nastreven van zinnelijk genot, maar vooral t.o.v. de seksualiteit.

Nog niet zo lang geleden werd deze seksualiteit als een taboe onderkent. Er alleen nog maar over denken werd als negatief beschouwd, laat staan erover te spreken. Daar het gezag van de kerk, te samen met de tijden van hongersnood en oorlog hier hun grote intrede hebben gehad, stelt men heden ten dagen vast dat de losbandigheid als compensatie, ook niet het van het is om te komen tot geestelijke en lichamelijke harmonie.

Wanneer we alleen nog maar de reclame bekijken op de t.v. of langs de weg, bijna overal wordt het aangereikte product geassocieerd met de grootste kracht in de vorm van mooie (bijgewerkte) sexy modellen. Hierdoor wordt er bewust onrechtstreeks gemanipuleerd door de manipulerende geesteshouding der reclamemakers, waardoor de onbewuste (maar soms ook de bewuste) ziel zich laat verleiden tot verbeelding en fantasieën van allerlei aard. Deze laten de hormonen opspelen waarvan – in de meeste gevallen – het organisme de slaaf is geworden. Men krijgt bepaalde prikkelingen in lichaam en geest, maar vooral ongeveer één meter lager onder de ogen.

Het is dit onbewust meegenomen worden dat aan de basis ligt van een gewoonte vorming. Niet deze gewoonte is verkeerd, wel de gehechtheid er aan.

Dus niet de seksualiteit – de daad tot voortplanting, of het liefdevol genot dat kan plaats vinden tussen twee mensen – is verkeerdelijk.

Wat wel laakbaar is, is het slaafse volgelingschap van het genot. Dit laatstgenoemde moet men echter in z'n juiste context durven plaatsen daar we ons moeten behoeden om niet dezelfde weg op te gaan van de gefrustreerde kloosterling die op een dwangmatige wijze het celibaat wordt opgelegd waar hij of zij in de meeste gevallen niet rijp of klaar voor is. Is het daarom verwonderlijk dat velen van hen zich overgeven aan masturbatie, homofilie of zelfs pedofilie?

M.a.w. onze grootste Levenskracht moet in de juiste banen geleid worden. ... Dit kan met seks, of zonder seks. ...

Wanneer we vaststellen dat ook vandaag de dag in India nog zeer veel waarde en respect getoond wordt t.o.v. het leven in celibaat, zo sterk zelfs alsof deze een noodzakelijke voorwaarde is tot Zelfverwerkelijking, moet men ook nota nemen van de Natuurlijke feitelijkheid, dat de meeste

Zelfgerealiseerde Rsis vanuit het verleden een gezin en kinderen hadden. Waar zit hier dan de logica?

Echte logica wordt geboren vanuit het spontane INZICHT dat er niets zo puur is dan het bewandelen van de gulden middenweg. Deze behoedt er ons voor dat we niet leeglopen door onze eigen zinnelijke genoegens (van allerlei aard) achterna te hollen.

De seksuele daad is noch goed noch slecht. In bepaalde situaties kan ze verheffen, in andere zal ze verlagen. Ze is te vergelijken met een mes. Hiermee kan men enerzijds een mooi houtsnijwerkje maken maar anderzijds kan men er ook iemand mee verwonden of doden. De ingesteldheid (ācārya) fungeert hier ook als primerende factor.

Is het niet natuurlijk, en daarom essentieel, dat in een huwelijk de twee polen, man en vrouw – en klaarblijkelijk ook: man en man of vrouw en vrouw – zowel op het geestelijke als op het lichamelijke niveau tot een liefdesversmelting willen komen? Wanneer dan ook dit kan benadert worden als een weerspiegelende replica van het grote Kosmische paringsspel dat plaats vindt tussen de twee Oerpolen (śiva+śakti), kan ook deze daad verheffend inwerken op de verruiming van het bewustzijn. Natuurlijk wordt ook hier dan, naar het lichamelijke toe, allusie gemaakt op het verlies van energie (zaaduitstorting), wat ik niet zo direct zou willen weerleggen. Maar vermits de echte ombuiging altijd plaats vindt vanuit het fijnstoffelijke niveau m.n. vanuit het denken, willen en voelen zou het schrandere inzicht moeten overheersen dat er Energie in overvloed is om te komen tot Bevrijding.

Kabir zegt: *“ik moet lachen met de vis in het water die zegt: ik heb dorst”*.

Wanneer de geesteshouding (ācārya) gericht is naar het ABSOLUTE(Brahman) zal iedere liefdesdaad, mits ze op een essentiële manier wordt beleefd, - vanuit een toestand van “houden van”, wat niets te maken heeft met ‘vasthouden’, maar ook niet met ‘losbandigheid’ - een weg kunnen zijn naar Zelfrealisatie. Vandaar dat de weg van “tantra” enerzijds, als een zeer essentieel pad wordt aangeprezen. Maar anderzijds, daar ze vaak wordt aangeboden in de vorm van “platte seks”, als een gevaarlijk middel wordt gezien in de beoefening van “Echte Spiritualiteit”.

Het echte celibaat is een innerlijke aangelegenheid, geen oplegging van buiten af. Zo wordt er wel eens gezegd in verband met de te sterke seksuele neigingen – want we kunnen niet miskennen dat een teveel aan seksuele activiteit ervoor zal zorgen dat we er vroeg of laat afgepeigerd bij zullen lopen - dat we wanneer we een mooie man of vrouw zien en daarbij de erotische fantasieën laten opkomen in lichaam en geest, we dan dit object van opwinding zouden moeten kunnen relativeren door

bijvoorbeeld de huid ervan weg te denken en de vleesmassa en de organen voor te stellen als 'viezige rottigheid'.

Maar omdat deze techniek te kort schiet waar het de realiteit betreft – want op die manier wordt alles in de natuur vies gemaakt door de gecorrumpeerde geest - kan het ook nog anders worden benaderd.

Waarom zouden we dit lichamelijke object niet kunnen aanvaarden als een uitdrukking van LEVEN en daardoor de seksuele gedachteprikkels laten verdrinken in zichzelf?

Vanuit eigen ervaring (want ook ik weet in grote lijnen wat de doorsnee man denkt wanneer hij een mooie vrouw ziet) heb ik mogen ondervinden dat deze laatste gewoonte een heel ander licht werpt op de zaak. Wanneer men door de meditatieve analyse tot het inzicht is gekomen dat het lichaam, bestaande uit z'n samenstellende delen, te herleiden is tot cellen, moleculen en atomen, en dat deze laatste doordrongen zijn van pure energie die gedirigeerd worden door een geconditioneerd bewustzijn dat op zijn beurt de uitdrukking is van een niet te vatten 'ZUIVER BEWUSTZIJN', kan het haast niet anders dat ook al de zintuiglijke indrukken – dus ook die waar het de seksualiteit betreft - een andere inhoud krijgen in de geest.

De moraal van Brahmacārya:

*De mens, wanneer deze Brahman gericht leeft, kan cellibatair leven terwijl hij al z'n huwelijksplichten vervult. Hij onderkent in zich het belangrijke onderscheid van: lichaam en Atman=Brahman.

*Wanneer hij, in samenspraak met z'n levenspartner, zich dan toch overgeeft aan deze lichamelijke behoefte, zal hij dit kunnen doen vanuit het Brahman en niet vanuit het ego.

*Trouwens, een Brahmacārya ziet 'alles in God' maar ook 'God in alles'. De activiteit van het nastreven van de zinnelijke genoegens worden dan op een spontane wijze omgebogen naar binnen toe. Ze vormen de brandstof (ojas) voor het voertuig (lichaam en geest) dat ons zal brengen tot bevrijding.

*Zijn of haar zintuigen worden dan werktuigen van het Leven.

Is het dan zo raar dat deze mens veel minder behoefte heeft tot de seksuele daad met z'n, tijdelijke hoogtepunt?

*Echte Brahmacārya geeft de mens de hoogste vorm van 'tijdsloze ZELF-BEVREDIGING'.

APARIGRAHA OF NIET VERZAMELEN:

Deze zou men terecht mogen associëren met vairāgia of onthechting.

De neiging tot verzameldrang is zo sterk ingeworteld in de geest, dat ze haast als een tweede menselijke natuur genoemd kan worden. Daar deze gewoontevorming - die zich vaak laat kennen in z'n veelvuldige vormen van gulzigheid - een afremmende neiging vertoont in het bewuste Ontwikkelingsproces, dient zij overwonnen te worden door de "Innerlijke stem van Wijsheid", vertolkt door het Yogaproces in al z'n onderdelen.

Feit is dat in al de wereldreligies veel belang gehecht wordt aan het principe van 'onthechting'. Maar dat ook juist daardoor zovele misvattingen en doctrines in het leven zijn geroepen wat betreft z'n werkelijke betekenis.

Wanneer men zich oefent in Aparigraha, wil dit dan zeggen dat al het materiele bezit moet worden weggegeven!? Neen, niet noodzakelijkerwijs. ... Toch kan - zoals ik bij bepaalde mensen en mezelf reeds heb mogen vaststellen - het afstand doen van bepaalde materiele zaken, door datgene te geven wat andere levensvormen nodig hebben, een zekere graad van gelukzaligheid laten ontkiemen voor zowel de gever als voor de ontvanger. Wanneer weliswaar dit geven niet op een spontane manier kan geschieden, vervuult men zich langzaam maar zeker met zelfbedrog door vertroebelde eigenliefde. Want is het niet zo dat we meestal met bepaalde verwachtingen t.o.v. deze schijnliefdadigheid staan? Dan horen we ons zelf maar al te vaak de uitdrukking denken of zeggen: ik heb de mensen al zoveel gegeven ... en wat krijg ik er voor terug?... stank voor dank!? Dit egostemmetje zou men moeten durven onderkennen tot in de diepte van het denken, willen en voelen.

Als yogaleraar getuig ook ik hier van het feit dat het zeer essentieel is van je constant op een innerlijke manier te ontdoen (onthechten) van je status als leraar die je ontvangen hebt van je leerlingen of van de opleidingsschool. Met andere woorden; het is niet zozeer de status die fout is, dan wel de waarde en de gehechtheid die het ego eraan toekent. Men wordt maar al te vaak - door zichzelf of de anderen - op het verhoogde geplaatst. Hiervan moet men ten allen tijde een innerlijke afstand kunnen nemen. Doe je dat niet, dan is er vroeg of laat geen communicatie meer met de groep, maar vooral ook niet meer met je-zelf.

In de bhagavad gītā lezen we het volgende:

Zij, die zonder hoogmoed en vrij van begoocheling (moha) zijn, die het euvel van gehechtheid hebben overwonnen, steeds in het Zelf verblijven, alle begeerte tot zwijgen hebben gebracht, bevrijd zijn van de paren van tegenstellingen, die men kent als vreugde en smart, gaan, bevrijd van waan tot de onvergankelijke, eeuwige staat.

In het beginstadium kan de kunstmatige of de uiterlijke vorm van onthechting een belangrijke aanvang betekenen voor de yogi. Maar hij/zij moet er terdege bewust van blijven dat hierin nooit de perfectie of het doel is gelegen. Zo kan b.v. iemand die al z'n bezittingen heeft weg gegeven, nog meer gehecht zijn aan z'n paar schoenen waarmee hij rond loopt dan de rijke miljardair met z'n immens fortuin.

Een andere fout die vaak gemaakt wordt in verband met deze spirituele onthechting is de vaste overtuiging dat men van alles op een afzonderlijke wijze dient afstand te nemen. Dit roept uiteraard een bijna uitzichtloze beoefening voor de geest. Stel je voor hoe lang het zou duren van jezelf object per object, te moeten onthechten. ... Naar alle waarschijnlijkheid brengt de enge interpretatie van deze; vroeg of laat vele problemen met zich mee zoals verdringen van allerlei soort waardoor psychische gedragstoornissen kunnen voortspruiten maar ook frustraties, schuldgevoelens enz. ...

Echte Aparigraha berust ten eerste op:
het belangrijke onderscheid tussen het Essentiële en het ego in ons.

En ten tweede:

het juist kunnen relativeren van de vergankelijke vereenzelviging met dit ego dat tot stand is gebracht vanuit de leela māya (het spel van de schepping).

Het is niet de mens die iets nodig heeft, wel z'n egobestendiging. Hier mag men weer niet de fout maken van het ego te verdringen of zoals het ook wel eens geformuleerd wordt; "het te doden". Er is, zoals reeds eerder gesteld, niets fout met het ego, wel met de vereenzelviging ermee, met de slaaf ervan te zijn.

Om dit laatstgenoemde kracht bij te zetten, hier de volgende anekdote.

Wanneer ik onlangs op de radio een interview beluisterde van Stef Bosch, waar hij in de bloemetjes werd gezet en hem de vraag gesteld werd wat hij allemaal met z'n trofeeën deed en waar hij hen bewaarde, antwoordde hij: "met deze doe ik helemaal niets, en waar ik ze bewaar? ... Op de zolder in m'n huis. Dit leidde tot onbegrip van de presentator en z'n publiek, waarop hij (Stef) vervolgde:

"als ik al deze trofeeën en gouden albums in huis zou etaleren zou ik steeds herinnerd worden aan wat ik reeds gepresteerd heb, ik houd me liever bezig met dat wat ik nog ga doen in de toekomst".

Deze anekdote is een mooi voorbeeld van het spontane loskoppelingproces met het ego dat steeds gestreeld wil worden. Zulke handelwijze van denken en doen dwingt eerbied en respect af, en hoewel ik niet weet in hoeverre deze nog egogetint zou kunnen zijn en dit voor mij

persoonlijk eigenlijk bijzaak is, vind ik deze toch een propere start om het beoefenen van Aparigraha aan te vangen.

Door het beperkte “ik-gevoel” waardoor een verslavende vereenzelviging tot stand komt, wil de mens zich zoveel mogelijk dingen gaan toe eigenen, zowel op het materiele als op het geestelijke niveau. Van hieruit zou men deze gedragswijze haast kunnen vertalen als een basisinstinct dat hoort bij de menselijke soort.

Toch zal men eens tot de ontnuchtering komen dat zowel het geestelijke als het materiele bezit veel tijd en energie in beslag neemt, waardoor er maar weinig overblijft om ‘DAT’ waar het echt om te doen is uit te diepen en te leren kennen m.n. de zoektocht naar de “Innerlijke Rijkdom”.

Echte welstand wordt naar mijns inzicht niet verkregen door uiterlijke zaken, maar ontstaat door het innerlijke levensinzicht dat is opgedaan in de diepte van de meditatie *ervaring*.

Zo kwam ik onlangs in aanmerking om het mooie weiland, naast m’n huis te kopen. De burens raadden me aan dit voorrecht niet uit handen te laten schieten. Ook andere vrienden hadden het over de toekomstige (schijn)voordelen van deze eigendom. Ogenblikkelijk realiseerde ik me de inhoud van het woordje ‘eigen-dom’. Waarop ik hen antwoordde: “waarom zou ik dit land kopen?” ... Het is al van mij, want m’n vrouw en ik kunnen er vanuit onze bewustzijnsblik elk moment van de dag in vertoeven. En dit terwijl we zelfs niet hoeven te betalen voor het onderhoud ervan. Hoe dom zou het dan niet zijn mij dit eigen te willen maken? ... Uiteraard bracht deze reactie een verdwaasde verwondering met zich mee.

De moraal:

*Aparigraha is de innerlijke bereidheid van voortdurend los te laten, van op een innerlijke wijze liefdevol afstand te nemen van de dingen in en buiten jezelf, – dit heeft niets te maken met onverschilligheid.

*Van jezelf te onthechten voor zowel het lof als de afbrekende kritiek die iemand je toebedeelt, maar ook voor de façade van het ego; het lichaam. Uiteraard heeft dit laatst genoemde niets met ‘zelfdoding’ van doen, zoals dit spijtig genoeg wel het geval is bij bepaalde sektarische groeperingen.

*Aparigraha is enerzijds een aanvangsoefening die gestuurd moet worden door het voertuig van onderscheidingsvermogen. Anderzijds is ze het niet te miskennen onderdeel van *OPPERSTE VAIRĀGĪA*, voortvloeiend vanuit de directe *ERVARING* met het *OPPERWEZEN*.

*Laten we ons bewust zijn van het feit dat we zonder iets op deze aarde zijn gekomen, en dat we er ook zonder iets zullen afgaan. We nemen ons zagezegde bezit niet mee, wel de gehechtheid eraan.

*Laat ons terug met volle teugen leren genieten van de dingen des levens, zonder er de slaaf van te zijn.

SAUSA OF ZUIVERHEID:

Wanneer we het woordje zuiverheid of reinheid horen, wordt dit vaak geassocieerd met b.v. het kuisen van ons huis, van de auto, het proper maken van onze tuin, het wassen van het lichaam enz. ...

Niettegenstaande dat heeft Sausa toch een veel diepere betekenis. Toch zou ik hier eerst op een eerbiedwaardige manier willen verwijzen naar de vele organische zuiveringstechnieken van yoga en āyurveda die in het leven geroepen zijn omwille van het voertuig (lichaam) in een zo optimale gezonde staat te laten verkeren.

Daar de lichamelijke gezondheid als een belangrijke schakel geacht wordt in het proces van Zelf-ontwikkeling, moet de nodige tijd en aandacht worden besteedt aan dit waardevolle instrument. Denk hier ook aan de vele asana's en pranayama's die – mits door de juiste ingesteldheid verricht – wonderen kunnen teweeg brengen op het vlak van lichaam en geest. Want feit is, dat een ongezond lichaam de aandacht vraagt en dat daardoor de bestuurder ervan wordt naar buiten getrokken. Trouwens ziekte is niet zomaar één van de negen hindernissen die ons beletten om te komen tot 'yoga-citta-vṛtti-nirodha'.

Dit wil echter niet zeggen; dat iemand met een ziek lichaam de weg van yoga niet zou kunnen of mogen bewandelen. Integendeel zelfs. Het kan zelfs een situatie creëren waardoor de mens zich gaat "OMKEREN" en zich essentiële vragen begint te stellen in functie van de ware betekenis van het Leven.

De zogenaamde sat karma's van de yoga en de pancakarma's van de āyurveda zijn een wederzijdse aanvulling van elkaar wat betreft; de Spirituele Holistische kijk op de mens.

Omdat āyurveda als de therapeutische tak van yoga wordt beschouwd, en yoga als het spirituele aspect van āyurveda, vormen dit koppel de mogelijkheid, ons te bevrijden van allerlei kwalen. Maar vooral van de grote ziekte waarin we (bijna) allemaal leven m.n. 'onwetendheid' of 'āvidyā'.

Toch moet men, wat de organische zuivering betreft, op een zeer schrandere wijze tewerk gaan.

Dit vraagt op z'n minst een basiskennis van de constitutionele toestand waarin lichaam en geest verkeren.

Waar men nota van moet nemen is; dat in het woord 'āyurveda' het woordje 'veda'= Kennis of Weten in vervat is. Concreet wil dit zeggen dat de Kennis reeds in ons is, doch, versluierd wordt door de vele conditioneringen die Deze verhuult. Hier komen we reeds al naar de diepere betekenis toe van Sausa. In het Van Dale woordenboek staat als vertaling voor "reiniging":

-5: Bevrijding van zonde of schuld, wegneming van het zondige: De reiniging van onze harten. -7: Het ontdoen van aan het wezen vreemde elementen.

Hier moet men zich uiteraard de vraag durven stellen: "wat is de zonde?" en "wat is het wezen?" Aangezien deze vraag niet wordt beantwoord in het groot Nederlands boek, moet deze gezocht worden in het 'Innerlijke Boek' van de mens.

Maar is het niet omdat dit Boek, dat bedolven zit onder het stof van de onwetendheid, we niet meer weten wat Echte Zuiverheid betekent? Spijtig genoeg moet ik dit bevestigen voor wat het gros van de mensen betreft. Daardoor komt de eerste 'disharmonie' tot aanschijn die zich manifesteert in de blokkade van de zogenaamde 'nadi's' of fijnstoffelijke energiekanalen, de blauwdruk van het zenuwstelsel.

Eén van de waardevolle doelen van de yogadarsana is daarom de geest, het geconditioneerde bewustzijn te louteren zodat het Goddelijke Licht kan doordringen tot in elke levenscel van zijn voertuig. Wat is trouwens de waarde van een kraakpropere wagen wanneer z'n leidingen zijn verstopt geraakt waardoor de brandstof moet stromen?

Maar vooraleer we een 'lichtmens' kunnen worden moeten we eerst de schakelaar vinden van binnenin om dit licht te kunnen ontsteken.

Vermits wij zo vaak misleidt worden door de uiterlijke wereld maar toch onszelf voortdurend aangetrokken voelen tot vele reinigingsproducten en methoden, zouden we ons de vraag moeten stellen: vanwaar komt die onbewuste drang naar zuiverheid en netheid? ... Laat ons hier eventjes allusie op maken.

Wanneer we in één van de vorige hoofdstukken reeds gezinspeeld hebben – en wat in het volgende hoofdstuk ook nog aan bod zal komen – op een bepaald beeld van het ontstaan van de schepping, en dit ook als spiegelbeeld hebben geprojecteerd op het innerlijke van het bewustzijn, mogen we hieruit de synthese concluderen: **"In Wezen is er niets onzuiver"**, vermits alles is ontstaan vanuit **één** Principe (de zuiverheid van God).

Waar ontstaat dan de zuiverheid of de onzuiverheid? ... In de beperktheid van onze eigen geest. ...

Het is juist doordat we op een onbewuste manier weten dat we allemaal doordrongen en omringd zijn door één ZUIVER LEVENSPRINCIPE dat we waarschijnlijk allemaal onbewust geboeid raken door het vaandel dat gezwierd wordt door de 'uiterlijke properheid' – juist omdat deze een flauwe afspiegeling is van 'de Innerlijke'. Denk hierbij aan de beelden van de reclame waar deze (uiterlijke) dan weer op een opdringerige wijze worden opgedrongen. Toch zijn het uiteindelijk niet de vele wasproducten, crème's, shampoo's en diversen die het innerlijke reinigen. Deze zijn

meestal alleen maar een dun laagje goud over een niet duurzame metaalsoort.

Voor een yogi is alles *even* zuiver. Hij kan zowel buigen voor de rijkste koning alsook voor de armste bedelaar, voor de meest indrukwekkende boom, als voor het fijnste grashalmpje. ... Ja, zelfs voor de mest van mens en dier, want is het niet zo dat daar waar de mest valt het gras rijkelijk zal groeien?

Als we ook hier weer een afstand kunnen nemen van het ego en het lichaam, waarin DAT aanwezig is en waar we al gans ons leven naar op zoek zijn, voltrekt het purificatieproces zich van binnenuit. De Mens, als replica, wordt zich bewust van het Grote geheel. Het is voor die mens zo moeilijk om onzuiver te denken als voor de dwaas die het zo moeilijk acht om Zuiver te denken.

Zoals we denken spreken we, en zoals we spreken handelen we. Daarom moet de beoefening van Sausa – alsook van de negen andere ongeschreven wetmatigheden – aanvangen vanuit het meest fijnstoffelijke gebied m.n. “het denken”. Maar omdat we niet allemaal op dezelfde lijn staan in het grote evolutieproces, en het spirituele pad moeten betreden vanuit onze beperkte doch unieke verscheidenheid, blijkt dit gemakkelijker gezegd dan gedaan.

We mogen daarom het proces van de ‘Sausa’ als volgt samenvatten:

*Dat wat mij beweegt tot “inkeer” (niet te verwarren met het “denkende introvert zijn”), tot mij Zelf, is potentieel zuiver (sattva).

*Dat waardoor ik mij laat versnipperen door de wereld der verschijnselen, door het onbewust meegenomen worden ervan, is onzuiver. Daarom is het zo dat de yogi, bij de regelmaat van een klok, de meditatieve stilte dient op te zoeken. En dit in een uitgelijnde lichaamshouding, maar wat nog veel belangrijker is, “met een Zuivere geesteshouding”.

SAÑTOSHA OF TEVREDENHEID:

Zoals in één van de vorige hoofdstukken verwezen werd naar zowel de macro als de microkosmos, met de daarin aan de basis liggende tri guna wet, die werkzaam is in alle lagen van het geconditioneerde bewustzijn, moet men er vanuit gaan dat gans de beoefening van yoga er op gericht is dit bewustzijn zo veel mogelijk te laten verlichten door Sattva.

Omdat dit intelligentieprincipe, dat zich in lichaam en geest laat gelden als “evenwicht”, zou men hier terecht mogen spreken van Universele tevredenheid of Sañtoṣha.

Zoals reeds eerder gesuggereerd werd, heeft deze tevredenheid dus niet altijd te maken met het feit dat we gans de dag met een brede glimlach moeten rondlopen.

Niettegenstaande dat, kan deze laatstgenoemde toch een onbewuste glimp weergeven van de Universele Tevredenheid. Maar meestal is ze versluierd door een bepaald aangeleerd gedrag (conditionering). Daarom moet men zich hoeden voor het zelf-bedot dat tot in de kleinste finesses werkzaam is in al het doen en laten.

Feit is dat we in de eerste plaats terug tevreden moeten leren zijn met al onze mogelijkheden maar ook met al onze beperkingen. Willen we tenminste op een gezonde manier door het leven kunnen gaan. Maar omdat we ons ten eerste willen meten en vergelijken met het zogezegde 'andere perfecte', maken we maar al te vaak gebruik van het zogenaamde assertieve gedrag dat bij menig één tot uitdrukking komt tot een persé willen bewijzen van z'n (schijn)tevredenheid terwijl het hem/haar totaal ontbreekt van sereniteit.

Toch is het tot op zekere hoogte prijzenswaardig dat het vriendelijke gemoed, door z'n weerspiegelende Universaliteit, meer van z'n omgeving gedaan krijgt dan z'n tegenpool 'tamas' of humeurigheid, agressie.

Vermits de uiterlijke of grove uitdrukking van tevredenheid een grote kracht kan uitstralen (denk hier aan sutra 33 van Pananjali) misloopt deze in vele gevallen toch dat waar het echt om te doen is m.n. 'INNERLIJKE SANTOŠHA'. Dit is dan te wijten aan het feit dat deze uiterlijke vorm (schijngeluk) afhankelijk is van z'n wereldse omstandigheden.

Een meer essentiële vertaling voor 'Santoṣha.' is "GELIJKMOEDIGHEID". Deze is de vrucht van spirituele onthechting of vairāgia, die op een evenwijdige wijze samen loopt met een spontane beoefening van al de Yamas en Niyamas, of anders geformuleerd; door "Innerlijke Ervaring". Gedenk ook hier wat Kṛṣṇa zegt in de Bhagavat Gita:

Aanvaard gelijkelijk vreugde en smart, wist en verlies, overwinning en nederlaag, gord u aan voor de strijd; aldus zult ge uzelf niet met zonde beladen.

Vanuit het verlichte verstand (buddhī) ziet men daarom in dat deze serene gelijkmoedigheid niet kan aangeleerd worden door de buitenwereld, maar altijd het gevolg is van het Inzichtelijke Onderscheidingsvermogen.

Wanneer dit vermogen is ontwikkeld, wat altijd een innerlijke aangelegenheid is, neemt de 'Universele SANTOŠHA' het over van het beperkte schijngeluk.

Dan ontkiemt ook de Universele humor in het hart van de yogi. Ja, humor (geen zwarte) is voor een yogi een onmisbaar gegeven op het pad van Zelfkennis. Hij kan lachen met de tijdelijke relativiteit van het leven. Dus,

yogahumor heeft niets te maken met het uitlachende sarcasme dat vaak gekenmerkt wordt door afgunstige onverschilligheid.

Wanneer men zichzelf, maar ook de anderen, een plaatsje kan geven in dit wonderlijke Leven komt men in een toestand terecht van “vervoerde aanvaarding”.

Deze toestand, die dan bezit neemt van de geest en het lichaam, wordt vaak door het wereldse verstand met de vinger gewezen en geëtiketteerd met het reeds eerder vernoemde “fatalisme”.

Inderdaad, dit zogezegde fatalisme kan, door de 180° omgekeerde levenshouding van de spirituele krijger, op een fatale manier overkomen voor zijn omgeving. Op dit punt is, zoals m'n Guru plachte te zeggen, het zeer wijs van de anderen te laten zijn zoals ze zijn, maar van zelf gestadig verder te werken aan je eigen levenspad.

Verwacht nooit dat de anderen jou begrijpen omdat jij hen begrijpt. In wezen staat men alleen, doch door zichzelf één te voelen met het AL voelt men zich niet eenzaam in dit al-een zijn.

Toch kan het in de beginperiode van de yogabeoefening ons overkomen dat we ons zeer eenzaam voelen in de aanwezigheid van velen. Volgens mij is dit een normaal fenomeen dat waarschijnlijk wordt bijgetreden door menig Zoeker.

Ook hier moet men daarom een Sattvische alertheid ontwikkelen; omdat het niet de bedoeling is van een bange zonderling te worden. Toch moet men er zich voor hoeden van te vervallen in spirituele hoogmoed, dat zich maar al te vaak laat kennen in ‘een afgescheiden, beter wetend leven gaan te leiden’ dat zich zelfs kan weerspiegelen in het leven van menig kluizenaar. De innerlijke terugtrekking van de zintuigen met z'n objecten, verkregen door het hongergevoel naar WAARHEID, dat is waar het op aan komt in het Innerlijke kluizenaarsleven.

Met andere woorden: er is dus niets fout met de uiterlijke wereld, maar wel vaak met de innerlijke interpretatie daarvan. Zo is er de anekdote van twee broers die op reis gingen naar India;

Na drie maanden had één van hen, omdat hij zo gelukkig was geworden, de keuze gemaakt om daar te blijven wonen. Hij zei tegen z'n broer: ik heb hier het ultieme gevonden!, ik ga hier nooit meer weg. Waarop de andere antwoordde: kan je dat Ultieme geluk dan niet meebrengen naar huis? ... Neen! zei hij ... Waarop de andere: “dan is het niet het Ultieme Geluk”. ...

Als deze summiere samenvatting van Santosha niet zo goed toegankelijk blijkt te zijn voor het onverlichte verstand, zouden we op de wijze raad van Atma Muni mogen bezinnen wanneer hij zegt:

Zijd niet misnoegt om dat wat je niet krijgt van het Leven, maar wees dankbaar voor “wat je al gekregen hebt”.

Spijtig is het, dat wij meestal de verkeerde kant op kijken. De welbekende verzuurde tevredenheid is hiervan vaak het gevolg. Deze diepe ontevredenheid, geworteld in āvidyā (onwetendheid), vormt als je't mij vraagt, de basisgrond voor de vele somatische en psychische ziekteverschijnselen van alle tijden. Men voelt zich, terwijl men meestal niets te kort komt op het materiele vlak, te kort gedaan, in de steek gelaten door het leven, door z'n omgeving, en dit omdat hij/zij het Stille Geluk, *SANĀTOṢHA*, miskent in het eigen Hart.

Aangezien een kind nog dichter bij z'n Natuur staat dan de volwassene, en daardoor in een tevreden wereld kan vertoeven vol van kosmische verwondering, is het niet toevallig dat ook de wijze Jezus verwees naar hen door te zeggen:

“vooraleer ge het Koninkrijk der Hemel kunt betreden moet ge worden als deze kinderen”.

Want inderdaad, wanneer er geen ontzagwekkende verwondering meer is in het menselijke hart, wordt z'n leven zoals een dorre woestijn.

De moraal van *Saṁtoṣha*:

*Echte *Saṁtoṣha* vangt aan door een verwonderde bewondering te koesteren voor het ONGRIJPBARE.

*Dit ONGRIJPBARE dat (voor de wijze) zich reflecteert in alles wat ademt en leeft, en dus ook in het menselijk lichaam zijn woonplaats heeft, dient alle levensmomenten herinnert te worden.

**Saṁtoṣha* steunt op inzichtelijke aanvaarding waardoor men alle levenssituatie's (zowel de aangename als de onaangename) op een gelijkmoedige manier kan doorleven.

TAPAS OF VURIGE INZET OM EEN DOEL TE BEREIKEN:

Deze krijgt verschillende vertalingen toebedeeld zoals; vurige inzet om een doel te bereiken, versterving, zelfdiscipline, loutering enz. ...

Uiteindelijk zijn er zoveel interpretatie's van het woord "Tapas" als er mensen zijn. Maar in hoeverre benaderen deze de juiste wijze van beoefening?

Tapas kan ons brengen tot *Saṁtoṣha* door onze emoties te leren begrijpen, we moeten deze zeker niet onderdrukken of perse altijd willen uiten, zoals bepaalde mensen dat denken.

Vaak wordt er gesuggereerd naar de harde aanpak van lichaam en geest d.m.v. de "wil". Zo komt men dan terecht bij het beeld van de stereotype *sādhū* die de keuze heeft gemaakt de rest van z'n leven door te brengen

met een omhooggestoken arm, waardoor deze na jarenlange inspanning een verschrompeld stukje vlees is geworden, ... of zoals de psuedoyogi die het zichzelf heeft voorgenomen van niet meer al liggend in een bed of op de grond, maar al hangend te slapen (het lichaam wordt door een koord opgetrokken aan de tak van een boom). Ook het lopen over hete kolen, het plaats nemen op een spijkerbed, het lichaam laten optillen door in de huid aangebrachte haken, Deze en nog veel meer van dergelijke praktijken, worden in India vaak in één noemer vertaalt als de beoefening van Tapas. Al deze hebben uiteraard weinig of geen plaats in de inzichtelijke beoefening die erop gericht is van geen schade te berokkenen aan het lichaam (ahimsa).

Het lichaam benaderen als maatstaf is daarom een niet onintelligente aanpak van de zaak. Want inderdaad, Tapas moet altijd hand in hand kunnen samen gaan met Ahimsa. Vandaar dat ik me aansluit bij de sutra commentaar van Taimni wanneer hij zegt:

De systematische beoefening van Tapas begint over het algemeen met eenvoudige en gemakkelijke oefeningen, die de inspanning van de wilskracht behoeven, en wordt voortgezet met opklimmende treden van steeds iets moeilijkere oefeningen, die ten doel hebben het bewustzijn los te maken van het voertuig. Wat de gewone mens betreft, wordt het bewustzijn grotendeels met het voertuig, waar het door werkt, geïdentificeerd. Beoefening van Tapas ontbindt geleidelijk aan deze associatie, maakt dat het bewustzijn gedeeltelijk afgescheiden wordt van het voertuig, en dit langzaam aan groeiende besef, dat het voertuig deel uitmaakt van het niet-Zelf betekent een afzwakking van 'Asmitā', het "Ik ben dit" besef. Pas als dit vermogen om het bewustzijn los te maken van de voertuigen tot op zekere hoogte verkregen is, kan de sādḥaka met succes zijn voertuigen louteren en beheersen en ze voor het doel van Yoga inzetten.

Het feit dat het bewustzijn grotendeels wordt geïdentificeerd met het lichaam wil uiteraard niet zeggen dat dit bewustzijn niet mag genieten van zijn levende tempel (lichaam).

Tapas is de uiteindelijke beoefening die gestuurd wordt door het vurig onblusbaar verlangen naar "WAARHEIDSERVARING". Maar ook deze interpretatie kan neigen naar een soort van misvatting van de term. Daarom stel ik voor van in het licht van deze WAARHEID de gulden middenweg te bewandelen in al zijn levenssituatie's. Een voorbeeld i.v.m. deze zal duidelijkheid brengen in een anekdote ten tijde van de Buddha:

Destijds toen hij, jarenlang in een meditatiehouding zat aan de oever van een rivier, met een uitgemergd lichaam, vol van zelfdiscipline, met een kaarsrechte rug.

Op zekere dag kwam er een bootje voorbijgedreven waarop een gesprek plaatsvond tussen een muzikleraar en diens leerling. ... Er was juist een

snaar van het instrument gesprongen – de leerling moest dit repareren - , waarop de meester de raad gaf: span de snaar niet te strak aan want dan springt ze kappot, maar span ze ook niet te zacht op want dan heb je geen klank! ... Toen de Buddha dit hoorde, werd hij zich bewust van de absurditeit van z'n Tapas-ideaal, waarna hij op stond en deze verbrak. Deze daad werd echter niet geapprecieerd door z'n leerlingen waarna hij door hen op een veroordelende wijze met de vinger werd gewezen als een soort 'nepguru'. Uiteraard sprak deze veroordeling meer over het gedrag van z'n leerlingen dan over hun leraar.

Toch moet men ook hier de durf hebben om op een juiste relativiserende manier zulke verhalen in vraag te stellen. Er gebeurt immers nooit iets toevallig. Alles heeft zijn 'spirituele reden'. Want is het niet juist bij de gratie van de jarenlange harde discipline en kasttjding Buddha's lichaam en geest, dat hij dit bewuste inzicht op die bepaalde dag verwierf? ... Is dit misschien de reden waarom de wijze geen spijt heeft van z'n verleden? ... Zeker!.

Toch is het zo; dat wanneer de geest verstrikt raakt in z'n eigen verstarring en gekneet wordt door conditionering met z'n vele opvattingen, het zijn vat verliest op de KERN waar het echt om te doen is. Daarom ben ik voorstander om open te staan voor de wijze raad van hen die de Weg zijn voor gegaan. Zij zullen op hun unieke wijze de eerlijke zoeker begeleiden naar Zelfkennis, maar meestal op een zachte, moederlijke manier.

Klaarblijkelijk moet één ieder z'n les leren met vallen en opstaan, en daar is niets fout mee. Zolang men maar bewust blijft van de Goddelijke Kracht waarin dit alles plaats vindt.

Omdat deze Niyama qua interpretatie voor z'n beoefenaars een zeer sublieme aanpak vergt en men er zich rekeningsschap van moet houden van de vele valkuilen die worden gedolven door menig dwaze instelling van demonische aard, kunnen we de noodzaak niet miskennen dat in de spirituele beoefening onze wil altijd moet betrokken worden in de vorm van de juiste Tapas.

Daarom moet deze wil doordrongen zijn van Universele Waarheid en Zuiverheid (Satya en Sausa).

Daarom is het dus goed een onderscheid te maken tussen de egogerichte en de Essentiegerichte inspanning van de wil. De eerste die zich bezig houdt met harde praktijken verwerpt maar al te vaak de zachte aanpak van de sattvische mens. Toch zal ook dit – omdat hard en zacht relatieve begrippen zijn - verwarring kunnen scheppen voor het dualistische verstand. Voor de één zal het b.v. hard en moeilijk overkomen van een dagelijkse twee uur durende meditatiepraktijk te verrichten terwijl voor de

ander dit een vanzelfsprekendheid zal zijn waar hij of zij zich op een zachte manier aan kan overgeven.

Het is echter nooit de bedoeling van het lichaam te kastijden zoals we dat terug vinden in de vele (religie) systemen.

Nogmaals, de kunst weliswaar ligt vervat in de voortdurende gerichtheid naar de ESSENTIE, wat men vanuit het yogastandpunt vertaalt als “nooit aflatende oefening” of Abhyāsa. Deze mogen we terecht als een belangrijk onderdeel noemen van Tapas.

De beoefening van Tapas mag daarom nooit het gevoel geven dat ze wordt opgelegd van buitenaf. Het is een Innerlijke keuze waar je jezelf voor 100% dient achter te zetten.

Zijn juiste beoefening drukt zich uit in, zowel een uiterlijk als innerlijk sereen gelaat dat doordrongen is van eerbied en respect voor alles wat ademt en leeft (Ahimsa). Zoals een moeder zichzelf – zonder zich daar vragen bij te stellen – veel ontzegt ter wille van haar kind, zo is dit ook het geval bij de yogi.

Het spreekt dan ook voor zich dat de eigen motivatie hierin een zeer belangrijke rol krijgt toebedeeld. Dit zien we o.a. ook in de sport plaatsvinden, maar ook in één of andere hobby die men uitoefent. Toch zijn deze laatstgenoemde – en dat klinkt ongewild pretentius – van een lager allooi daar waar het de yogasādhana betreft. Mede vanuit dit standpunt kan men zich de vragen stellen:

Hoeveel yogabeoefenaars doen er eigenlijk echt Yoga? ... Berust hun motivatie op ‘Zelfkennis’ of op zelfkennis (ego-uitbreiding), op het nastreven van één of ander neven doel zoals b.v. het willen hebben, of verwerven van een flexibel lichaam, mooie billen, een goede relatie met een partner enz... ?

Natuurlijk kunnen ook deze laatstgenoemde motieven, als beginimpuls, op hun plaats staan, maar hoe vaak verdrinkt men daardoor niet in de vele utopische illusies daarmee vastgekoppeld? Juist daarom breken er zoveel (yogi's?) de yogacursussen af. Enerzijds, omdat men niet krijgt wat men verwacht, anderzijds, omdat het verwachte doel reeds verkregen is.

Vanuit dit standpunt raad ik de mensen aan:

wanneer je je vooropgestelde doel hebt bereikt, verleg dit doel dan naar iets ruimers in jezelf.

Toch mag men ook niet – zoals reeds gesuggereerd werd in het Buddha verhaal – de waarde miskennen van de zogenaamde verstervingen op het psychische en het fysische vlak. Deze kunnen per slot van rekening de nodige impulsen schenken om de wil de nodige kracht te geven het denken, willen en voelen te sublimeren en te richten naar het egoloze Zelf. Zo kan b.v. een tijdelijke onthouding van een vleesdieet leiden naar een respectvolle Ahimsa beoefening die een spiritueel sneeuwbal effect laat ontstaan naar de richting van een karmaloze geestesgesteldheid. ... Tot men

op het sublieme punt is aanbelandt; een aangeboden vleesgerecht op een dankbare wijze te kunnen of willen nuttigen (om b.v. de bereider(ster) ervan niet te kwetsen).

Ook dit onderdeel van het Leven, m.n. de voeding kan een zeer waardevolle vorm van discipline betekenen voor de bewuste mens. Maar zonder de juiste instelling heeft ook deze weer niet veel positiefs wat de spirituele sādhanā betreft.

Want vaak is het zo, dat met het lichaam als einddoel, men de vele dieetwinkeltjes gaat plat lopen en alle voedingsmiddelen gaat wikken en wegen in functie van het lichamelijke welzijn. Maar het is nu juist door een overbezorgdheid t.o.v. dit tijdelijke voertuig, door de angst om ziek te worden, dat we zelfs zo de fijnste sattvische voeding ziek gaan maken in onze eigen geest.

Door deze overbezorgdheid zijn we levende doden geworden in plaats van Levende levenden.

Deze laatste zijn ieder moment bereid te sterven in de volheid van het LEVEN (dit heeft niets met zelfmoord te maken).

De moraal van Tapas:

*Daar er zeer veel vormen van discipline beschikbaar zijn voor de yogi – denk aan: āsana, prāṇāyāma, vasten enz. moeten deze als een hulpmiddel beschouwd worden, niet als een doel op zich.

*De echte Tapas is: de vurige gewoontekracht eigen te maken Jezelf in al wat je doet of laat constant te richten naar het **ENE** !

*In de Bhagavad Gītā, het Levenslied van de Heer lezen we:

Richt uw aandacht (manas) op Mij (het Zelf); wees Mij toegewijd; breng uw offer aan Mij; werp uzelf vol deemoed voor Mij neer; aldus harmonisch geworden in het Zelf, zult ge tot Mij komen, daar ik uw hoogste doel ben.

SVĀDHYĀYA OF ZELFSTUDIE:

Deze vorm van studie vereist een zeer heldere aanpak door zijn beoefenaars. Maar vooral ook veel geduld en volhardingsvermogen. Denk hier aan de universitaires die door middel van volhardende discipline (Tapas) jarenlang moet zwoegen om een bepaald diploma te behalen. Dit voorbeeld haal ik telkens aan wanneer mensen hun ongeduld uitspreken wat betreft de yogabeoefening met daaraan vast gekluisterd, het verkrijgen van menig resultaat.

Wanneer men gaat studeren doet men dit dus om een bepaalde kennis te verwerven. In dit opzicht zijn objecten van kennis van uiteenlopende aard. Maar daar waar het Zelfstudie (svā=zelf) betreft, ligt er een subjectieve Universaliteit van aan de basis.

Deze Zelfstudie, die zich voltrekt in de Innerlijke Universiteit van het menselijke Hart, maakt wellicht gebruik van duizend en één hulpmiddelen. En daar gans de wereld van prakṛti niets anders is dan een weerspiegeling van het Oneindige Kosmische Zelf, wordt hiervan stellig gebruik gemaakt om Zijn geheim te ontsluiten.

Het terrein van Zelfstudie ligt zeer uitgestrekt. Dit kan gaan over het bestuderen van wijsgerige teksten, het bijwonen van spirituele lezingen, maar vooral; 'zichzelf (prakṛti) in vraag durven stellen'.

Wanneer dit laatste niet gebeurt, komt er geen energetische motivatie vrij om de hoogste vorm van studie te verrichten die onontbeerlijk is op het Pad.

Het is vanuit een hongergevoel naar ZELF-kennis dat – zoals ik het ervaren heb – alles wat je nodig hebt tot het verrichten van deze Innerlijke Speurtocht, naar je toe zal komen.

Zoals eerder werd vermeld in dit werk heeft Yoga, aangezien deze inherent is in ieder mens, geen uiterlijke middelen nodig als noodzakelijkheid. Toch moet men er gelijktijdig rekeningsschap van houden dat zowel de klassieke als de hedendaagse spirituele literatuur een belangrijk hulpmiddel kan betekenen naar de erkenning en herkenning van het ZELF. Waarom dan daar geen dankbaar gebruik van maken?

Tot op zekere hoogte ben ik het eens met Taimni (een auteur van de yogasūtras) wanneer hij zegt dat een gedegen grondige studie van de yogaletterkunde een eerste noodzakelijk onderdeel vormt op de weg van Svādhyāya, dat het intellect eerst op de juiste wijze moet geprikkeld worden. ... Langs de andere kant zou men hier mogen weerleggen: waarom kan dit intellect niet eerst en vooral geleid worden door de Innerlijke, Intuïtieve of mystieke ervaring zelf?

Met andere woorden: wanneer de inzichtelijke inhoud niet in het hart aanwezig is, gaat men de spirituele letterkunde, hoe verheven die ook beschreven is, niet kunnen herkennen in welk boek dan ook.

Natuurlijk mogen we ook hier niet gaan simplificeren, doch, ook de gulden middenweg bewandelen.

Zo zal er voor de spirituele student een bepaalde tijd aanbreken van 'lezen' en een tijd bestaan tot 'laten bezinken'. Deze periodes zijn als het ware twee kanten van één muntstuk. En wanneer daar bovenop dan nog eens het voorrecht wordt aangereikt om het Levende Onderricht van een Zelfgerealiseerde Ziel te mogen ontvangen, is dit zeker en vast niet te laken.

We mogen echter niet vergeten dat Zelfstudie ten doel heeft; conditioneringen te herleiden tot in hun zaadvorm, om ze daarna te laten

roosteren in het vuur van de hoogste Ervaring – die geen ervaring meer is, maar een totaal ZIJN, kortom, woorden schieten hier te kort.

Ooit heb ik een wetenschapper weten vertellen; dat nieuwe kennis kwetsbaar is en oude kennis sterk is. Ik denk dat we dit, in ons alledaagse leven kunnen beamen. Maar dit is zeker niet minder reëel wat de yoga sādhana betreft. Daarom moet dus door de nodige zelfdiscipline (Tapas) en overgave (īśvāra praṇidhāna), een voortdurende gewoonte gecreëerd worden zodat nieuwe (verheffende) kennis oud wordt om uiteindelijk uit te deinen, te sterven in het **Zelf**.

Wat hier in feite gebeurt; is het bewustzijn dat zo Sattvisch mogelijk gemaakt wordt door het te begiftigen met een opbouwende ingestelde Levenshouding. Maar dan op het laatste deze Sattva toestand laten versmelten (offeren) in het ZIJN, is als je't mij vraagt, het Ultieme waar slechts weinigen in gelukken.

Inderdaad: *“velen zijn geroepen maar slechts weinigen zijn Uitverkoren.*

Wat zeer belangrijk is in het proces van Svādhyāya , is het onderscheid dat gemaakt dient te worden tussen het kleine zelf en het ZELF, prakṛti/Puruṣa of jīvātma/Param Ātma).

Na een bepaalde tijd worden we ook in de eigen yogapraktijk geconfronteerd – meestal in z'n stille momenten – met dit kleine zelf in al z'n onderdelen en z'n subtiliteiten. Ja, zelfs met de donkerste plaatsen die erin verscholen zitten. Zolang we deze niet kunnen, durven of willen in de ogen kijken, vluchten we weg van onze meditatiestonde, maar wat erger is, vluchten we weg van ons Zelf.

Gedenk hier de waarachtige uitdrukking:

“wanneer je je op de yogaweg begeeft kom je iemand tegen die je nog niet kent ... jezelf”.

En het wonderbaarlijke hiervan is; wanneer je jezelf kent ken je ook al het andere. Het bewustzijn wordt dan begiftigd met een geweldloze waardering (Ahimsa), die uitdeint naar alles wat ademt en leeft. Er is geen angst meer voor het zagezegde 'andere' omdat het een stukje geworden is van het Zelf. Svādhyāya is dus een zeer essentieel onderdeel van de yogaweg. Men mag het daarom associëren met het Vidyā-proces dat bestaat uit:

een onwrikbaar vertrouwen (Śraddhā) in het Doel, maar ook niet te vergeten; in het bereiken van dit Doel.

Hier spreekt het voor zich dat er de nodige Tapas of zelfdiscipline moet aanwezig zijn die hand in hand moet samen gaan met 'volledige overgave' aan **DAT** (īśvāra praṇidhāna). Het is daarom niet voor niets dat deze drie laatste Niyamas als de essentiële beoefening van de Kriyā yoga genoemd worden.

Zelfstudie mag vooral niet vervallen in: “egocentrisch gericht intellectualisme”. Het intellect is geen doel op zich, wel een fatsoenlijk

hulpmiddel dat ons van de onwetendheid (avidyā) naar het weten (vidyā) kan begeleiden. Tot men in deze vidyātoestand (het bewustzijn van de Werkelijkheid) wordt getransformeerd in het Ultieme Weten van Samādhi (Ātma Vidyā). Het is dan, dat elk ding wordt ontmoet vanuit één Universele Waarachtigheid (Satya).

Naar ik meen is het vanuit het zen boeddhisme dat men dit weergeeft in volgend versje:

Voor ik naar school ging waren bergen, bergen en was water, water. Toen ik op de schoolbanken zat, waren bergen geen bergen meer, en was water geen water meer. ... Wanneer ik was afgestudeerd; waren bergen terug bergen, en was water terug water.

Uiteindelijk weerspiegelt dit vers, de weg die wordt afgelegd in het yogaproces. Daar menig leerling vaak blijft slenteren in het middelste gedeelte ervan, is de begeleiding van de Guru van zeer grote waarde. Maar omdat Deze het Geheim des Levens op zo'n gewone, eigen manier vertolkt – zoals in het laatste stadium, waar bergen terug bergen zijn en water terug water is – wordt hij vaak niet au serieus genomen.

Het gamma van mogelijkheden dat yoga ons biedt om te komen tot het onbetaalbare Geluk kan daarom staan of vallen bij de interpretatie daar waar het 'Svādhyāya' betreft.

Maar zelfs indien het hierboven staande niet vatbaar is voor de rede, kan via het Universele Beginsel van Zelfstudie, dat aanwezig is in ieder mens, toch het inzicht ontkiemen van het Goddelijke Onderscheidingsvermogen!

... Zoals reeds eerder beschreven, is de mens die zich laat mee stromen door de "leela māyā", en denkt dat hij dit lichaam is, zichzelf voor een bepaald stuk op een onbewuste manier bewust is dat dit niet zo is. Voelt hij zich minder 'ik' wanneer hij z'n haren of nagels laat knippen? Nochtans zijn er lichamelijke weefsels ontnomen. ... Zelfs wanneer een been of arm wordt geamputeerd heeft deze het nog altijd over; 'ik ben' (dit of dat).

Natuurlijk voelt men zich op dat moment minder lichaam, doch, niet minder "Ik". Als dan op het gepaste moment, door de Goddelijke Genade, een Sattvische opstoot ervaren wordt, kan de vraag ontstaan: Als ik niet m'n haar, m'n nagels, armen of benen ben,... waarom zou ik het overige dan wel zijn?

Daarom zijn de belangrijkste vragen in het Svādhyāya proces:

Wie ben ik? ... Wat is m'n taak? ... Waarom ben ik geboren? ... Ben ik wel geboren?

Diep nadenken over deze, zal het er niet altijd gemakkelijker op worden. Maar door de juiste oefening van "Verinnerlijking", doormiddel van: 'in stilte durven kijken naar (in) jezelf', zal men vroeger of later het eigen

Levensboek kunnen schrijven waar ook de anderen zichzelf in kunnen tegenkomen.

Wanneer de mens het LEVEN als één grote leerschool kan ontmoeten, waarin zowel de aangename als de onaangename momenten een waardevolle les in zich meedragen, zal eens het Universele Diploma worden uitgereikt.

Maar vooraleer het zover is; moeten we alles op de gepaste wijze kunnen relativiseren, onderkennen en erkennen in het licht van de **WAARHEID**.

Hier moet men dus ook goed op de hoogte zijn van 'de Natuurlijke Goddelijke Spontaniteit' waar we niet dienen tegen te vechten. ...

... Dat wat komt; "aanvaard het, beleef het en doorleef het". Dit is een noodzakelijkheid in het proces van Svādhyāya, want wanneer we iets verdringen, achtervolgt het ons tot in de diepte van de ziel. Daardoor kan – doordat de geconcentreerde aandacht steeds wordt weggetrokken van het **ZELF** – geen energie vrijkomen voor het verrichten van 'Svādhyāya'.

Eerlijke waarheidsanalyse t.o.v. zowel de kleine als de grote details van het dagelijkse leven moet daarom een spontaan gevolg zijn van de "Intelligente Honger" naar **ZELFKENNIS**.

Dit maakt van de mens een Universele, Tijdloze Student.

De moraal van Svādhyāya is:

*Svādhyāya is geen boekenkennis. Een boek moet zelfs op het gepaste moment dicht kunnen gedaan worden en terug voor een bepaalde tijd in de lade worden gelegd teneinde op een meditatieve verinnerlijking na te denken over het geschrevene.

*De witte regels moeten zelf kunnen worden ingevuld door de eigen mystieke ervaring.

*Svādhyāya mag nooit uitmonden in intellectueel egoïsme. Vandaar dat het in de eerste plaats niets te maken heeft met 'een hoog verstandelijk vermogen' maar wel met het uitdiepen van 'Svā', het ZELF.

*De belangrijkste vraag is daarom: WIE BEN IK ???

ĪSVĀRAPRANIDHĀNA OF ALGEHELE OVERGAVE AAN GOD:

Īsvāra = God Pranidhāna = volledige overgave.

In de yogadarsana is Īsvāra de speciale Puruṣha van waaruit alle schijnbare, individuele Puruṣha's zijn voortgekomen.

Het is Dat wat we God noemen maar wat in de loop der tijden oneindig veel namen heeft gekregen. De ene noemt het Param Ātman of Brahman, de andere noemt het de Buddha Natuur, nog anderen verwoorden het als het Christusbewustzijn, enz. ...

Al deze namen en concepten van het Goddelijke beperken, ja, versluieren zelfs Zijn aard. Zelfs door het op deze manier te formuleren betrek ik Hem tot de mannelijke sekse.

Vandaar dat, dat wat het godsbeeld betreft in de upaniṣaden op een ontkennende wijze wordt gereageerd met de woorden: “*NETI NETI*”, wat zo veel wil zeggen als: Het is niet dit of niet dat. Daarom is het misschien waardevol om eventjes halt te houden bij de vertaling van het woord: ‘upaniṣad’ wat zoveel betekent als: “*dicht bij neerzitten*”. Waar kan dit ‘dicht bij neerzitten’ bij de ‘ENE’ intenser gebeuren dan in de diepte van het eigen Hart?

Ook de Buddha trok in deze lijn z’n Universele Leer door. Steeds ontkennend reageerde hij op dat wat betrof het conceptuele beeld van God.

Toch mag men ook niet vergeten dat eender welk hulpmiddel – dus ook de naam van God – z’n belangrijke plaats krijgt toebedeeld om te komen tot de realisatie van het Uiteindelijke. Bhakti yoga is hier van het bewijs.

Door volledige toewijding aan het gekozen Godsbeeld, gecombineerd met meditatie hierop, wordt een staat van bewustzijn bereikt waar het object (iṣṭa devata) helemaal wordt opgenomen in het subject (de mediterende). Daardoor komt de ervaring tot stand dat subject en object versmelten met elkaar in één Essentie.

Maar waarom dan niet het eigen lichaam als Iṣṭa Devata beschouwen. Uiteindelijk is dit toch niets anders dan een gekristalliseerde vergoddelijking van Īśvāra! Blijkbaar is deze laatste voor velen toch niet zo’n makkelijke opgave daar in plaats van een loskoppeling, een subtiele gehechtheid kan ontkiemen. Toch is volgens mij de weg van het analytische zelfonderzoek dat vertrekt vanuit het eigen lichaam een zeer waardevolle. Juist omdat daarin alles aanwezig is dat ons bewust kan maken van de vele goddelijke onderdelen. De psychologische afstand, waardoor wij – tot zelfs in onze sublieme ik-heid - onszelf afgescheiden voelen met het andere, wordt dan herleid tot het oneindige “Nulpunt”. Vanuit dit standpunt heeft de Buddha het daarom over “anātman” of “geen Ātman. ...

... Dit laatst genoemde kan zelfs de devote yogi diep shockeren. Als dit zo het geval is, is het misschien het juiste moment tot overpeinzing om ook de noodzakelijke afstand te nemen van zelfs de meest verfijnde en edele gedachten wat betreft het ‘zelfgecreëerde Godsbeeld’.

Toch, deze Essentie, die ervaren wordt op een Universele manier, ongeacht welke soort techniek of pad dat men toepast of volgt, ligt in het bereik van één ieder, mits uiteraard de nodige volharding (Tapas) wordt aangewend in het verwerven van een schrander zelfonderzoek (Svādhyāya). Deze twee

moeten gedragen worden door een algehele overgave aan het Absolute (Īśvāra Praṇidhāna) dat alles doordringt. Want zonder deze laatste vervalt men maar al te vaak in het eigenbelang van de egocentrische soort.

Feit is; dat door deze Goddelijke krya-weg, die zich laat kennen in diepe meditatie, en daardoor haar geur verspreidt als een kosmische lentebloem, deze mens niet anders meer kan dan zichzelf over te geven aan het Onnoemelijke. Hij ontmoet het ENE in het al, en het al in het ENE. Het is pas wanneer dit inzicht levend wordt voor de mens die op zoek is naar Waarheid, tevredenheid voelbaar zal worden in elke cel van z'n lichaam. Het is fijn om in zijn/ haar aanwezigheid te zijn. Diegenen die op zoek zijn naar echte Werkelijkheid worden door hem/haar aangetrokken zoals een bij naar de bloem.

In de Brihadaranyaka upanishad lezen we als aansluiting hieromtrent:

Zie, niet omwille van de echtgenoot is de echtgenoot dierbaar, maar omwille van het Ātman is de echtgenoot dierbaar;

Niet omwille van de vrouw is de vrouw dierbaar, maar omwille van het Ātman is de vrouw dierbaar.

Niet omwille van de zonen zijn de zonen dierbaar, maar omwille van het Ātman zijn de zonen dierbaar.

En in de Bhagavad Gita zegt Kṛṣṇa (het Bewustzijn of God) tegen Arjuna (het verheven verstand):

Aan hen die alleen Mij aanbidden, aan niets anders denken, en die steeds harmonische zijn, breng ik volledige zekerheid.

Zelfs zij, die vol vertrouwen andere goden aanbidden, aanbidden en vereren Mij, o zoon van Kunti, zij het in strijd met de aloude wet.

Want Ik ben de genietter van alle offerand en ook de Heer, maar zij kennen Mij niet in essentie, en daarom vallen zij.

Zij die de stralenden aanbidden gaan tot de stralenden; naar de voorouders gaan zij die de voorouders aanbidden; naar de geesten gaan de geestenaanbidders; en zij, die Mij aanbidden, komen tot mij.

*Van hem, die Mij vol toewijding (bhaktya) een blad,
een bloem, een vrucht, en water offert, van dat zelf
dat naar zuiverheid streeft, neem Ik het aan, daar
het vol liefde en devotie is geofferd.*

*Wat ge ook doet, wat ge ook eet, wat ge ook offert, wat
ge ook schenkt als gift, wat ge u ook ontzegt, o zoon
van Kunti, doe dat als een offer aan Mij.*

*Zo zult ge bevrijd worden van boeien van handeling,
die goede en boze vruchten afwerpt; en zelf tot
harmonie gebracht door de yoga van verzaking, zult
ge, wanneer ge bevrijd zijt, tot Mij komen.*

Men zou zich de vraag kunnen stellen: hoe komt het dat wij niet allemaal kunnen leven vanuit deze uitzonderlijke levenshouding? ... Of dat er anderzijds mensen bestaan die – schijnbaar zonder zich bezig te houden met een meditatiepraktijk – toch een uitzonderlijke vorm van ‘overgave’ schijnen te bezitten?

Dit kan te maken hebben met verschillende factoren, maar naar alle waarschijnlijkheid vooral door het karma dat gedragen wordt door het Universele Dharma dat z’n evolutieproces uitdrukt in oneindig vele vormen, plaatsen en tijden. Enige verduidelijking hieromtrent zal waarschijnlijk gebracht worden in het volgende hoofdstuk, maar wat ik nu reeds wil suggereren is: dat wij niet allemaal gelijktijdig zijn opgestapt op de ‘spirituele trein van Zelfkennis’.

Waar het om gaat in de beoefening van Īśvāra Praṇidhāna is: ons met eerbied en respect te durven overgeven aan het Ongekende. Aan dat PRINCIPE dat het ganse heelal stuurt, waarvan elke bestaansvorm, dus ook ieder mens, een deeltje van is. Wat hierbij opvalt is dat er een bepaalde transformatie van het denken opgang komt die de nodige “Ojas” (dit is het fijnste weefsel dat het lichaam de nodige kracht geeft tot de aanmaak van reserve’s en de werking van het immuuniteitsysteem, maar vooral de nodige spirituele viriliteit of kracht verschaft voor de Universele Mens) vormt waardoor spontane vairāgia (onthechting) een voldongen feit wordt.

Daar deze Ojas, die op een spontane wijze het gevolg is van de hoogste overgave ook gaat inwerken op een transmuterende wetmatigheid (natuurlijke genenmanipulatie door verandering van de d.n.a. structuur?), kan dit één van de verklaringen zijn van de zogezegde “wonderbaarlijke genezingen”. Wat men echter in ogenschouw moet nemen is; dat al deze natuurlijke reacties niet als hoofddoel moeten beschouwd worden, maar

gewoon het natuurlijke gevolg zijn van een niet slaafse, onbaatzuchtige overgave. Dan pas is het bevrijdende Inzicht geboren; dat alles wat je nodig hebt om te komen tot Īśvāra, je tegemoet zal komen op het gepaste moment in tijd en ruimte.

Vandaar de prachtige uitdrukking;

“niet mijn wil, maar UW WIL geschiede”.

Aangezien het menselijke gevoel op een uitzonderlijke wijze wordt gesublimeerd en getransformeerd in het proces van overgave, moet men er zich toch steeds rekeningsschap van blijven houden van de te vervullen rol in het dagelijkse leven.

Ook hierin moet er een ‘middenweg’ bewandeld worden. Want het is niet de bedoeling dat we onszelf laten begiftigen met zweverige toestanden. Hoewel deze laatstgenoemden zich wel kunnen (en zullen) voordoen in de stille overgave van ‘meditatie’; toch moet er een constante realistische beheersing beschikbaar blijven in al de lagen van het geconditioneerde zelf. We moeten er op toe zien dat er communicatie mogelijk blijft, zowel naar de innerlijke, alsook naar de uiterlijke wereld.

Īśvāra Praṇidhāna heeft dus niets te maken met de afhankelijke overgave van de sektarische soort. Het is met andere woorden; geen blind volgelingschap, dan wel een “Spiritueel leerlingschap”.

Een yogi, wanneer hij/zij niet in volledige overgave kan buigen voor zowel het grassprietje als voor de koning, het aangename of het onaangename, heeft nog niet de ware inhoud ontmoet van Īśvāra Praṇidhāna.

Het volgende verhaal zal dit verduidelijken:

Er was eens een asceet die zich al jaren bezig hield met strenge zelftucht en meditatie. Hij leefde daarom ook teruggetrokken in een grot aan de rand van het Himalayagebergte.

Op zekere dag toen hij diep verzonken was in meditatie in z’n poging om één te worden met God, kreeg hij bezoek van een klein hongerig muisje. Het arme diertje kwam zo stil mogelijk naar binnen getrippeld. De asceet die zich erg gestoord voelde – het fijnste geluid wordt in diepe stilte 100x verdubbeld – begon het diertje uit te kaffen met de lelijke woorden: “Stomme muis, waarom stoort je mij, zie je niet dat ik een poging doe om één te worden met GOD!?”

Waarop de guru in de vorm van een muisje antwoorde:

“Maar jongen toch; waarom zou je één kunnen worden met God terwijl je het nog niet eens kan zijn met mij?!”

De moraal:

*Wanneer stille Overgave voelbaar is in het lawaai van alle dag, wordt, zoals Ātma Muni het zegt: de gouden beker gepolijst waarin God z'n Levensnectar kan uitschenken. Dit gebeuren voltrekt zich in de toestand van "Vṛtti Nirodha", waar al de vṛttis zijn geofferd aan Dat waaruit ze zijn ontstaan.

Wanneer dit een voldongen feit is geworden ontstaat er Opperste Vairāgia (spontane Onthechting).

Dan heeft de stem van het Dharma het overgenomen van het karma.

De mens is dan bewust thuis gekomen vanwaar hij nooit is weggeweest, hij is de Stem van het Leven zelf (Yama en Niyama) geworden.

* Īśvāra Praṇidhāna is enerzijds het spontane gevolg van het beoefenen van de negen ander yama's en niyama's maar anderzijds een absolute voorwaarde om deze negen op hun juiste manier te kunnen beleven. Het is als het ware de motor die ons voortstuwt op het Pad.

Daarom mag men stellen dat Īśvāra Praṇidhāna samen met Ahimsa het noodzakelijke spirituele spanningsveld vormt voor de zoeker naar 'Goddelijke Waarheid'.

KARMA en DHARMA

Het is welbekend dat het begrip “karma” zeer vele opvattingen en vertalingen in zich meedraagt.

Heden ten dage komt men het waar dan ook op de wereld, praktisch in iedere cultuur tegen. Men hoort er over spreken in menig t.v. programma of wordt ermee geconfronteerd wanneer men één of ander vrijetijds magazine ter hand neemt.

In vele gesprekken wordt deze term vaak te pas of te onpas gebruikt, de ene keer als verheldering, de andere keer als vernauwende beperking. Op een onwetende wijze wordt men er soms - vanuit een hautaine geesteshouding - mee rond de oren geslagen in de vorm van een te dragen schuld waar je nu eenmaal niet meer onderuit kunt. Men krijgt dan soms, wanneer het eens niet mee wil zitten in het leven, het verwijt toebedeeld: “dat is je karma”, met andere woorden; dat is nu eenmaal je schuld.

Door het begrip te simplificeren, is deze Universele wetmatigheid vervallen in een stopwoordje waar de welbespraakte stem stellig gebruik van maakt. Dit is waarschijnlijk één van de redenen waarom het woord ‘karma’ heden ten dage wereldwijd in menig cultuur verspreid is geraakt. Ook in de onze. En wel op zo’n vanzelfsprekende manier; dat we het woord al terug kunnen vinden in het groene boekje van de Nederlandse taal.

Maar omdat vooral de westerse geest de inhoud ervan meestal degradeert tot spinsels daar waar het het eigen voordeel betreft, wordt hierdoor spijtig genoeg het verlichte intellect (buddhi) lam gelegd.

Hierdoor ontnemen we ons de ruimte om door te dringen in de dieper liggende Waarheid waarin alles ontstaat, bestaat en terug wordt opgenomen.

De weinige perioden in dit lichamelijke leven dat we erover (durven of kunnen) denken of spreken in functie van ‘Waarheidsliefde’, zijn eerder gering in aantal.

Heeft dit misschien te maken met de zogezegde welstand waardoor we meestal gedrogeerd worden?

Inderdaad, de dag van vandaag – vooral dan in onze westerse samenleving – hebben de meesten onder ons middelen in overvloed om te leven, maar geen doel om yóór te leven.

Laten we eerst het woord zelf eens onder de loep nemen;

“karma” is afgeleid van de wortel *kr*, en heeft in de loop der tijd vele betekenissen achtergelaten zoals: actie, handeling, prestatie, karwei, taak, plicht, dienst, speciale plicht, bezigheid, religieuze riten, werk, activiteit, beweging, resultaat, oorzaak en gevolg.

Deze laatste is de algemene bepaling van “karma”, m.n. de wet van: **“oorzaak en gevolg”**.

Wanneer we bedenken dat alles wat we hebben en zijn, het product is van onze eigen oorza(a)k(en) maar dat dit 'eigen' (geconditioneerd bewustzijn) een product is van "**ZIJN oorzaak**", kan deze gedachte ons enerzijds doen huiveren van onmacht of ons anderzijds tot het proces van inkeer roepen. Zo brengt één enkele handeling, het zij op het oorzakelijke, mentale of fysische niveau, een oneindig scala van reacties teweeg. En dit in de nabije of ver weggelegen toekomst.

Het huwelijk is hiervan een mooi bewijs. Toen ik indertijd, nu reeds al twintig jaar geleden, de ingeving ontving - van wat of waar dan ook - om het meisje waar ik dolverliefd op was geworden, mee uit te vragen naar de bioscoop, had ik in de verste verte niet durven of kunnen denken welke gevolgen dit de volgende twintig jaren allemaal met zich mee had kunnen brengen, zowel aangename als onaangename.

Toch ligt deze keuze mee aan de basis van m'n huidige bestaanstoestand en m'n bepaalde levensopvattingen, want het is door toedoen van deze vrouw, samen met m'n moeder, dat ik destijds naar de yogalessen werd gestuurd in Herentals.

Maar ook hun keuze tot aansporen werd bepaald door de afschuwelijke depressie die zich meester had gemaakt van mij.

Blijkbaar is deze zwarte periode, of donkere nacht van de ziel, het beste geweest wat me ooit is overkomen, want ook deze oorzaak droeg toen reeds de kiem in zich van een bevrijdend Inzicht, dat gelegen was in de toekomst.

Ik denk dat het hier voor zich spreekt, dat wanneer de mens zich openstelt voor een Universeel zelfonderzoek (svadyaya), hij tot een indringend besef komt van de ontelbare gevolgen van één enkele handeling. Maar vooral ook van het feit hoe b.v. één enkele gedachte die zich in tijd en ruimte verspreid een bepaalde uitwerking kan bewerkstelligen op eender welke entiteit.

Het laatst genoemde lijkt misschien wat overdreven of ver gezocht, doch, niets is minder waar.

Wanneer de ontnuchtering is ingetreden van het ware besef dat alles wat bestaat een uitdrukking is van één Oertrilling(Aum) die het spontane gevolg is van een soort kosmische dans tussen, zoals men het in tantra benoemt; Siva en Sakti. Of vanuit de yogadarśana; tussen Puruṣha en Prakṛti, en die in gans dit universum elke vorm, elke gedachte en zelfs elk idee laat trillen op z'n eigen niveau van bestaan, mogen we ons bewust worden van het feit dat elke daad die verricht wordt, zowel op het causale, het etherische of het grofstoffelijke niveau, een verandering teweeg brengt in zowel het uiterlijke als het innerlijke geheel. Concreet houdt dit in dat het spel van actie en reactie voortdurend werkzaam is in alles wat ademt en leeft. Maar vooral ook in het proces van denken, voelen en willen. Vermits

deze drie, met hun substraat; het etherische lichaam (sūkṣhma śarīra), in zowel een disharmonie of een evenwicht fungeren, zullen zij altijd hun vruchten afwerpen in de vorm van gevolgen van allerlei aard. Gedenk hier de uitspraak van Jezus:

“wie wind zaait zal storm oogsten”.

Let op! hij zegt niet; wie wind zaait zal wind oogsten. Dit kan een angstaanjagend argument lijken, toch; het is zoals het is. Het voorbeeld van Adolf Hitler, ongeveer zestig jaar geleden is hier een treffend bewijs voor. Hij had de macht mee van z'n charisma dat hij op een uitbuitende, maar vooral op een onwetende wijze heeft misbruikt waardoor hij, zonder het (waarschijnlijk) te beseffen (ook al zou hij de oorlog hebben gewonnen, en heerser geweest zijn van de wereld) z'n eigen ondergang plus dat van z'n volk heeft gedolven.

Toch moeten we ons ook hier durven afvragen in hoeverre dat hij ook wel niet de steun ontving van dit volk, dat hem vanuit een bepaald trillingsniveau omringde!...

... Is het zo'n rare gedachte; dat één zwakke schakel (Hitler) van een maatschappij juist dat gaat uitvoeren waar zijn omgeving is op afgestemd? ... Dus ook hier is het belangrijke onderzoeksargument van toepassing dat wanneer we b.v. met onze veroordelende wijsvinger de moordenaar, inbreker of verkrachter gaan beschuldigen, onszelf de vraag moeten durven te stellen: in hoeverre lig ik hier mee van aan de basis?... of, welke les heeft mij dit nu bijgebracht?

Vooraleer we het individuele karma gaan belichten zou ik eerst met behulp van de saṁkya en yogadarśana, maar vooral geïnspireerd door de meditatieve uitdieping van Suman, een eigen (beperkte) weergave willen schetsen in verband met de eerste karmische daad die aan de basis ligt van dit Oneindige heelal en die deze heeft tot stand gebracht met al z'n gevolgen:

Laten we aannemen dat Puruṣha (het Al-om-tegenwoordige Bewustzijn) die zichzelf wil leren kennen, een soort van kosmische dans aangaat met prakṛti (die onbewust van aard is), wat het uiteindelijke “AUM of MAHAT” repliceert van waaruit alles is ontstaan.

Hier moet de alerte geest zich bewust zijn van het feit dat ook hij/zij een product is van het gevolg van deze (eerste!?) Goddelijke creatie.

Afkomstig van dit eerste begin moet hij zich inderdaad de vraag kunnen stellen: als alles hierin terug te herleiden is, “waar was ik dan? ... of, waar ben ik dan altijd al geweest”? ... Jezus geeft hierop het ontnuchterende antwoord;

voor de tijd van Mozes “BEN IK”. Of nog: Er valt geen vogeltje uit de lucht zonder dat de VADER het weet.

Deze kosmische dans, die doordrongen is van Goddelijke Intelligentie, zou ik willen vertalen als het DHARMA (goddelijke intelligentie). Dit DHARMA, zou ik als de potentie van MAHAT willen noemen. Beiden liggen zo in elkaar verweven dat er bijna geen onderscheid is te maken met het relatieve verstand dat er een 'gevolg' van is.

Dit "MAHAT" of "de Kosmische Intelligentie", draagt een zeer hoge graad van "sattva"(zijnsheid) in zich mee.

Zoals Atma Muni het naar voor brengt is het Dharma op een mooie manier te vergelijken met het zogenaamde kosmische, alomvattende computerprogramma dat gecreëerd is door Puruṣa (God). Het is er één mee en daardoor, maar vooral ook "daarvoor" tot ontwikkeling gebracht.

Dus het doel van het Dharma is; zijn ware aard bewust te zijn. Daarvoor heeft het, met behulp van z'n prakṛtische hoedanigheden, ontelbare programma's ontwikkeld. Met andere woorden; de oorzakelijke blauwdruk (de eerste karmische daad heeft zich voltrokken) is gelegd voor alles wat is ontstaan, zal bestaan en terug zal worden opgenomen in **DAT** waaruit het nooit is weggeweest.

Schematisch ziet dit er als volgt uit:

Weergave van "**Bewustzijn in evolutie**"; geïnspireerd door de zienswijze van Suman:

Māhat, het spanningsveld dat ontstaan is tussen de interactie van de twee statische polen; Puruṣa (het al-ombewuste) en Prakṛti (het onbewuste), wat zich laat kennen in het zogenaamde mystieke AUM, draagt door middel van z'n trigunische werkelijkheid, het ganse universum in zich mee. Van daaruit zijn de oneindige replica's voortgekomen waar we heden ten dage het gevolg of het product van zijn.

Dit Māhat (bewuste prakṛti of belichaamde Puruṣa) brengt vanuit z'n trigunische wetmatigheid voort;

*Māhat sattva = kosmische citta, op het individuele niveau brengt dit de citta of het scherm van het bewustzijn voort. Het is er als het ware mee verbonden zoals een druppel met de regen.

*Māhat rajas = kosmische buddhi, op het individuele niveau brengt dit het onderscheidingsvermogen tot aanschijn.

*Māhat tamas = kosmische Ahaṁkāra, op het individuele niveau brengt dit het individuele ego tot stand.

Het feit dat van daaruit alles wordt gerepliceerd door deze trigunische triade waarvan ook het eerste tamasische evolutieproduct; Ahaṁkāra (het egobeginsel) een gevolg van is, wordt Manas tot stand gebracht. Deze sattvische ruimte (manas), het spiegelbeeld van de kosmische Citta, is als het ware de subjectieve ruimte waarin de rajasische eigenschappen in de vorm van de vijf jñānendriyas en de vijf karmendriyas tot aanschijn komen. Daaruit voortkomend; de vijf tanmātras (subtiële elementen) die een belangrijke

rol spelen in het opnemen van allerlei informatie - zowel op het kosmische dan wel op het individuele niveau - moet men kunnen zien als de bepaalde kanalen waardoor informatie van allerlei aard, geleid en doorgestuurd wordt naar Buddhi. Daarin wordt een bepaalde selectiekeuze gemaakt ter behoud van (een) geheel.

Manas heeft dus de taak; alle zintuiglijke indrukken op te nemen, samen te vatten in bepaalde waarnemingen en ze door te geven aan het ego (dat uiteindelijk onder het gezag staat van buddhi. Deze is als het ware de 'dirigent' over het drieledige lichaam waar b.v. een spirituele of een egovereenzelve keuze gemaakt kan worden. Deze keuze wordt dan doorgeseind naar het ego van waaruit de bevelen worden uitgevoerd door de karmendriya's.

Dit ganse proces heeft tot gevolg dat er vele indrukken in de vorm van saṁkāra's en vāsanā's (begeerten van allerlei soort), bewust of onbewust worden vastgehouden. Daardoor zijn we vast gekluisterd aan het wiel van 'karma'.

- Zowel het kosmische als het individuele substraat "MANAS" draagt dus in zich: **5 jñānendriya**, **5 karmendriya** en **5 tanmātra**. Ook deze drie groepen van vijf ontstaan als het ware gelijktijdig vooraleer er (althans voor onze zintuigen), waarneembare vorm ontstaat. de vijf **jñānendriyas** zijn:

- horen
- voelen
- zien
- smaken
- ruiken

De **5 karmendriyas** of activiteiten zijn:

- Spreken
- Grijpen
- Bewegen
- Voortplanten
- Uitscheiden

De vijf **TANMĀTRA** of subtiele elementen zijn:

- Geluid (śabda)
- Gevoel (sparśa)
- Vorm (rūpa)
- Smaak (rāsa)
- Geur (gaṇḍha)

- Dus door het universele beginsel van "geluid" kan maar pas de mogelijkheid tot "horen" gecreëerd worden, daardoor komt het actieve, spontane deel van reactie (karmendriya) op gang m.n. "spreken".

En door het universele beginsel van "gevoel" kan maar pas de mogelijkheid tot "voelen" gecreëerd worden, daardoor komt het actieve, spontane deel van reactie (karmendriya) op gang m.n. "grijpen. Enz.

-Deze drie; m.n. jñānendriya (sattva) + karmendriya (rajas) + tanmātra (tama) geven MANAS inhoud. Ze komen als het ware gelijktijdig tot aanschijn in zowel het schijnbare buiten (heelal) als het schijnbare binnen (individu).
Daaruit komen voort de vijf **MAHABUTANI**:

- Ruimte (akāṣa)
- Lucht (vayu)
- Vuur (tejas)
- Water (āpa)
- Aarde (pṛthivi)

- Deze zijn de elementen, de basiskwaliteiten of energieën waaruit gans het universum is opgebouwd. Hun onderlinge samenstellingen liggen aan de basis van een oneindige aantal vormen van allerlei aard, zoals de **drie doshas**, de **zes rāsa** (smaken) en de **zeven dhātu** (weefsels).

Dit beeld dat een mix is van zowel de Sāṃkya als de yoga filosofie, maar op een door meditatie verkregen wijze tot stand is gekomen door één van m'n respectabele guru's; Suman ji, laat op een prachtige manier aanvoelen hoe het Goddelijke karma dat gestuurd wordt door Goddelijke Intelligentie (Dharma), het verstand tot op een zekere hoogte kan verlichten. Doch; maar één doel voor ogen heeft; "het afzetten van de computer" (yoga-citta-vṛtti-nirodha).

Om aan te tonen dat het hier gaat om een Universele zienswijze die kan verkondigd worden op alle plaatsen, alle tijden en alle culturen, hier een fragment uit het eerste hoofdstuk van; 'de wijsheid van Jezus Sirach', vanuit het oude testament:

God is de schepper en gever van de wijsheid.

*1) ALLE WIJSHEID komt van de Heer
en is bij Hem tot in eeuwigheid.*

*2) Het zand van de zeeën, de druppels van de regen
en de dagen van de tijd: wie kan ze tellen?*

*3) De hoogte van de hemel, de breedte van de aarde
en de diepte van de zee:
wie kan ze achterhalen?*

*4) Vóór alle andere dingen is de wijsheid geschapen
en het denkend verstand is van eeuwigheid.*

*5) De bron van de wijsheid, dat is het woord van God in den hoge,
en haar wegen zijn eeuwige regels.*

*6) Voor wie werd de wortel van de wijsheid blootgelegd
en wie kent haar diepzinnig beleid?*

*7) Aan wie is de kennis van de wijsheid meegedeeld
en wie heeft haar rijke weten bevat?*

*8) Eén alleen is wijs en zeer te vrezen:
Hij die zit op zijn troon.*

*9) De Heer, Hij is degene die de wijsheid heeft geschapen,
die haar heeft gezien en uitgemeten
en haar heeft uitgestort over al zijn werken;*

*10) in al wat leeft is zij aanwezig,
zoals Hij haar geeft.
Hij deelt haar toe aan wie Hem liefhebben.*

Wanneer door de techniek van 'samyama' (meditatie) de innerlijke ervaring van 'vidya' (bewustzijn van de Waarheid) als een genade wordt toebedeeld, merkt men vanuit deze de Universele inhoud op die is opgetekend in al de wereldreligies. Zoals de welbekende feitelijkheid in yoga aantoont dat al wat bestaat, het gevolg is van de interactie tussen Puruṣa en prakṛti, en daardoor op een gelijktijdige manier het Mahat (Aum, de zoon van God) in het spel komt van waaruit alles ontstaat, bestaat, en terug wordt opgenomen, zien we dit ook terug komen in bovenstaande passage. Weliswaar in andere woorden, doch, door innerlijk Inzicht is dit geen storende factor meer. Trouwens, wanneer de juiste inhoud aanwezig is in het eigen Hart, zal elk woord, ieder vers, alles wat ademt en leeft, een levende richtinggevende factor kunnen betekenen voor de Waarheidzoekende mens. Het zijn niet de woorden die ons bevrijden, maar wel het juiste gehoor eraan. Woorden kunnen ons alleen op weg helpen naar een bepaalde richting, toch, vroeg of laat dienen ze ook achtergelaten te worden, of beter gezegd; 'opgenomen te worden door het Universele woord (Aum) zoals beschreven staat in de hier bovenvermelde passage (vers 5) van Jezus Sirach. Dit trouwens weerlegt niet de zuivere benadering van het spirituele onderricht van Shrī Nisargadatta Maharaj, die de vragende mens steeds antwoord met een wedervraag die dwingt naar binnen te gaan en daar het antwoord achter de vraag te ontdekken.

Hij zegt:

"Begrijp wat je eigen geest is ,en zijn greep op je valt weg. De geest begrijpt nooit waar het om gaat – zijn karakter zelf is één groot misverstand. Het juiste begrijpen is het enige geneesmiddel, welke naam je er ook aan belijft te geven. Dat begrijpen is het begin en het einde, want het ziet de geest voor wat die is.

Niets dat je doet zal je veranderen, want je hebt geen verandering nodig. Je kunt je geest of je lichaam wel veranderen, maar

veranderingen betreffen altijd de dingen die je niet bent. Waarom zou je je dan druk maken om iets te veranderen? Geef je er voor eens en voor al rekenschap van dat noch je lichaam, noch je geest jou-zelf is, en sta daar dan alleen, in je ware natuur, voorbij bewust in onbewust. Geen inspanning kan je daar brengen, alleen de helderheid van het begrijpen. Spoor je misvattingen op en laat ze los – dat is genoeg.

Er valt niets te zoeken of te vinden, want er is niets verloren geraakt. Ontspan, en volg het spoor van 'Ik Ben'. De uiteindelijke Realiteit ligt daar net achter.

Wees stil, zwijg; de waarheid zal in je opspringen of, juister, ze zal je onder haar vleugels nemen”.

Bezoeker: “Moet ik niet eerst mijn lichaam en mijn geest kwijtraken?”

Maharaj: “Dat kun je niet, want het idee dat je ze kwijt zou moeten raken bindt je al aan ze. Je kunt alleen kijken, begrijpen en loslaten”.

Om terug te komen op het onderwerp van het Dharma -waar we uiteindelijk altijd in aanwezig zijn - met z'n karmische gevolgen schijnt het dat menig mens zich meer geïnteresseerd voelt aan het grote aanbod van programmaatjes op zich, dan aan **DAT** waarvan ze zijn uitgegaan.

Daardoor geeft hij zich – onbewust – over aan het karmische wiel van actie en reactie, wat de consequentie met zich meebrengt van; het onbewust zaaien van indrukken (van allerlei aard) in de citta (karmasāya of het verzamelbekken van karma,) dat zich uitdrukt in een sluimerende onrust, angst en egocentrisme.

Door het aannemen van deze levenshouding komt hij maar al te vaak voor de vele verrassingen te staan – zowel aangename als onaangename – die hij dan als “toeval” ervaart.

Als er één woord is dat je mag schrappen in je (innerlijke) woordenboek is het wel dit (toeval). Want; is niet alles wat bestaat of gebeurt een gevolg van een – maar vooral van **ZIJN**, of hoe je't ook wil noemen – oorzaak of oorzaken? Als toeval zou bestaan zou deze toevalligheid tot aanschijn komen zonder een voorafgaande oorzaak. ... Toch zijn er blijkbaar nog wetenschapslui die beweren dat gans dit universum berust op een toevalligheid. Waarom? Omdat ze de oorzaak er niet van kunnen achterhalen. Maar ook wij, wanneer we iets als “toevallig” quoteren, doen dit ook min of meer op deze basis.

Omdat het mechanisme van karma zo onoverzichtelijk lijkt voor het beperkte verstand, wil dat nog niet zeggen dat we ons als dwaze naïevelingen moeten gedragen t.o.v. deze goddelijke wetmatigheid. Het feit dat Gods wegen ondoorgrondelijk zijn is op een mooie manier te vergelijken met iemand die, bij strakke wind, op een hoge toren staat en een hele zak met pluimpjes uitschudt en deze nadien dan allemaal terug moet gaan zoeken, geeft dit bovengenoemde kracht bij tot begrip ervan.

Wezenlijk is het van bewust te zijn dat er zo iets bestaat als een “Goddelijke cumulatie” – zoals te vergelijken met het voorbeeldverhaal van Atma Muni in het Aum magazine (vol.14) van de in de muur loskomende spijker, die door de miljoenen trillingen van de voorbij komende auto’s en vrachtwagens op de drukke weg, loskomt, en de omhoog gehangen kader op de grond laat kapot vallen. Hoewel velen dit simplistisch vinden en daardoor dan de opmerking maken: “als je zo begint te filosoferen heb je altijd gelijk”, kan men dit karmische realisme toch nooit zomaar naast zich neer leggen. Ja, vanwege deze vergelijking kan zelf het schuldcomplex weerlegt worden. Omdat alles wat ademt en leeft als replica van de eerste Oorzaak, gewoon gevolgen ondergaat van miljoenen oorzaken die ook daaruit cumuleren, richt het zogenaamde schuldcomplex, dat berust op eenzijdige interpretatie van datgene wat men overkomt, de mens vaak ten gronde.

Maar om nu zomaar te stellen dat we nooit schuld hebben is ook te voorbarig en kan daarom zelfs ook leiden naar ongezonde toestanden die kunnen uitmonden in laksheid en onverantwoordelijk gedrag van allerlei aard.

Omdat de mens, door het jachtige leven, zichzelf voortdurend voorbij holt, getroost hij zich meestal niet de minste inspanning om hier eventjes halt te houden. Hij zal altijd voor verrassingen komen te staan als gevolg van onbewust te leven, wat op zijn beurt dan weer het gevolg is van de fundamentele onwetendheid (avidyā), of “erfzonde”. Hierdoor blijft hij vast gekluisterd aan het wiel van karma, van oorzaak en gevolg.

Aangezien deze laatste zin de oorzaak kan betekenen van weer allerlei speculerende interpretatie’s, moeten we enerzijds het verschil maar anderzijds de samenhang noteren tussen het collectieve karma, en het persoonlijke karma.

collectief en persoonlijk karma:

Dit zou men kunnen vertalen als het natuurlijke karma dat ingebed en eigen is aan een bepaalde soort of groep. Zo bestaat er b.v. het collectief karma van de wereld der mineralen, het plantenrijk, het dierenrijk, het mensdom enz...

Maar wanneer we het nog ruimer kunnen zien; ... Het karma van de wereld, van een zonnestelsel, ... en waarom niet één van een universum? ... Met andere woorden: wij behoren allemaal, zonder uitzondering, tot een soort van universeel karma waar wij niet onderuit kunnen. Stel je voor; ik zou in de lucht willen springen zonder terug te willen landen op de aarde. Ik zal hier nooit in gelukken omdat mijn lichaam, in overeenstemming met het karma der natuur, z’n spontane gevolgen moet ondergaan. Ik ben met andere woorden, of ik het nu wil of niet, gebonden aan de mystieke uitwerking van de ‘zwaartekracht’.

Atma Muni zegt hiervan het volgende:

We hebben al gezien hoe ongelooflijk ingewikkeld het weefsel is van oorzaken en gevolgen. Hoe eigenlijk alles met alles samenhangt of verbonden is in het heelal. Hoe dingen, klein of groot, die waar dan ook gebeuren, een klein of groot gevolg hebben op alles op alle plaatsen.

Natuurlijk moeten we relativiseren. Natuurlijk hebben de oneindig aantal kleine oorzaken dan ook een nauwelijks of niet waarneembaar gevolg.

Toch zullen we, als onze waarnemingen zich in grote mate verfijnen, ontsteld staan over de impact.

Aan de andere kant zijn de reeksen oorzaken en gevolgen die zich afspelen in het veld van een reeks nauw met elkaar verbonden elementen, eveneens sterk met mekaar verweven.

Zij vormen dan wat we het groeps karma of collectief karma kunnen noemen.

Immers nauw met elkaar verbonden groepen plegen gemeenschappelijke en verbonden acties of handelingen.

Neem bijvoorbeeld kleinschalig een familie of gezin. Daarvan maken al de leden onafhankelijk van mekaar hun eigen karma. Maar als familie of groep roepen zij ook nog een collectief karma in het leven. Hun gezinskarma en ruimer, in de grotere gemeenschap van familieleden, hun familiekarma.

Zo kunnen we het collectief karma van alle groepen of gemeenschappen (op menselijk dierlijk, mineraal en andere vlakken) afzonderlijk interpreteren.

Zo heeft een stad een stadskarma, een land een landskarma. De aarde heeft haar specifiek karma zowel als elk ander hemellichaam in de ruimte. Er is het karma van de zon, van de planeten, van de galactische stelsels, enz.

Kortom, het collectief karma van alle onderdelen van de kosmische hiërarchie.

En vergeet niet dat wij als individu deel uitmaken van al deze overkoepelende karmagemeenschappen.

Maar ook naar onderen toe.

Wij vertegenwoordigen het collectief karma van al onze stelsels en organen, van al onze opbouwende cellen en atomen.

Lijkt dit overdreven? Vergelijk het dan maar met de samenhang en de interactie van alle energieën en atomaire en subatomaire vormen uit het heelal, en van alle galactische stelsels of melkwegen met elk hun miljarden zonnestelsels.

(aum magazine vol. 14)

Toch, drukt dit “niet met het verstand te vatten karma” zich blijkbaar uit in oneindige replica’s van velerlei soort.

We zouden hier inderdaad kunnen spreken van een subcreatie van programma’s die ook weer zo intelligent van aard zijn (gestuurd door het DHARMA) dat ze menige soort van leven instinctmatig in stand houdt waardoor weer andere onderafdelingen van karmische wetmatigheden worden geproduceerd.

Is het niet verwonderlijk om vast te stellen hoe de duizenden mieren op de grond, schijnbaar levend in een complete chaos, gestuurd worden door een hogere entiteit? En dat deze blijkbaar zulk een potentieel karmabeginsel in zich meedragen waardoor elk miertje weet wat het moet doen of moet laten om het mierenleger in stand te houden?

Of de bijen die ook ieder hun taak volbrengen in de bijenkorf ten dienste van hun koningin?

Al deze en nog veel meer voorbeelden vanuit het rijk der natuur zouden onze ogen moeten open laten gaan wat betreft: “Goddelijke Verwondering” waardoor het principe van geweldloosheid (ahimsa) tegenover alles wat ademt en leeft daarvan een spontaan gevolg wordt. Maar omdat dit Goddelijk karma enerzijds zo vanzelfsprekend lijkt en anderzijds lijkt te bestaan uit één groot toeval blijft er maar weinig respect en dankbaarheid over voor dit alles – vooral dan door de menselijke soort.

Om bij deze laatste eventjes stil te blijven staan;

Ook hier stellen we vast dat deze collectieve drang tot zelfbehoud, voortkomende uit de fundamentele onwetendheid, vele onderbewuste ingebakken vaardigheden ten berde heeft gebracht. Denk bijvoorbeeld maar aan de lichamelijke instinctieve verdedigende bewegingen die we onbewust uitvoeren wanneer het wordt aangevallen.

Maar, en dit is nu misschien niet zo’n mooie vaststelling, ook aan het feit dat de mensheid van tijd tot tijd wordt uitgedund door b.v. natuurrampen, oorlogen, ziektes enz ... Dit en nog veel meer behoort tot zowel het collectieve karma van de wereld als die van de soort ‘mens’.

Wanneer we het noodzakelijke inzicht verwerven dat ook wijzelf als evolutieproduct van het DHARMA, dat is ontstaan uit de interactie tussen Puruṣa en Prakṛti (zie weergave van bewustzijn), wordt voor een groot stuk het aangewezen schuldcomplex dat is voortgekomen uit de gecorrumpeerde geesteshouding, verbrand door viveka of het inzichtelijke onderscheidingsvermogen. Want iedere handeling die ik pleeg komt uiteindelijk tot uitdrukking als gevolg van deze eerste Kosmische daad. (zie schema)

Daar deze Daad ontelbare acties en reacties in zich meedraagt door te laten ontstaan, bestaan en vergaan, zouden we allereerst aan onszelf de vraag moeten leren stellen: "In hoeverre bevindt de moordenaar, verkrachter enz. zich niet in mij"? ... Is het hier dan nog aan de orde om te oordelen of te veroordelen daar waar het de medemens betreft?

Een ander argument, doch met hetzelfde uitgangspunt luidt; "de handeling die ik op deze moment verricht, maar vooral het motief, is het resultaat van de conditionering waarin ik op één of andere manier - maar dus geen toevallige manier - in verzeild ben geraakt. Dit maakt het feit duidelijk dat het gerecht, dat ook op een bepaalde manier hier rekening mee tracht te houden, doch daar uiteindelijk nooit echt in kan gelukken, wel eens als een ondeugend systeem wordt bestempeld.

Naar mijn's inzicht zal het innerlijke gerecht je altijd dat geven wat je nodig hebt om te groeien naar het bewustzijn van het DHARMA. Met andere woorden; door de terugkomende gevolgen met de verlichte geestesgesteldheid te aanvaarden maakt de mens het voor zichzelf en z'n omgeving veel aangename om te leven in een lichaam, maar vooral; hij zal gestuurd worden door het Goddelijke vertrouwen dat hem zonder woorden zal duidelijk maken dat z'n aardse leven wel degelijk zin heeft.

In z'n boek 'sta op en wees vrij' schrijft Selvarajan Yesudian hieromtrent;

Wanneer je zoals ik uit een land als India komt, waar de wet van karma, het drama der lotsbeschikking, zich zo onverhuld voor je ogen afspeelt, en je woont en werkt in het westen, dan kan je niet anders dan open en eerlijk vergelijken en de feiten presenteren. De westerling is in het algemeen veel te druk met uiterlijke dingen bezig om over de gevolgen van zijn daden na te denken. Vaak is hij zich er in het geheel niet van bewust dat hij zelf zijn lot over zich afroept, want hij is niet bekend met de karmische wet van oorzaak en gevolg. Hij weet niet dat toeval niet bestaat en dat hijzelf de veroorzaker is van alles wat hem in zijn leven overkomt.

Het vuur van de daadkracht stroomt hem door de aderen en zijn hart bonst van geestdrift en opwinding, wanneer hij een doel dat hij zichzelf heeft gesteld, wil bereiken. Pas naderhand komt hij tot

bezinning, maar dan is het meestal te laat, want spijt noch berouw kunnen het gedane ongedaan maken.

De westerse mens is geneigd bepaalde dingen in het leven lichtvaardig over het hoofd te zien, net zo lang tot hij uit pure onverschilligheid zijn verantwoordelijkheid ten opzichte van zichzelf en ten opzichte van anderen laat varen.

In India hebben vele mensen daarentegen een belangrijke les geleerd, die het leven ons heeft toebedeeld; het zit ons in het bloed om onze blik naar binnen te richten, om over onze daden na te denken en een besluit nogmaals te overwegen voor we het ten uitvoer brengen. We kunnen het ons niet veroorloven onbekommerd en lichtvaardig te handelen, want het lot heeft ons meer dan eens hardhandig tot bezinning genoodzaakt.

De treurigheid is echter maar oppervlakkig, want diep in ons hart schuilt vreugde.

In het oosten hebben we de tijd om het leven te beschouwen vanuit de retrospectieve hoogten en introspectieve diepten van ons wezen en te aanschouwen hoe snel het leven voorbij gaat. Wanneer er problemen op onze weg komen, zeggen we glimlachend tegen onszelf: "Het is het niet waard".

De gevolgen van onze vroegere daden krijgen we vroeg of laat te merken. Is het immers niet zo dat we op ieder moment in het heden al getuige zijn van de consequenties van ons verleden? We zouden ons daarom serieus moeten inspannen om over ons handelen na te denken en oog te hebben voor de onvermijdelijke gevolgen. Als het dan zo is dat onze ogen op de buitenwereld zijn gericht, ons verstand op scherp staat en onze handen jeuken om in actie te komen, laten we dan tenminste op momenten van stilte naar de stem van ons hart luisteren en haar wijsheid indrinken.

Op een dag zullen we dan kunnen zeggen: ik ben het lot dat ik zelf heb gecreëerd, want in mijn leven ben ik zowel oorzaak als gevolg. Karma is de eeuwige bevestiging van mijn vrijheid.

Hoewel men nooit alles moet veralgemenen voor elk individu; het hierboven gestelde citaat is een prachtige weergave voor het opbouwende gedachtegoed dat India kenmerkt. Niet voor niets is het daarom dat deze de bakermat van alle religie's wordt genoemd. Immers menig waarheidszoeker bezoekt daarom z'n Moederland; vanwege devote dankbaarheid en respect, maar ook om zich te laten onderwijzen in de lessen der wijsheid.

Toch is het naar mijns inzicht goed dat we niet de indruk moeten krijgen dat het India bezoek als noodzakelijke voorwaarde geacht moet worden om te komen tot de toestand van verlichting. Het Licht is ons veel dichterbij dan dit verre land. Het feit dat we erin leven maar het vergeten zijn door de verkeerde richting op te kijken, maakt van ons een dorre woestijn

waarin we langzaam maar zeker ten onder gaan. Daarom zegt Yoga: **“zoek Mij niet in de buitenwereld, maar in Je-Zelf”**.

Om het antwoord te geven op de vraag waarom we dan zo'n nood hebben aan hulp van de buitenkant? Omdat we de kracht en volharding missen om geconfronteerd te worden met al de lagen van dit Zelf. Want het zijn deze die moeten onderzocht en getoetst worden aan het eigen Sva dharma dat gerelateerd zou moeten zijn met het Universele Dharma.

En hoe komt het dan dat dit volhardingsvermogen (tapas gestuurd door “śraddhā”) ons wordt weerhouden? ... Een antwoord zou kunnen zijn: We hebben misschien nog geen klappen genoeg gekregen van het Leven waardoor onze ogen nog niet zijn ontsloten.

Of leven wij dan zo onbewust doordat we verblind zijn geraakt door de vereenzelviging met het ego dat alles naar zich toeigent en daardoor geen rust meer kent? Want inderdaad iedere daad; zowel het mentale, het verbale of het grofstoffelijke niveau bindt ons aan karma in de vorm van z'n gevolg.

Zoals het universum verzadigt is van deze wet, waarom zou dit dan ook niet zo het geval zijn met de microkosmos (denken, willen en voelen)?

Waar het op aan komt is; vertrouwen hebben in het DOEL en weten dat alles wat gebeurt, gebeurt om een bepaalde reden. Dit gebeuren dat op een schijnbaar onoverzichtelijke wijze gestuurd wordt door het dharma zal in de vorm van een verhaal waarschijnlijk meer licht werpen op de zaak.

Er was eens een koning die samen met zijn minister ging jagen in een dicht woud, dat vol zat met wild. Op een gegeven moment spande hij zijn boog en richtte zijn pijl op een gevlekt reekalf. Toen hij zijn duim zo ernstig verwondde dat hij de jacht moest opgeven. 'Bah! Mijn dag is bedorven!', gromde de koning geërgerd.

'O edele heer', zei de minister in een poging hem te troosten, "niets gebeurd zonder reden. Wie weet waar dit goed voor is" ...

Nu was de koning een driftig mens. Hij zou zijn minister om deze woorden ter plekke hebben neergeslagen, als zijn bloedende duim hem daar niet bij had gehinderd. Toevallig was er vlakbij een diepe, opgedroogde bron. De woedende koning gooide zijn minister er zonder omhaal in en vertrok toen, terwijl hij hem nog nariet: "Halvegare idioot! Dan is dit zeker ook ergens goed voor!"

Op dat moment verscheen er geheel onverwacht een horde wilde rovers. Die namen de koning gevangen, beroofden hem van al zijn juwelen en maakten aanstalten om hem aan hun goden te offeren. Zoals bij hen gebruik was, werd de koning door een priester gekeurd om vast te stellen of hij als offergave voldeed. Toen deze de bebloede duim van de gevangene zag, beschouwde hij dat als een ongunstig

voorteken en achtte hem onwaardig om als slachtoffer te dienen. Daarop lieten de rovers de koning lopen, die ineens moest denken aan de wijze woorden van zijn minister. In ijltempo keerde hij terug naar de bron, trok de verstotene eruit en vertelde hem alles wat er was gebeurd. De minister lachte en zei toen: 'Zo ziet u maar, majesteit, hoe goed het was dat u mij in de put hebt gegooid! Als u dat niet had gedaan, was ik vast in uw plaats aan hun goden geofferd!'.

Hoe komt het dan dat de ene mens zich kan schikken in z'n lot terwijl de andere voortdurend tegen de levensstroom op wil varen, hetgeen zoveel moeite, zorgen en pijn met zich meebrengt?

Hier zou men terecht mogen speculeren over het feit dat bij de aanvangstijd van de conceptie in de eerste plaats een keuze wordt gemaakt van een evoluerende entiteit dat een bepaald voertuig uitkiest om z'n reis verder te voltooien. Daarom wordt vanuit de algemeen Oosterse zienswijze aangenomen dat het niet de ouders zijn die hun kinderen kiezen, maar dat het de kinderen zijn die hun ouders kiezen. En in de tweede plaats; dat het ontvullend bewijs opblaast in de geest dat we niet allemaal vanuit dezelfde startblokklijn vertrekken met ons zogenaamde lichamelijke leven.

Zoals we zullen zien speelt ook deze wet van reïncarnatie een belangrijke rol in het aflossen van karma; hetgeen resulteert in inzicht en onderscheidingsvermogen (viveka khyāti).

Reïncarnatie; terug in het vlees komen.

Wanneer we vaststellen dat kinderen met zulke bepaalde eigenschappen geboren worden waardoor ze op zeer jonge leeftijd uitblinken in het ontwikkelen van bepaalde vaardigheden zoals bijvoorbeeld op een piano bepaalde muziekstukken kunnen spelen van Bach of Beethoven, kan de volwassene niet anders dan met volslagen verwondering hier tegenover staan.

Of hoe komt het dat het een bepaald kind meer bevattelijker is wat betreft verstandelijke slimmigheid of intuïtieve intelligentie dan het andere? Als dit allemaal zou berusten op een losse toevalligheid, hoe komt het dan dat anderen hun vroegere levenstoestanden kunnen herinneren en beschrijven alsof het gisteren werd opgeslagen in hun herinnering en er daardoor zelfs nog bepaalde fobieën en trauma's aan hebben overgehouden?

Niet alleen bepaalde regressie en hypnosetechnieken hebben meer dan voldoende aangetoond dat reïncarnatie, door z'n vele getuigenissen over gans de wereld verspreidt, hoort bij de kosmische wet van oorzaak en gevolg, maar zelfs ook spontane uitingen van mensen (vooral kinderen) vertonen op z'n minst eigenaardige situatie's, om nog maar te zwijgen van de vele déjà vu's die velen blijken te hebben en daar geen raad mee weten.

In het boek 'reïncarnatie' van; Cranston en Williams wordt hier allemaal uitvoerig op ingegaan. Maar omdat het in dit werk niet aan de orde is ons te verdiepen in deze materie omdat dit misschien tot sensatiegerichte afleiding kan zorgen ten opzichte van DAT waar het 'echt' om te doen is, namelijk 'leven in het hier en nu', toch mag men langs de andere kant niet de waarde onderschatten van deze feitelijkheid (reïncarnatie).

Een ander argument dat opvalt is; dat in al de religies vaste overtuiging schuilt dat de dood niet het einde is. We komen na de dood allemaal in een soort van "hiernamaals" terecht. Bijvoorbeeld in de kerkelijke theologie heeft men zelfs een plaats uitgevonden om karma af te werken dat nog niet helemaal is uitgewerkt; het zogenaamde 'vagevuur'. Of deze voorstelling iets te maken heeft met realiteit daar waar het de waarheid betreft is een ander paar mouwen. Feit is, dat in de vroegste jaren van het Christendom 'reïncarnatie' als waarheid werd aanvaard. Maar door een bepaalde conciliesamenkomst werd deze geheel geschrapt, het paste blijkbaar niet meer in het kraam van de zogenaamde 'kerkvaders'. Deze daad heeft beslist mee aan de basis gelegen van het kinderlijke, slaafse volgelingschap van het instituut 'de kerk', om nog maar te zwijgen over de macht die de priester kreeg toebedeeld om zagezegd te waken over het zielenheil van z'n schapen, die telkens wanneer de angst hun bevroog wat betreft de hel en het vagevuur, aflaten konden betalen om in de hemel te komen na hun dood.

Toch, aangezien heden ten dage het merendeel van de mensheid gelooft in reïncarnatie snappen maar weinigen het doel ervan.

In de tijd toen Armand Pien met z'n televisiespel; micro macro enig woordelijke contact zocht met z'n spelers aan de andere kant van de lijn en het onderwerp: 'reïncarnatie' was (waarop hij op een cynische manier liet uitschijnen dat hij daar absoluut niet in geloofde) stelde hij de vraag: ha, ha!, als reïncarnatie nu toch zou bestaan hi, hi, hi!, in wat zou jij dan willen terugkomen?

Wat mij ten stelligste verwonderde was het feit dat iedereen wilde terug komen in één of ander dier. Men had bijvoorbeeld de illusie dat men gelukkig zou zijn als men zo sterk zou kunnen zijn als een tijger of zich de koning te rijk zou voelen indien men terug zou kunnen komen in de vorm van een leeuw. Er was zelfs iemand bij die een vogel wilde zijn; daar zij de illusie had dat deze vrij kon zijn in z'n doen en laten, niet beseffende dat ook deze naar beneden moet komen om te eten en te drinken maar ook om te sterven. Deze en nog veel meer uitlatingen in verband met reïncarnatie zijn in de eerste plaats op doelstellingen der sensatie gericht in plaats van op haar eigenlijke bedoeling. Want heden ten dage is het niet zo

zeer de vraag 'hoeveel' mensen geloof hechten aan deze incarnatiewet maar eerder 'hoe' ze erin geloven. Geloven ze erin als een angstvallige voor de dood? Of prikkelt hun dit in hun studie naar de honger van diepere levenskennis? Dit zijn naar mijns inzicht, twee uitgangspunten die ieder voor zich op een eerlijke manier dient af te vragen vooraleer hij er de nodige energie in steekt om dit onderwerp uit te diepen.

Trouwens een yogi is er uiteindelijk niet op uit om steeds weer terug te reïncarneren in een lichaam. Uiteindelijk gebruikt hij deze vanzelfsprekende reïncarnatiewet als een uitgangspunt om z'n mentale denkvermogen te laten versmelten met de spirituele horizon. Als we het op de keper beschouwen kunnen we niet ontkennen dat alleen nog maar geboren worden geen lachertje is. Om nog maar te zwijgen over de geestelijke en lichamelijke groeipijnen in de puberteit. En alsof het daarmee gepasseerd zou zijn, het oud en ziek worden waardoor we dit aftakelingsproces steeds meer en meer willen remmen omdat de grote onbekende, "de dood" ons in het vizier komt – trouwens, iets wat nog niet gekend is gaat vaak gepaard met angsten van allerlei soort.

Wanneer we het woord 'incarnatie' vertalen, wat 'in het vlees komen' betekent, zou men zich gelijktijdig moeten afvragen wat er in dit vlees komt of, wat er nu op deze moment in aanwezig is.

Zoals reeds eerder allusie is gemaakt op de mens als microkosmos is dit ook hier aan de orde. Het replica dat we zijn, gecreëerd naar het eigen beeld en gelijkenis van God toont aan dat we kwalitatief al de elementen in ons meedragen waardoor ons de mogelijkheid ter beschikking wordt gesteld om zelf een soort van schepper te erkennen in ons dagelijkse doen en laten. Want we mogen echter niet het wetenschappelijke feit uit het oog verliezen dat ook ons lichaam een grove uitdrukking is van het oorzakelijke en het etherische gebied. En wanneer ik zeg; "dit lichaam" calculeert dat de ontelbare onderdelen in van organen, stelsels en cellen waardoor dit is gevormd. Hoe wonderbaarlijk is het niet om vast te stellen dat al deze onderdelen die onder een (schijnbaar) individueel beheer staan, voortdurend, of we er ons nu bewust van zijn of niet, gerelateerd is met het Goddelijke Dharmische Bewustzijn.

Wanneer we, zoals in het tweede hoofdstuk, het geconditioneerde bewustzijn onderverdelen in z'n driedig lichaam en doordringen in het feit dat in het kārāṇa gebied (oorzakelijk lichaam, met daarin de karmāśaya waarin het totaal van karma's zijn ingebed) alle indrukken worden samengebundeld in een soort van wolk. En dat deze dan wordt voortgedreven door de dharmische Intelligentie die op een spontane wijze wordt aangetrokken tot die subtiële vorm waarin het kan fitten waarin de mogelijkheid wordt gecreëerd tot denken, willen en voelen (sūkṣhma śarira), deze op zijn beurt dan weer gestalte krijgt in een fysiek lichaam

(sthūla śarira). Is het dan zo moeilijk om aan te nemen dat wanneer het grove deel in z'n onderdelen uit elkaar valt, de overige blijven bestaan?

Trouwens deze reïncarnatiewet is werkzaam in het fysische 'nu moment'. Gedenk hier ten eerste aan het wonderlijke samenspel der stelsels, organen en miljarden cellen waaruit het spirituele lichaam is opgebouwd, maar vooral aan de realiteit dat ieder moment oude cellen - die zijn opgebouwd uit eeuwige atomen - afsterven, doch, op datzelfde moment nieuwe cellen terug worden aangemaakt. Wij worden voortdurend vernieuwd. Zelfs onze erkende wetenschap stelt vast dat zeven jaar na de geboorte geen enkele cel meer aanwezig is in het lichaam. En dit gaat zo maar door in onze verdere levenscyclus. Wij worden voortdurend vernieuwd. Om nog maar te zwijgen over de steeds vernieuwde veranderingen van m'n denken, willen en voelen die tot uitdrukking komen in dit ene sterfelijke bestaan. Is het dan zo'n rare gedachte dat dit elektrochemisch proces mee aan de basis zou kunnen liggen van de creatie van beeld of vorm? ...

... Het feit dat ik zelf het gevoel heb dat ik reeds in dit leven verschillende levens heb doorleefd staft het hierboven vermelde. Want: "ik denk zelfs op een gans andere manier in vergelijking met twintig jaar geleden".

De vraag is nu: Wie of wat laat dit allemaal geschieden? Wat stuurt dat (schijnbaar intelligente) geconditioneerde bewustzijn?... Aangezien ik me niet bij machte voel hier een afdoend antwoord op te geven zou ik willen verwijzen naar bepaalde citaten van heiligen vanuit het verleden.

Christus zegt:

"Zie IK maak alles nieuw"

Kṛṣṇa zegt:

Het brahman is de moederschoot waarin IK de kiem des levens leg, van hieruit spruiten alle schepselen voort. IK ben de VADER die hen verwekt.

De Buddha zegt:

Hij is gelijk de lotus bloem, die in het water groeit, en nochtans hecht zich geen druppel water aan haar bloembladeren.

Wat betreft het filosofische domein van dat wat als 'mijn leven beschouwd wordt', is naar mijn's inzicht het belangrijkste facet: **vertrouwde overgave** in je eigen lot - dat niet van jou (ego) is, maar dat je scheppende ziel toebehoort - ,niet op de blinde maar op de "inzichtelijk wijze".

Waar het op aan komt bij het gefilosofeer wat betreft 'reïncarnatie' is: "het erkennen ervan" zodat dit ons de mogelijkheid verschaft onze reis verder te zetten van daar waar zij is geëindigd in een bepaald bewustzijnsniveau. Zoals we bijvoorbeeld 's avonds gaan slapen met een bepaald probleem,

het laten oplossen in het heiligdom van de diepe slaap, om er de volgende dag terug mee geconfronteerd te worden.

Zo zouden we kunnen stellen dat we, telkens wanneer we een lichaam achterlaten, de kennis die er tijdelijke mee verbonden was, meenemen naar een volgend waarin we de mogelijkheden krijgen toebedeeld dit verder te kunnen ontplooien om “de reis verder te zetten naar Bevrijding van het karmische wiel van doodgaan en geboren worden”.

Nu is het zo dat de meeste stervelingen zeggen: Oh, maar ik wil niet bevrijd worden uit deze toestand van pijn en lijden waar ik meestal alles kan verkrijgen wat m'n hartje begeert, laat mij maar gerust verder lijden. ...

... Door op zulk een manier ter reageren geeft hij zichzelf bloot aan gebrek van kennis daar waar het de diepere levensvisie betreft. Omdat juist de gehechtheid aan het uiterlijke geluk de dooddoener is, ons blind maakt en daardoor in een toestand van onbewust lijden plaatst, schijnen velen doelloos rond te dwalen in een vicieuze cirkel van ‘ongelukkig zijn’. Dit omdat ten eerste niet alle verlangens worden ingewilligd, en ten tweede omdat de gekregen resultaten geen blijvende voldoening verschaffen. Dit fenomeen wat voornamelijk gestalte krijgt in de zogenaamde ‘midlife crisis’, en niet persé gebonden hoeft te zijn aan een bepaalde leeftijd, kan enerzijds; door de eerlijke vragen die hieruit kunnen voortspruiten, het pad vrij maken voor spirituele introspectie, maar anderzijds leiden naar het beroven van het eigen (lichamelijke) leven.

Hier zijn we dan ook op het kritieke punt aanbeland wat betreft de zogenaamde “zelfmoorddaad”.

De mens die zich heeft ingelaten met Goddelijke Tapas ter verwezenlijking van het Essentiële Zelf, komt tot de wezenlijke ontzuivering dat; denken dat men het lichaam is, laat staan te denken dat men het kan doden, berust op een fundamentele onwetendheid of erfzonde (āvidyā).

Kṛṣṇa zegt hiervan het volgende:

Het onwerkelijke is niet; het werkelijke houdt nooit op te zijn; de waarheid omtrent beide is ingezien door hen, die het wezen der dingen geschouwd hebben.

Weet dat DAT onvernietigbaar is, waardoor het al wordt doordrongen, en dat niemand in staat is de Onvergankelijke te vernietigen.

Deze lichamen welke bewoond worden door de ENE ONSTERFELIJKE zijn zoals men weet, sterfelijk. Daarom o Bhārata strijd.

Wie DAT beschouwt als een doder in wie denkt dat hij gedood wordt, beiden zijn onwetend. HIJ doodt niet en HIJ wordt ook niet gedood.

HIJ wordt niet geboren, ook sterft HIJ niet; en na zijn bestaan, houdt HIJ niet op te bestaan; daar HIJ ongeboren is, steeds bestaande, eeuwig, vanouds geweest, wordt HIJ niet gedood, als het lichaam wordt gedood.

Hoe kan een mens, die weet dat DAT onvernietigbaar, eeuwig, ongeboren, onuitputtelijk is, een ander doden, o zoon van Pritha, of oorzaak zijn, dat hij gedood wordt?

Toch mag de vraag gesteld worden; vermits het lichaam, beperkt aan z'n eigen mogelijkheden, in bepaalde gevallen getergd wordt in de vorm van allerlei ziekten in hun terminale staat, het niet rechtvaardig zou zijn hier een einde aan te maken. Is dit dan zelfmoord of zelfbevrijding?...

... Aangezien dit dilemma één ieder moet oplossen vanuit het eigen bewustzijnsniveau wil ik het antwoord open laten. Toch gedenk; 'een mens is maar een mens', en het is naargelang waar hij staat op zijn niveau van evolutie dat dientengevolge z'n handelingen zullen uitdraaien oftewel naar het constructieve dan wel naar de destructieve gevolgen wat betreft 'spirituele ontwikkeling'.

Het hoeft hier geen betoog dat niet alleen de kamikaze piloten ten tijde van wereldoorlog twee, maar ook de hedendaagse terroristische zelfmoordcommando's die berusten in de waan dat ze er goed aan doen zichzelf plus de anderen het leven te benemen in functie van het (zogezegde) goede doel, zichzelf zeer veel karma op de hals halen en daardoor de bal volledig mis slaan. Toch ook hun betrachting ontspruit uit een voor hen schijnbaar goed motief: "strijden voor het heilige doel, waardoor ze toch de hemel zullen beëerven. Ook dit is een conditionering zoals een ander. Doch, blijkbaar zo sterk geestelijk gemanipuleerd waardoor een wapen is tot stand gekomen waar niet veel meer tegen in te brengen valt. Dit geloof in een zogenaamd van 'uitverkoren voortbestaan', kan dus zo sterk aanwezig zijn, dat zij die zwak staan in het leven en zich afhankelijk stellen van één of andere leidersfiguur, makkelijk het doelwit worden van het drogbeeld dat zij de uitverkorenen zijn en na hun heilige daad van zelfopoffering zullen verwijlen in één of andere eeuwige hemel.

Vooraleer we verder gaan is enige uitdieping noodzakelijk wat betreft de drie soorten van karma's waar de traditie rekening mee houdt. Maar, die vooral daar waar het de eigen individualiteit betreft, vele noodzakelijke inzichten kan in de hand werken.

Samcita karma:

Dit samcita karma is het totaal van het opgezelde karma dat ligt opgeslagen in de karmasaya (wat identiek is met de sūkṣhma śarira of het oorzakelijk lichaam.)

Het is mede vanuit deze dat we het moment van heden, hoe we dat ook ervaren, te danken hebben. Maar ook wordt deze nog steeds beroerd en gevoed door de handelingen die worden voltrokken in datzelfde heden moment van dit leven. Want men mag niet vergeten dat zowel in de actieve als in de schijnbare passieve handelingen altijd gevolgen verbonden zijn. Deze gevolgen strekken zich enerzijds uit naar de uiterlijke wereld, maar anderzijds dus naar een soort van innerlijke drager (karmāśaya). Het is in deze zielengrond dat vanuit de grijze oudheid de zaadindrukken liggen ingekapseld als gevolg van het individuele doen en laten van het menselijke bewustzijn. Het zijn er als het ware de overblijfselen van die vaak worden vergeten en meer zelfs nog; worden 'miskend'. Maar het is niet omdat wij ze niet kunnen waarnemen vanuit onze herinnering dat ze niet bestaan. Toch, hun bestaan ontleent zich maar al te vaak aan de vele fobieën en trauma's waar mensen mee te kampen krijgen in dit leven, denk hierbij aan de vele getraumatiseerde Vietnamveteranen die getekend zijn voor het leven. Toch hoeven het niet altijd van dergelijke gruweldaden te zijn die de zielengrond ondermijnen. Nog enkele andere voorbeelden zullen dit fenomeen kracht bij zetten.

Toen ik indertijd een kleuter was, en m'n moeder met mij naar de dokter ging om bloed te laten afnemen (wegens ouderlijke zorgenliefde) beleefde ik dit op een zo traumatische manier dat ik hysterisch werd van de angst. Ik krijste alles bijeen. ... Welke oorzaak hier verantwoordelijk voor was? ... God mag het weten (en zal het ook weten). De oorzaak had volgens mij, zoals ik er nu over denk, niets te maken met de zachte aanpak van de dokter maar meer met de beangstigende liefde van m'n moeder. Maar misschien ook met een geassocieerd onbewust herinneringsbeeld (van waar dan ook in de tijd). ...

... Jaren later toen we bij het leger in de rij stonden aan te schuiven om de gebruikelijke inentingen te ondergaan, waar ik uiteindelijk m'n hand niet voor omdraaide, doch, s'anderendaags toen het gebrul van de sergeant ons naar de rode kruiszaal loodste en ik wist dat het met 'bloed' te maken had, overviel me plots die panische angst die ik jaren daarvoor ervoer. Ik had de grootste moeite om me sterk te houden en niet flauw te vallen (dit werd trouwens niet getolereerd door de gevechtséénheid waar ik in verzeild was geraakt).

Hoewel ik wist dat deze ingeboezemde angst mede de oorzaak was van geassocieerde gedachten en gevoelens vanuit het verleden die in het heden kracht werden bijgezet door m'n eigen gedachten, stond ik er toch machteloos tegenover. Jaren later is dit fobie onderwerp geworden van een

tijdelijke sādāna waar ik me bewust en realistisch confronteerde met deze onwerkelijkheid. En hoewel ik in vele gevallen nog altijd de angstprikkels voel ontstaan in bepaalde bloederige momenten, meditatie heeft een ander licht geworpen op deze zaak, maar vooral; ik heb er mee leren leven en er zelfs veel uit geleerd. Vooral dan dit: zoveel te meer je iets wil veranderen in een bepaalde richting, zoveel te meer je de andere richting in het brandpunt gaat plaatsen van je aandacht waardoor dit gaat storen en je gaat hinderen in de beoefening van yoga, maar ook in de dagelijkse levensomstandigheden. Door de juiste yoga-sādāna, die altijd moet gericht zijn op het Wezen der dingen waardoor er een liefdevolle afstand en loslaten tot aanschijn komt, wordt alles verkregen op de gepaste moment; vertrouw daarop!

Een tweede voorbeeld in toepassing van de onbewuste herinnering die opduikt uit de zielengrond is het voorbeeld van een vriend die op de leeftijd van drie, vier jaar werd overvallen door twee Duitse herdershonden. Door de jeugd en de puberteit doorgemaakt te hebben werd dit voorval voor een bepaald stuk vergeten door het geheugen. Maar telkens wanneer er zich een situatie voor deed met een hond in zijn aanwezigheid; onderging hij een angsttoestand die hij niet kon plaatsen, sterker nog, de honden voelden blijkbaar zijn uitgestraalde angst en werden daardoor tot agressie gewekt.

Later, toen z'n moeder hem het antwoord gaf op de vraag waarom hij zoveel littekens had op de rug en de schedelhuid kreeg hij het te horen dat hij als kind dit voorval op een wonderlijke manier had overleefd.

Dit tweede voorbeeld laat ons duidelijk zien dat indrukken van onze levensomstandigheden worden ingezaaid in de karmāśaya (kāraṇa śarira) en dat deze hun invloed nog uitoefenen in onze huidige bestaanstoestand. Hoewel het de bedoeling is van Yoga deze zaadindrukken te elimineren, ze zijn anderzijds een soort van verdedigingsmechanisme voor lichaam en geest (manas). Want aangezien deze voertuigen hulpmiddelen zijn ter bestemming van het DOEL, moet de intelligentie de overhand hebben in het aanwenden ervan.

Daar zij voor een groot stuk de speelbal zijn van het saṁcita karma moeten zij toch door de neutrale waarnemer, zoals de scheidsrechter van een tennismatch, geleid worden. Dit is niets anders dan een praktische toepassing van yama en niyama in het leven van alle dag.

Inderdaad, wanneer ik spreek over bepaalde fobieën en trauma's in 'dit leven' sluit dit in dat er meestal nog andere levens aan zijn vooraf gegaan. Hier komen we dan terug op het domein van de reïncarnatiewet. Deze, zoals reeds eerder vermeld kunnen we niet loskoppelen van de wet van

karma. Ze speelt een grote rol in het totaalbeeld van de mens als evoluerende entiteit.

Deze entiteit mag men dus vooral niet verwarren met het menselijk lichaam, wel met het bewustzijn dat er van aan de basis ligt. Het is dus niet de mens die evolueert, wel zijn "bewustzijn" (Jivātman). Dit bewustzijn, met hierin opgeslagen; de vele samskara's of indrukken van z'n evolutie, worden enerzijds voortgedreven door het Goddelijke Dharma, maar anderzijds wordt dit ook gemanipuleerd door een wil die is vast gekluisterd aan een ego. Dit dwingt ons enigszins tot bezinning wat betreft de schuldvraag i.v.m. het karma.

Natuurlijk zijn wij verantwoordelijk voor onze eigen daden. Gedenk hier het spreekwoord: Wie z'n gat verbrandt moet op de blaren zitten.

Toch, wanneer we niet in stagnatie willen vervallen op het pad naar Zelfontwikkeling, raad ik ten sterkste aan van niet te simplificeren wat betreft deze 'karmadenkwijze'. Want alleen al de realiteit dat wij geboren worden met een (meestal) uitgewist geheugen zou de wijsheid moeten laten ontkiemen van in te zien hoe absurd het is om een oordelende vinger uit te steken naar de richting van schuld. Trouwens, kan men onwetend zondigen???

Of is het mijn schuld dat wanneer ik onbewust de straat oversteek en gebeurt wordt door een auto? ... Je zou kunnen antwoorden; 'natuurlijk', maar ik zeg; 'neen', want ik heb dit niet gewild. Door m'n op dat moment niet alerte geest heb ik het voertuig niet opgemerkt en is gebeurd wat moest gebeuren.

Ook de bestuurder treft geen schuld daar ook hij totaal verrast werd door dit schijnbare toeval.

Als er één de schuld draagt (als we dat zo zouden mogen stellen), is dat de Schepper zelf ...

... Natuurlijk, zoals we verderop zullen belichten, wil dat niet zeggen dat we er maar op los moeten leven ten koste van wat dan ook, zonder rekening te houden met de gevolgen die daar uit zouden kunnen voortspruiten.

Feit is dat het voor de yogi geen rol meer speelt wie of wat er 'schuld' draagt van de aan z'n oorsprong gelegen tijdelijke toestand van pijn en lijden. (denk hier terug aan de passage van Selvarajan Yesudian in z'n boek; 'sta op en wees vrij' p.81.)

Prārabdha karma:

Dit is het pakket van karma dat wordt onttrokken uit de totale voorraad van het latente opgezamelde saṃcita karma. Van de moment dat dit karma is opgeleefd, valt het lichaam terug in al z'n onderdelen uit elkaar. Bewonderenswaardig is het om vast te stellen hoe yogi's door hun beoefening van de techniek van samyama (concentratie, meditatie, samādhi) zelfs kennis kunnen verkrijgen wat betreft het moment van het afleggen van hun aardse lichaam.

Het prarabdha karma is dat karma dat ons door een soort van Meester Tvenaar (Dharma) wordt toebedeeld. Hij is het die ervoor zorgt dat we op het juiste tijdstip, de juiste plaats, in de juiste omstandigheden moeten geboren worden ten einde belangrijke levenslessen op te doen ter wille van het DHARMISCHE DOEL.

Zo kan het bijvoorbeeld voor het blinde oog onredelijk en zelfs onrechtvaardig lijken dat op het ene moment kinderen geboren worden in de arme slopewijken van India terwijl op dat zelfde moment andere kinderen geboren worden in een rijke koningsfamilie. Of dat er enerzijds kinderen ter wereld komen die reeds na enkele momenten sterven, en andere die meer dan honderd jaar oud worden. Waar ligt hierin dan de rechtvaardiging van het leven zou je je kunnen afvragen? Maar zoals reeds eerder gesuggereerd; het Leven is niet rechtvaardig, het is zoals het is, niets meer niets minder. Trouwens wat is voor een ganse evolutiecyclus honderd of duizend mensenjaren, een onbeduidend minuscuul druppeltje water op een oneindig grote hete plaat?

Wanneer ik zeg dat het prarabdha karma ons de mogelijkheid schenkt te evolueren naar de ware aard van het Zelf, moet men dit zeer duidelijk trachten in te schatten daar waar het de eigen levenshouding betreft. Men zou in volledige overgave en dankbaarheid moeten trachten te leven met het diepste besef dat het karmische pakket dat je is toebedeelt in dit leven een geschenk is dat je volkomen dient te benutten. Niet zomaar, wel op een bepaalde manier. Daardoor zijn we aanbeland aan een zeer belangrijke term; het 'sva dharma'.

Dit sva(=eigen)dharma dat we kunnen vertalen als; het beantwoorden aan een eigen specifieke manier van zijn van elk ding op zich zelf, dus zowel van een steen, plant, dier of mens is, of we het nu willen of niet, altijd verbonden met het Universele Dharma. Vandaar dat de mens, het culminatiepunt van de schepping, z'n eigen svadharma moet nakomen. Let wel; deze moet gerelateerd zijn met het Wezen der dingen (Dharma), anders doet hij zichzelf en de anderen onnodig veel pijn.

Dit svadharma wordt wel eens vergeleken met het beroep dat iemand uitoefent. Maar vermits het gestuurd wordt door de Intelligentie van de hoogste orde wordt daardoor de bal mis geslagen. Wat echter niet wil zeggen dat het beroep dat men uitoefent geen positieve invloed zou kunnen hebben op het eigen dharma. Als dit laatste zo het geval mocht zijn ... Zoveel te beter ... Maar omdat dit meestal een uitzondering is in plaats van een natuurlijk gevolg van de eigen keuze, ontstaan daardoor maar al te vaak vele frustraties en ontevreden mensen. Want zijn wij het niet die aan de basis liggen van onze o zo arme maatschappij met z'n grote welvaartstaat? Het aloude bekende kastensysteem van India (niet te

verwarren met het huidige kastensysteem) was daarom nog niet zo'n slecht uitgangspunt om ieder zijn geluk te gunnen wat betreft 'in harmonie met z'n eigen dharma te komen'. Doordat de mens, gequoteerd naar z'n eigen mogelijkheden een overeenkomstige verantwoordelijkheid in de vorm van een beroep kreeg aangereikt, beseftte hij al gauw wat hij als spirituele taak in het dagelijkse doen en laten aan te bieden had. Zijn prarabdha karma werd als het ware op een inzichtelijke wijze ontvangen in het vergankelijke bestaan van de onwerkelijkheid. Wat een verschil met onze hedendaagse jeugd die, van kleins af, gedreven door hun onwetende ouders, overstelpt worden met een soort van carrière-waanzin die dan ook nog eens geassocieerd wordt met; 'gelukkig zijn'. Zij zeggen dan tegen hun kinderen; 'ge moet zien dat ge der komt hoor...!
...Waar moet ik dan komen of waar moet ik dan zijn? Zou een antwoord als wedervraag kunnen zijn.

Waar het op aan komt in de visie van het prarabdha karma is; dat het ook geen toeval is dat we met bepaalde eigenschappen, op een bepaalde plaats worden geboren en dat de aanvaarding die gedragen wordt door 'het Goddelijk Inzicht', ons als serene mensen door het leven kan laten gaan zodat we een lichtbaken kunnen zijn voor de anderen en onszelf.

Kriyamāna karma:

Het kriyamāna karma is dat karma dat de mens van dag tot dag verwekt. Iets hiervan wordt meteen afgedaan terwijl de rest de opgezamelde voorraad nog doet toenemen. Dit laatste zou ik willen vergelijken met de hevige waterstroom die uit de kraan stroomt. Wanneer nu de stop wordt uitgetrokken van de badkuip met als doel deze te ledigen, moet men er op toezien dat eerst het kraantje dichtgedraaid wordt. Maar hoewel het ledigen in vele gevallen toch ook zal gelukken met een open waterstroom, is dit enigszins niet het geval met een stroom die méér geeft t.o.v. de zuigkracht van het weglopende water. Conclusie: "De badkuip zal nooit leeg geraken". Wanneer we deze badkuip vergelijken met de citta waarin de vṛtti met hun oneindig aantallen wervelingen (het water) voortdurende pulsen van karma in het werk zetten en daardoor verhullend werken wat betreft de toestand van 'citta vṛtti nerodha', wordt het stilaan duidelijk dat het langs de ene kant de bedoeling is van dit kriyamāna karma langs de ene kant te mijden maar langs de andere kant; door het juiste gebruik ervan de stop te leren vinden van onze innerlijke badkuip.

Zoals reeds eerder werd aangehaald; één oorzakelijke handeling, hetzij op het vlak van denken spreken of handelen, draagt onmiskenbare gevolgen voor de dichte of ver weggelegde toekomst in zich mee. Maar zoals daarvóór gesuggereerd werd; wordt een bepaalde handeling niet alleen door een zagezegde vrije wil tot uitdrukking gebracht daar deze geconditioneerd is door het spel van de vele karmische wetmatigheden die

hun gevolgen ontlenen aan de eerste daad vanuit de grijze oudheid, met andere woorden; door de mechaniek van het Dharmische karma.

De bedoeling is van uiteindelijk geen (kriyamāṇa) karma bij te produceren, daar deze ons altijd vast gekluisterd houdt aan een soort van onbewuste spanning. Hier luidt dan de vraag: hoe kan dit dan te rijmen zijn met het feit dat we ontegensprekelijk verbonden zijn met het natuurlijke karma dat spontaan wordt aangemaakt door alleen nog maar het lichaam in stand te houden? ... Hier moeten we inderdaad een onderscheid maken tussen de gemotiveerde en de spontane handeling.

Zoals we weten draagt 'leven in een lichaam' er toe bij dat we onlosmakelijk verbonden en gebonden zijn aan oorzaken en gevolgen van uiteenlopende aard. Het Kriyamāṇa karma dat hierin zijn belangrijke rol krijgt toebedeeld dient overstegen te worden.

Aangezien we hier met de term; "Kriya" te maken hebben in het woord 'Kriyamāṇa', zou dit ons enigszins moeten laten inzien dat dit 'overstijgen' alleen maar kan geschieden door loutering of zuivering (kriya) van de mind (manas). Daardoor komt dan weer het spontane gevolg tot stand van; sausa met z'n negen andere broers en zusters die vervat zijn in 'yama en niyama'. Dit overstijgen krijgt de naam mee van; niṣhkāma karma, wat zoveel betekent als; niet langer door begeerten geconditioneerd karma.

Wat naar mijn's inzicht zeer essentieel is om te begrijpen is dat het hier vooral om de eerste plaats gaat daar waar het de mentale instelling betreft, en veel minder, zelfs praktisch nooit, om de lichamelijke handeling op zich. Het heeft dus alles te maken met het ongemotiveerde handelen van de geest, hetgeen tot uitdrukking komt in het handelende lichaam. Enige welbekende uitspraken zullen het zojuist vermelde ondersteunen;

De buddho meester zegt tegen z'n leerling: *"je moet vechten zonder te vechten"*.

Jezus zegt: *"wanneer je handelt, doe dit dan op de manier dat uw rechterhand niet weet wat uw linkerhand doet"*.

De yogi ontvangt de wijze raad van z'n guru: *"yoga is doen door niet doen"*.

Met andere woorden; we moeten ons leren losmaken van de resultaten van onze handelingen, hetzij mentaal, verbaal of op het fysieke niveau. Dus verlangenloos handelen. Maar is het dan niet normaal dat het lichaam verlangt naar bijvoorbeeld voeding wanneer het honger heeft, of slaap wanneer het moe is enz. ? Natuurlijk, maar vermits dit het natuurlijke collectieve karma betreft waar zovele vormen in dit universum aan moeten beantwoorden heeft dit er niets mee te maken. Het heeft dan wel vooral

betrekking op het aspect van onthechting (vairagia, aparigraha) daar waar het mijn innerlijke verlangens betreft.

In de Bhagavad Gītā zegt Srī Kṛṣṇa tegen Arjuna;

Gij hebt uitsluitend te maken met de handeling, nooit met de vruchten van de handeling;

Laat dus nimmer het verkrijgen van de vruchten van handeling uw beweegreden zijn; maar wees evenmin gehecht aan niet handelen.

En verder vervolgt hij;

‘Wat is handeling, wat is niet-handeling?’ zelfs de wijzen weten dit niet. Daarom zal ik u de waarheid uiteenzetten aangaande handeling en dit wetende, zult ge verlost worden van het kwaad.

Het is noodzakelijk onderscheid te maken tussen handeling, ongeoorloofde handeling en niet-handelen; want een mysterie is de weg van handeling.

Hij, die niet-handeling ziet in handeling, en handeling in niet-handeling, is een wijze onder de mensen; hij is evenwichtig (yukta) zelfs wanneer hij alle handelingen verricht.

De verstandigen noemen hem een wijsgeer (pandit), wiens werken onberoerd zijn door begeerte en wiens handelingen verteerd worden door het vuur van wijsheid.

Alle gehechtheid aan de vruchten van handeling opgegeven hebbend, immer tevreden, nergens zijn toevlucht zoekend, verricht hij geen handeling hoewel hij steeds bezig is met handelingen.

Zonder enige verwachting, het denken en het zelf beheersend, alle hebzucht opgegeven hebben, slechts door het lichaam handelingen verrichtend, begaat die mens geen zonde.

Aan de hand van verschillende fictieve verhalen, afkomstig uit het artikel van Ātma Muni, vanuit het AUM tijdschrift: (vol.14), zou ik dit enig zins kracht willen bij zetten;

Ooit doorkruiste ik de Sahara, heel alleen, om mezelf te bewijzen. Ik had me uiteraard goed voorbereid. Ik had geleerd mij te oriënteren aan de hand van de Zon en de sterren. Ik was goed uitgerust met gepaste kledij, kaarten en hulpmateriaal en ik beschikte over een voldoende voorraad water.

Verhaal A: SLECHT KARMA

Door toeval vond ik op mijn tocht een echte 'drenkeling op het droge'. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks leefde. Uitgedroogd was het juiste woord. Droge , gebarsten lippen die nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: "Dorst, dorst, water..."

Eerst herkende ik de man niet, maar toen ik me over hem boog zag ik dat het uitgerekend dezelfde man was met wie ik jaren geleden een zwaar conflict had en die mijn goede naam en reputatie had beschadigd.

Een groeiend gevoel van leedvermaak kwam over mij. Het besef van mijn macht en van het feit dat dit het moment van wraak was, proefde als nectar op mijn tong.

Terwijl hij snakkend naar water naar mij opkeek, nam ik mijn veldfles met lekker, gekoeld water, en nam voor zijn ogen een paar lekkere slokken, waarna ik hem zei: "ja, vriend, misschien herken je me nog, je vroegere yogaleraar. Ja, ik kan best begrijpen dat je snakt naar water in deze omstandigheden. Ik moet zeggen dat het heerlijk smaakt. Zo, ik wens je het allerbeste toe en tot ziens." Waarna ik vrolijk gestemd mijn zeis verder zette.

Ik denk niet dat ik hier enige verdere toelichting moet verschaffen. Dit was een daad geïnspireerd door kleingeestige en egoïstische wraakgevoelens en leedvermaak. Deze lage en slechte daad zal mij ooit als rekening gepresenteerd worden en mijn hele leven zal het besef van mijn eigen slechtheid mij blijven bezwaren.

Verhaal B GOED KARMA

Door toeval vond ik enige tijd later weer een echte 'drenkeling op het droge'. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: "Dorst, dorst, water..."

Eerst herkende ik de man niet, maar toen ik me over hem boog, zag ik dat het uitgerekend de Sjah van Perzië was (het verhaal speelt zich af in de vroege jaren zeventig).

Onmiddellijk rezen er beelden op van de onmetelijke rijkdom van de Sjah. Als ik deze man kon redden, zou dat voorpaginanieuws zijn in

de hele wereld en misschien zou er dan wel één of andere edelsteen van de pauwentroon als dank in mijn hand vallen...

Ik boog naast zijn uitgedroogde lichaam neer en legde voorzichtig zijn hoofd in mijn schoot. Ik bevochtigde een propere zakdoek met fris water in beste er zijn aangezicht mee en liet enkele druppels water op en tussen zijn lippen vallen. Ondertussen sprak ik hem moed in en vertelde hem dat ik hem zou helpen en redden. Nadat de Sjah na enige tijd wat gedronken had en wat vloeibaar voedsel had genuttigd, hielp ik hem voorzichtig overeind, ondersteunde hem en hielp hem op weg.

Bij aankomst in het eerste – gelukkig dichtbijgelegen – dorp bazuinde ik uit dat ik de Sjah van Perzië in de woestijn had gevonden en dat ik hem gered had. Nadat de Sjah was opgevangen en de nodige medische zorgen kreeg, deed ik mijn verhaal in het lang en in het breed aan de pers.

Ook hier moet ik geen tekeningetje bij maken. Ik heb duidelijk een goede daad gesteld. Ik heb de man zijn leven gered, ontegensprekelijk. Maar ik heb het uit eigenbelang gedaan, of, indien niet uit eigenbelang, dan toch in de hoop op een flinke beloning. Ik heb het niet gedaan om niet. Ik heb het niet gedaan omdat het vanzelfsprekend was in de gegeven omstandigheden. Ik verwacht de vruchten van mijn daad.

Deze goede daad creëert zonder meer goed karma, maar bindt mij door mijn gezocht recht op beloning.

Verhaal C KARMALOOS HANDELEN

Alle 'goede' dingen bestaan uit drie, zegt het spreekwoord. Zo ook hier...

Door een nog groter toeval vond ik enige tijd later voor de derde maal een echte 'drenkeling op het droge'. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: "Dorst, dorst, water..."

Ik herkende de man niet, zelfs niet toen ik me over hem boog. Het was een vreemde die ik nog nooit gezien had. Geen enkel gevoel van aversie of enige bijbedoeling welde in me op. Hier lag een mens in nood en ik was op de juiste plaats om hulp te bieden. Deze man had dringend behoefte aan water en ik had water bij me.

Ik boog neer naast zijn uitgedroogde lichaam en legde voorzichtig zijn hoofd in mijn schoot. Ik bevochtigde een propere zakdoek met fris water en bette er zijn aangezicht mee en liet enkele druppels water op en tussen zijn lippen vallen. Ondertussen sprak ik hem moed in en vertelde hem dat ik hem zou helpen en redden.

Nadat hij na enige tijd wat gedronken had en wat vloeibaar voedsel had genuttigd, hielp ik hem voorzichtig overeind, ondersteunde hem en hielp hem op weg.

Bij aankomst in het eerstvolgende - gelukkig dichtbijgelegen - dorp droeg ik de man over aan de goede zorgen van medisch personeel, en vóór iemand me vragen kon stellen vervolgde ik in alle stilte mijn weg...

Dat dit een totaal ander verhaal is moet voor iedereen duidelijk zijn. Alhoewel ook hier nog heel wat nuances mogelijk zijn, maakt het ons toch bewust van waar het werkelijk om te doen is. Jawel, het handelen om niet. Dit karmaloos handelen of handelen door niet handelen wil echter niet zeggen dat we niet meer mogen handelen, wat wel eens geïnterpreteerd kan worden door het dwaze verstand.

Stel je voor;

Ik zit thuis boven in de meditatiekamer op m'n yogamat te mediteren. Ik ben in gedachten verzonken in het aspect van Ahimsa (geweldloosheid). Ik voel me zeer rustig worden, (schijnbaar) vrij en voldaan. Reeds maak ik de innerlijke keuze om ten koste wat kost, niet meer te reageren op dat wat zich buiten mij afspeelt. ... Op dat moment hoor ik hoe een inbreker ons huis binnendringt; hij begint alles kort en klein te slagen, verkracht m'n vrouw en vermoordt de poezen, (de madammen des huizes) ... De angst neemt bezit van mij en deze gebruik ik dan als excuus om stilletjes (in m'n ivoeren toren) te blijven zitten.

Aangezien ik hier m'n plicht heb verzuimd als echtgenoot, en geen uiterlijke handeling heb voltrokken, zadel ik me op met veel karma.

Het karmaloze aspect bestaat er dus in van op de gepaste situatie met de geest en het lichaam datgene te doen wat het moment vraagt (zoals de onbaatzuchtige redder in de woestijn).

Een andere nuance wat betreft het karmaloze handelen (niskama karma) is: Door de Goddelijke kracht te onderkennen in alle levenssituaties. In al wat ademt en leeft, zullen alle handelingen zowel op het mentale als op het fysieke niveau, uitgelouterd worden door het vuur van GOEDHEID. Deze

Goedheid kan men niet bekomen door in de eerste plaats de 'goede uiterlijke daad' te volbrengen, dan wel door deze eerst als offergave aan het ENE op te dragen. Het goede bestaat eruit; bewust te zijn van jezelf als 'belangrijk subprogramma' (persoonlijk karma) ten dienste van een groter programma (collectief karma) dat dan weer ten dienste staat van het Super programma (Dharma).

Inderdaad, men kan dus niet goed doen wanneer men niet 'goed is'. Voor een yogi is het daarom van fundamenteel belang dat hij bij de regelmaat van een klok, de tijd durft vrij te maken om te komen tot innerlijke introspectie. Eerlijkheid en volharding staat naar mijns inzicht hiervoor parool.

Wat mij als yogaleraar is opgevallen in de loop der jaren is: mensen komen in de eerste plaats naar de lessen om iets te krijgen, wat zeer begrijpelijk is vanuit een menselijk standpunt. Toch zou deze instelling na verloop van tijd moeten kunnen omgebogen worden naar: "wat heb ik te geven"? in plaats van "wat krijg ik er voor terug"? Aangezien deze vragen een zeer sublieme discussie kunnen laten ontketen voor het innerlijke leven, maakt dit enerzijds duidelijk dat ten eerste; je eerlijke in vraagstelling wat betreft de yogabeoefening, berust op een niet onbewuste bezigheid, maar ten tweede; dat de subtiële bezitsdrang nog altijd dominant de scepter zwaait. Iemand die yoga beoefent op de juiste manier heeft daarom nooit het gevoel dat hij met yoga bezig is.

Iemand die yogaleraar is heeft daarom nooit het gevoel dat hij een 'meester' is die iets te brengen of te geven heeft wat een ander niet in zich meedraagt. Hij of zij voelt zich vooral niets meer maar ook niets minder dan zijn medemens. Daarom moet hijzelf als eerste bereid kunnen zijn zich neer te leggen aan de lotusvoeten van de Innerlijke Satguru, maar minstens even belangrijk; deze Innerlijke Satguru kunnen herkennen en onderkennen in z'n leerlingen.

Een yogavereniging zou daarom – naar mijns inzicht – nooit de uitstraling mogen uitdragen van een soort 'afzonderlijk klikske' waar mensen naar toe komen om eens van huis te weg te zijn. Daardom wordt het Onderricht dat gegeven wordt in (de juiste) yogalessen, geofferd in de ontvankelijkheid van diegenen die er voor openstaan.

Maar omdat we respect dienen op te brengen voor het LEVEN in al z'n verscheidenheid, en daardoor ook voor ieder mens die leeft vanuit z'n eigen bewustzijnsniveau, kunnen we niets anders doen dan ons over te geven aan de begeleiding van de Innerlijke Dharmische Stem.

Men doet gewoon datgene wat men moet doen (svadharma) zonder zich daar vragen bij te stellen. Want 'vragen' hieromtrent; bevruchten de bestendiging van de egovereenzelviging, terwijl het; "**doen door niet doen**" ons laat vergeten dat we leraar of leerling zijn... We "ZIJN" dan gewoon. Is het misschien daarom dat het gewoon zijn van mensen en

situaties ons een soort van gevoel kan schenken waarin we ons geborgen voelen?

Doch, dit 'gewoon-zijn', het equivalent voor spontaniteit, komt niet zomaar tot stand. De gulden middenweg, gekruid met het juiste volhardingsvermogen brengt hierin uitkomst.

Er moet inderdaad geoefend worden vooraleer er spontaniteit tot aanschijn kan komen. Deze 'spontaniteit' begint steeds meer en meer te dagen, naargelang de oefenstonde van de dagelijkse meditatiepraktijk z'n juiste vruchten begint af werpen.

Men herkent de 'mediterende' aan z'n dagelijkse doen en laten, ... Er is iets verandert in die mens". Hij handelt niet meer om iets, hij handelt IN iets.

De nadruk wordt dus in het karmaloze handelen niet in de eerste plaats gelegd op het 'wat' men doet maar op het 'hoe' men doet. Dit zou misschien een zuiver beeld kunnen meegeven wat betreft; de zogenaamde 'vrije opvoeding van onze kinderen'.

Aangezien de ouders zelf vaak in de knoop liggen met wat betreft; hun eigen levensstandpunt te kunnen erkennen en te onderkennen, wordt de ethische opvoeding van hun kinderen een fixatie van een bijna verziend ideaal. De kinderen worden daardoor vaak genoodzaakt om zelf de baas te spelen t.o.v. vader en moeder. Geen wonder dat zij later voor vele moeilijkheden komen te staan in de sociale samenleving.

De leuze hier is: "**doe je best en het LEVEN doet de rest**". Maar 'je best doen' moet gestuurd worden door Zuivere Kracht, niet door een werelds verlangen.

Het zit in de onbaatzuchtigheid van het denken achter de daad. Wanneer we gebonden blijven aan de resultaten van ons denken, willen en voelen, blijven we onbewust mee op en neer dobberen op het golvende wateroppervlak, waardoor we (meestal) onbewuste levensmoeheid ervaren in onze innerlijke wereld.

De kunst is het van op een verlangenloze manier te leven. Dit heeft echter weer niets te maken met negativisme, pessimisme of onverschilligheid in z'n vele uitdrukkingsvormen. Neen, het is dat wat we 'santosa' (innerlijke tevredenheid) hebben genoemd bij het belichten der yama's en niyama's. Ook daar is, naar ik me herinner, ergens allusie gemaakt op het feit dat wanneer we vol van verwachtingen en verlangens zitten, dit het herkenningsteken is van de toestand van 'ontevredenheid'.

Is het niet zo dat wanneer we met volle verwachting op reis gaan naar een bepaalde bestemming, dat het dan veelal tegenvalt? Juist door het gemis van de ingewilligde verlangens voelen we ons teleurgesteld waardoor we op datzelfde moment 'vergeten te leven'.

Zoals reeds gesuggereerd werd in dit hoofdstuk; dienen we ook hier, zoals bij de yamas en niyamas, een soort van onderscheid te maken wat betreft de hogere en de lagere vorm van 'karma'. De lagere, die dus betrekking heeft op het collectieve samenspel waaraan ik moet beantwoorden, en die vooral op z'n waardevolle plaats staat wat betreft; 'de instandhouding van de soort' en het eigen lichaam, mag men echter niet verwarren met de bewuste handelingen die worden gestuurd door het bewuste verstand. Want vaak krijgt men, wat de karmafilosofie betreft, het onwetende antwoord naar het hoofd geslingerd dat het juist 'het verlangen is' dat ons de nodige levensenergie verschaft en het ons daardoor de moeite verschaft om verder te leven. Men zegt dan vanuit een hautaine houding: "het is toch normaal wanneer je leeft in een lichaam dat je dan vol zit met bepaalde verlangens? Als dit niet zo zou zijn zou het leven één grote saaie boel zijn".

Deze geesteshouding vertelt meer over zichzelf dan over het karma zelf. Ze doet als het ware de deur dicht naar bewustzijnsverdieping. Is het niet zo; dat we doordat wij onze eigen gemotiveerde doelstellingen achterna lopen, in slaap gedommeld zijn, en deze slaap voor werkelijkheid beschouwen waardoor we onszelf in een hachelijke situatie hebben geplaatst?

Doordat wij heen en weer geslingerd worden in de tijd van verleden naar toekomst zijn we het karmaloze NU moment uit het oog verloren. We zijn verdwaald geraakt doordat we dit NU moment ontkennen in het eigen hart. En in het meegenomen worden van het karmische wiel van oorzaak en gevolg botsen we steeds weer met het hoofd tegen de muur, telkens en telkens opnieuw. We beseffen het niet dat we het zelf zijn die voor een groot stuk aan de basis liggen van onze eigen miserie. ... Tot er iemand (langs de buitenkant of van binnenin) zegt: "Ga toch alstublieft eens een meter opzij want daar staat een deur"!

De karmaloze weg van de spirituele krijger vangt aan; daar waar hij zelf z'n eigen verantwoordelijkheid durft op te nemen wat betreft de handelingen die hij in zowel bewuste als onbewuste staat ooit heeft ondernomen.

Het spreekt hier voor zich dat de weg van 'karmayoga' niet altijd gaat over rozen. Maar omdat het karmaloze aspect (niskama karma) altijd terug komt, in eender welke yogavorm, moeten we het daarom ook zijn waarde durven toekennen, en ons niet inlaten met het zogenaamde subtiele 'zelf-bedot'.

Karma yoga wordt daarom ook wel eens; 'vaardigheid in handelen' genoemd, niet naar daar waar het 'het ego' betreft maar naar het WEZEN der dingen, om het WEZEN zelf. Daardoor wordt deze karmayoga ondergedompeld in het louterende deel van bhakti (de yoga van overgave)

en kriyayoga (de yoga van loutering m.n. tapas, svadyaya en īśvara prañidhāna.

Een bondige samenvatting van de moraal van dit hoofdstuk is:

*Bewust leven zorgt er voor dat we voor veel minder verrassingen komen te staan dan wanneer we onbewust leven.

*De mechaniek van het karma is voor ons beperkte verstand een onoverzichtelijk activiteit. Toch heeft elke daad die ik als individu stel een oneindig aantal gevolgen in zich. Immers, wat ik nu doe is de oorzaak van wat ik straks, morgen of later ga erven. Wat ik vandaag doe bepaalt (mee) mijn toekomst.

*Word bewust van de realiteit van je eigen trillingspatroon. Hoe dit eerst en vooral; je eigen bewustzijnswereld (karakter) heeft gevormd, maar hoe dit ten allen tijde ook terug kan aangewend worden tot een verandering hiervan. En hoe deze Goddelijke trillingen onder de heerschappij dienen gebracht te worden van **DAT** (Purusa, Ātman of welke naam je er ook aan geeft) waaruit ze zijn ontstaan.

*Onderken de realiteit van het feit dat één enkele gedachte zich verspreidt in lichaam en geest, maar ook wordt opgenomen in tijd en ruimte waardoor deze vroeg of laat altijd zijn gevolgen zal hebben voor jou en voor je omgeving.

*Dat het begrip 'schuld' een dubbele bodem in zich meedraagt omdat we; het product zijn van ons eigen gekristalliseerd verleden (vanuit de eerste interactie tussen Purusa – Prakṛti) en daardoor altijd handelen met onze eigen geconditioneerde verleden.

*Dat ook onze geboorte karmabepalend is. Zodat we vooral niet moeten denken dat we met een vrije wil geboren worden, doch dat, wanneer men ontwaakt uit de sluimerende toestand van onwetendheid, men ieder levensmoment de vrije keuze kan maken om zich over te geven aan de GODDELIJK WIL.

*Dat het collectieve karma altijd z'n invloed zal uitoefen op het persoonlijke karma daar waar het de individualiteit betreft. Maar dat dit persoonlijke karma zal uitgezuiverd worden door het aanwenden van 'de juiste ingesteldheid' gecombineerd met 'meditatie-ervaring'.

*Dat oordelen of veroordelen niets helpt daar waar het de ware spiritualiteit betreft.

Laat bv. het maatschappelijke systeem met al z'n onderdelen z'n werk doen, maar maak dit zelf niet erger met je eigen gedachten en emotie's.

*Trouwens in de diepte van de meditatie ontstaat het inzicht dat men over niets of niemand kan oordelen of veroordelen.

ŚRADDHA

Śraddha betekent: “een onwrikbaar geloof en vertrouwen”. Deze staat of valt met het juiste begrip erover.

Laten we eerst eventjes de noodzaak van het vertrouwen in het dagelijkse leven belichten, want een gebrek hieraan brengt de mens in een toestand van onzekerheid waardoor twijfel de bovenhand neemt. Hij kan dan niet meer ontspannen door het leven gaan, met alle gevolgen vandien.

Stel je voor dat je bedrogen wordt door de partner waarmee je samenleeft of gehuwd bent. Dat er een derde in het spel is gekomen die z'n liefde wil schenken, maar natuurlijk tegelijkertijd ook liefde terugeist. Wanneer dergelijk overspel te lang blijft aanslepen zal de in de steek gelaten partij zulke periode ervaren als een hachelijke situatie waarin lichaam en geest verkeert. Zo sterk zelfs dat hij/zij gaat twifelen aan zichzelf waardoor hij/zij het vertrouwen in zichzelf verliest. De vraag komt dan meestal naar boven: “wat doe ik verkeerd, hoort deze toestand bij een huwelijksleven enz... ?

Of stel je voor dat de collegialiteit op het werk tot een laag niveau is gezakt door middel van de wantrouwige sfeer die er in de lucht hangt omdat er promoverende acties in het verschiet liggen.

Deze en nog veel meer van zulke omstandigheden ondermijnen langzaam maar zeker de geest en ook op langere termijn het lichaam, wat zeker – indien mogelijk - te mijden is.

Want zeker en vast is het niet zo dat dit wereldse wantrouwen voor eens en altijd met wortel en takt zal uitgeroeid kunnen worden. Waar mensen zijn zullen deze twee (vertrouwen en wantrouwen) elkaar altijd afwisselen. Toch is het naar mijn's inzicht noodzakelijk om ook hier door middel van de 'sattva pool' (het wereldse vertrouwen) het engagement aan te gaan met je omgeving omdat ook hier de waarde van 'evenwicht en harmonie' een noodzakelijke factor is daar waar het de evolutie betreft van de maatschappij.

Maar waar het hier over gaat is uiteindelijk een andere soort van 'Vertrouwen'. Een vertrouwen in het ZELF.

Zelf-vertrouwen is daarom een zo gemakkelijk gebezigd woord dat vele zogenaamde yogi's zelfs niet weten wat het wezenlijk te bieden heeft.

Met andere woorden; het is geen geloven aan, maar “een geloven in de Goddelijke Intelligentie (dharma) met z'n karmische wetmatigheden”. Dit heeft dus niets te maken met het slaafse volgelingschap van menig leerling t.o.v. z'n guru, of van het onwetend bevestigende ja en neen geschud met het hoofd van menig kerkganger t.o.v. een of andere priester(macht).

Neen, het heeft eerder betrekking op de evangelische passage van de vrouw die in de menigte op de grond werd geduwd, doch, door haar

vertrouwen in HEM wist; dat zij alleen maar z'n kleed moest aanraken om gered te worden.

Dit soort geloof, dat het gevolg is van 'innerlijk vertrouwen' moet aanwezig zijn vooraleer we met de zoete vruchten van de beoefening in aanraking kunnen komen. Vandaar dat vanuit het hogere bewustzijnsniveau het woord 'geloof' dezelfde inhoud moet kunnen dekken als het woord 'vertrouwen'. Is dit niet zo het geval; drukt men door zijn geloof z'n 'ongeloof' uit. Hoeven we nog te geloven wanneer we WETEN?

Ik ben me zeer bewust van het potentiële gevaar van de uitdrukking: "vooraleer we met de zoete vruchten van de beoefening in aanraking kunnen komen".

Deze dienen niet verlangt te worden maar overstegen te worden in het Licht van het Vertrouwen zelf.

Wat hier aan vooraf gaat zijn drie belangrijke pijlers:

Ten eerste; het vertrouwen in het bestaan van een al-doordringend Bewustzijnsprincipe (God).

Ten tweede; het vertrouwen in het bereiken (Zelfrealisatie) ervan.

Ten derde; het vertrouwen dat al de middelen die je daarvoor nodig hebt in jou bereik liggen.

Langs de andere kant kan men daaruit dus ook afleiden dat 'de twijfel' evenzeer in drie categorie's is in te delen:

Ten eerste: de twijfel dat er wel zoiets bestaat als 'God'.

Ten tweede: de twijfel dat men het mysterie van deze God kan ervaren (bereiken).

Ten derde: de twijfel aan de middelen of technieken die je ter beschikking worden gesteld door het leven.

Ten eerste:

Indien het bewustzijn overmand wordt door deze (eerste soort), spreekt het voor zich dat er zeker en vast geen poging gedaan wordt in de richting van het spirituele zelfonderzoek. Er komt met andere woorden geen energie vrij om het leven een spirituele wending te geven.

Natuurlijk moeten we hier terug oppassen met de gebezigde term: 'spiritualiteit'. Deze moet gehanteerd worden in z'n juiste context. Zo zijn er wellicht mensen die menen dat ze spiritueel leven terwijl deze levenshouding van hen er in de verste verte nog niet heeft naast gelegen. Ze worden zo begiftigd met hun eigen creatie van 'het begrip' dat ze zelf maar ook anderen met open ogen in de val laten lopen. Denk hierbij aan de vele gecommmercialiseerde alternatieve beurguru's die hun wil door egocentrische en geldbeluste verlangens laten leiden en door de macht van hun ego een pakketje 'pseudo spiritualiteit' trachten te verkopen aan hen

die door bepaalde levensomstandigheden in een kwetsbare situatie zijn verzeild geraakt waardoor ze makkelijk manipuleerbaar zijn geworden.

De ervaring heeft me geleerd dat de echte spirituele mens niet te koop loopt met bepaalde praktijken zoals die hierboven zijn beschreven, sterker nog; hij heeft zelfs in menig gesprek geen behoefte om het woord zelf (spiritualiteit) ter verdediging aan te wenden omdat het voor hem een zo logische, eenvoudige levenshouding is geworden dat hij – zoals het misschien te sterk is uitgedrukt – zelf zelfs niet meer stilstaat bij het feit dat hij een spirituele entiteit is.

Ooit heb ik eens iemand horen zeggen: “Een echte heilige weet niet dat hij heilig is”.

Hoewel we deze citaten met enige soepelheid dienen te interpreteren getuigen ze toch van een grond van waarheid, vooral is dit merkbaar bij diegene die gegrondvest is in het ‘onwrikbare basisvertrouwen’.

We moeten dus ten eerste onderkennen dat ‘ware spiritualiteit’ niets te maken heeft met één of andere magische praktijk, maar alles te maken heeft met op z’n minst aan te durven nemen (geloof-vertrouwen) dat er zoiets bestaat als ‘GOD’, en ook langs de andere kant durven te vertrouwen op het feit dat deze verwerkelijking niet het noodzakelijke gevolg hoeft te zijn van het beredenerende intellect.

Uiteraard werden daardoor bijvoorbeeld ook de enge uitlatingen de ruimte in geslingerd door de eerste Russische kosmonauten. Zij beweerden: “god bestaat niet want we zijn hem daarboven niet tegengekomen”.

Langs de andere kant zou je er misschien verwondert van kunnen staan hoeveel mensen er onbewust een soort van ‘Godsbesef’ in zich meedragen en koesteren.

Het spontane antwoord op een eigen innerlijke vraag – meestal ontstaan in momenten van twijfel en wanhoop – die dan naar boven komt is:

“ER MOET TOCH **IETS** ZIJN”!

Daar dit spirituele spel van ‘de naar binnen gerichte vraag met zijn Levende Antwoord’ naar mijn’s inzicht veel waardevoller geacht wordt dan de doctrines van menige religie, moet men toch niet al te vlug denken dat z’n DOEL is bereikt.

Ten tweede:

Maar als men dan toch kan geloven en zelfs overtuigt is dat er zoiets bestaat als ‘GOD’, maar twijfelt aan het bereiken ervan, wordt ook weer de omkering of ‘involutie’ gestagneerd, wat ons het beleven van ‘ware spiritualiteit’ weerhoudt. Dit resulteert dan maar al te vaak in ‘de verdedigende opstelling’ wat het aanhangen van het eigen geloof betreft. Om nog maar te zwijgen over de eigen beeldvorming van een god buiten zichzelf.

Op een kinderlijke manier wordt dan een soort van voorstelling gecreëerd dat de mens, het nietige wezen dat hij is, nooit in de buurt van deze God kan komen (ik ben hier, en God is oneindig ver verwijderd van mij). Vanuit m'n eigen jeugdervaring kan ik ook van deze 'twijfelmomenten' meespreken.

De bezielde preken van onze dorpspastoor (waar ik nu ontzettend dankbaar voor ben) maakten het mij daar zeker niet gemakkelijker op. Want ook hij moest in overeenstemming prediken met de opgelegde wetten van het instituut 'de kerk'.

Pas jaren later toen ik te horen kreeg van een naast familielid hoe hij in het rusthuis – in zieke toestand – z'n eigen dood voorspelde tot op de minuut, tezamen met andere verhalen die te maken hadden met zijn 'pure geweldloosheid in overgave', drong het tot mij door hoe ook hij, inzichtelijk dat hij was, het zeer moeilijk moet gehad hebben door onder het juk van de kerk op een fatsoenlijke spirituele manier te kunnen fungeren voor zijn parochianen.

Volgens mij wist hij maar al te goed dat GOD te bereiken was in dit levende lichaam van ieder mens!

Hier kan trouwens wetenschap en religie weer in elkaar geklikt worden door het wetenschappelijke realisme te staven dat niets kan bestaan buiten 'Bewustzijn', omdat het de drager is van energie en materie.

Dit is de enige vorm van wetenschap waarvan ook de Jezus getuigde in zijn tijd wanneer hij beweerde:

Er valt geen enkel vogeltje uit de lucht zonder dat de VADER het weet.

Zijn VADER, waar hij het over had, is ook onze VADER waar we zijn van doordrongen tot in de kleinste cel toe.

Een wijs gezegde zegt:

Wat daarboven is, is ook hier beneden en wat hier beneden is, is ook daar boven.

Twijfelen dat deze werkelijkheid te ervaren is in het bewustzijn van de mens is een grove hindernis om te komen tot 'echte levensvoldoening'. Enerzijds omdat de nodige energie niet zal worden aangewakkerd om te komen tot het DOEL, anderzijds omdat we hierdoor op een onbewuste wijze doelloos zullen blijven voort dolen in onze schijnwerkelijkheid.

Ten derde:

Wanneer het vertrouwen er is in zowel het bestaan als het bereiken van GOD maar de twijfel bezit neemt in verband met de middelen en technieken die ons daar kunnen toe brengen, leggen we onszelf ook weer lam.

Er bestaan nu eenmaal bepaalde gradatieverschillen wat betreft deze oefeningen met hun uitwerkingen. Om het misschien wat op een iets simplistische wijze te formuleren: 'er zijn goede en minder goede

technieken'. Maar dit moeten we natuurlijke ook vanuit de juiste invalshoek benaderen.

We zouden het mogen vergelijken met de benadering van 'ayurveda', het zustersysteem van yoga. Wanneer volgens de westerse opvatting van het begrip 'normaal' datgene is wat voor de meerderheid der mensen geldt is dit door de ogen van ayurveda bekeken, een tekortkomend inzicht wat betreft de juiste kijk op ziekte en gezondheid. Volgens ayurveda moet wat als 'normaal' bestempeld wordt steeds weer op basis van de individualiteit geëvalueerd worden, aangezien ieder mens zijn bijzondere en spontane temperament en manier van functioneren kent.

Al de reinigingen van zowel lichaam als geest die hier aangeboden worden, worden selectief aangepast aan de bepaalde constitutie van de persoon in kwestie.

Zo ook is dit het geval met de spirituele technieken van yoga. Dit wil zeggen dat een techniek altijd als 'relatief' moet kunnen worden beschouwd in plaats van 'absoluut'. De ingesteldheid zal hier weer de boventoon voeren. Want, geef de goede techniek aan de verkeerde persoon, hij zal er niets van terecht brengen en er zichzelf waarschijnlijk nog schade mee berokkenen ook. Dit is te vergelijken met het speelse onwetende kind dat men met dynamiet zou laten spelen. Het zou zichzelf binnen de kortste keren in de vernieling brengen. Maar langs de andere kant; geef de minder goeie oefening aan de juiste persoon, hij zal komen tot 'de bevrijding', daar is geen weg naast.

Zo zie je maar dat het heil niet moet gezocht worden in de oefening maar wel in het bewustzijn waarin de oefening beleeft wordt.

Op dezelfde manier zouden we ook de link kunnen leggen en eerlijk moeten durven na denken over de relatie guru-sisha.

De echte guru zal waarschijnlijk maar één of ten hoogste een paar oefeningen prefereren aan diens leerling waardoor deze laatste misschien op een bepaald moment gefrustreerd dreigt te worden. Hij koestert met andere woorden het foutieve beeld dat het zijn Guru is die hem zal bevrijden uit de slavernij. Duidelijk is dit een teken van luiheid (één van de negen hindernissen die ons beletten om tot yoga te komen) waarvan hij zo vlug mogelijk dient verlost te worden.

Vandaar dat vanuit het oude oosten de leerling – samenwonende bij z'n Guru - vooraleer hij werd ingewijd in de bepaalde spirituele oefeningen, blootgesteld werd aan de simpele dagelijkse activiteiten zoals het melken van de koeien, het reinigen van het huis enz. Pas wanneer z'n ingesteldheid juist werd geacht door z'n Guru was hij klaar om die oefeningen te ontvangen waar hij op dat moment rijp voor was. Gedenk hierbij het spreekwoord:

"Wie het kleine niet eert is het grote niet weert"

Vandaar dat er gezegd wordt van deze leerling dat hij voor 100% z'n spirituele leraar moet kunnen vertrouwen. Dit lijkt misschien voor de oningewijde een weg van het gevaarlijke sektarisme, doch, het is er één van het 'Pure Realisme'.

De serieuze leerling beseft maar al te goed dat de uiterlijke vorm van de guru gelimiteerd is aan z'n eigen mogelijkheden en dat dus niet daarin het heil gezocht dient te worden, maar dat het wel door deze vorm is dat het – meestal – woordloze onderricht wordt gegeven die is bestemt voor 'de juiste oren'. Stel je voor wanneer je in panne staat met de auto op een verlaten donkere bergweg. Is het op dat moment voor jou dan zo belangrijk door welk merk van g.s.m. je hulp kan vragen?

Als je te kiezen zou hebben uit twee mogelijkheden; een prachtig exemplaar met lege batterij's of een verouderde versie waardoor men ternauwernood nog enig geluid kan waarnemen maar waarin de batterij's (die enig zijn voor dit merk) nog werken, denk ik dat de beslissing vlug genomen is.

Of wordt het nieuws dat gehoord wordt door een versleten radio minder kwalitatief dan door een laatste nieuw model? Benader daarom de Guru nooit in de eerste plaats vanuit de prakṛti maar vanuit Puruṣha. Ook wil dit weer niet zeggen dat het grofstoffelijke lichaam van hem in de kou moet gezet worden. Het moet gewoon z'n juiste plaats leren krijgen in het bewustzijn van diens leerling.

Het vertrouwen in de Guru moet daarom gelijk kunnen gesteld worden aan het vertrouwen in 'het ZELF'. Maar omdat dit in de aanvang niet zo simpel is om te begrijpen kan ik hier – tot op een zekere hoogte - over de noodzaak mee spreken van de waardevolle vertrouwenshouding tussen sisha en Guru.

Wanneer nu één van deze drie vormen van 'vertrouwen' niet aanwezig zijn in het hart van de sādaka stagneert hij zichzelf door zelfverloochening.

Er moet dus met andere woorden een voortdurend brandend verlangen aanwezig zijn naar "**DAT**". Dit moet voelbaar zijn tot in iedere cel van het lichaam. Let wel op! Dit mag geen geactualiseerd verlangen zijn. Want daar deze het wiel van karma draaiende houdt in de vorm van z'n vele wervelingen, hoe fijn en verheven dan ook. Het is niet meer of minder dan; "een constant bewustzijn van "**DAT**" zonder beeld, vorm of enig ander concept.

Dit wil zeggen dat wanneer we ons gaan stil zetten om tot meditatie te komen, we niet moeten verlangen naar één of andere fijnstoffelijke ervaring, zelfs niet naar 'de Zelfverwerkelijking'. Het moet eerder een oefening in dankbaarheid en overgave, maar vooral van 'waarnemen' verworden.

Als er dankbaarheid is, vertrouw er dan op dat die een uitdrukking is van het ENE. Het zal je dan overkomen dat elke vorm van het lagere, wereldse vertrouwen naar je toe komt zoals een bij naar haar bloem wordt begeleidt. Men snakt dan niet meer naar een vertrouwen van z'n medemens, omdat men het heeft ontvangen van het OPPERWEZEN in zichzelf. Dit trouwens is de enige vorm van ZELF-vertrouwen die, daar waar dat nodig is, heelt en beschermt.

Ik denk dat het hier meer dan duidelijk is geworden dat dit VERTROUWEN het ego achterlaat met al z'n hebbelijkheden en dat zijn hoogtepunt culmineert in 'spontane overgave'.

Als je dan vanuit 'pure bhakti' je zelf wil offeren aan Moeder Natuur, vertrouw er dan maar op dat zowel het offer, de offeraar als datgene waaraan geofferd wordt, uit niets anders bestaat dan het ENE.

Als je aan yoga doet, besef dan dat je dit niet kunt, maar vertrouw erop dat YOGA iets zal doen met jou!

AUM SHANTI !

Verklarende saṃskṛt woordenlijst:

Āraṇyaka's: Woudboeken, horen bij de Brāhmaṇa's. /Commentaar en geheime riten. / Mustieke interpretatie van de offerrituelen.

Ātma vidyā: Al-om-WETEN.

Ātman: Het ZELF.

Āyurveda: Is een zusterdiscipline van yoga, is een zeer oude geneeswijze, ook wel als het therapeutische systeem van yoga beschouwd.

Abhyāsa: Nooit aflatende beoefening.

Abhyāsa: Nooit aflatende oefening.

Ahaṃkāra: Ik-beginsel.

Ahiṃsa: Geweldloosheid.

Anātman: Niet-Ātman.

Aparigraha: Niet verzamelen.

Asmitā: 'ik-ben-heid', individualiteitsbesef,

Asteya: Niet stelen.

Avidyā: Onwetendheid.

Bhagavad Gīta: Het levenslied van de Heer. Het is een onderdeel van het grote Indische epos verhaal; 'de Mahabhārata'. Het leert ons hoe wij ons in essentie kunnen leren kennen.

Bhakti-yoga: De yoga van 'devotie en overgave'.

Brāhmaṇa's: Voorschriften en theologische beschouwingen over de almacht van het offer, plus een groot aantal legenden. (De naam Brāhmaṇa is afgeleid van 'brahman' dat oorspronkelijk 'gebed' betekende.

Brahmācārya: Een Brahman gericht leven leiden, beheersing over de zinnen.

Buddhi: De weerspiegeling van 'MAHAT', dat zich reflecteert in elke bestaansvorm... Intellect.

Citta: *Weerspiegeling of projectie van Cit in/op de individuele ziel (= jīvātma); perceptie op alle niveaus van bewustzijn.

* Het bewuste denken en voelen, denkvermogen, denkapparaat.

* Middel om het bewustzijn (cetana) tot expressie te brengen).

* Spiegel of scherm van het bewustzijn.

Citta-vṛttis: Inhouden van de geest.

Dharma: Geroepen zijn om te beantwoorden aan de Goddelijke Waarheid. ...Gevestigde orde, wet, gerechtigheid, gewoonte, goede werken, verdienste, deugd, aard, hoedanigheid, eigenschap, kenmerk, functie,

Dvandva's: Tweetal, paar, paar van tegenstellingen.

Guru: Spirituele leraar, leidsman of vrouw die is 'Zelfgerealiseerd'.

Jīvātma: Individuele ziel, de microkosmos.

Jñāna-kāṇḍa: Hoofdstuk van kennis, bestaande uit de Āraṇyaka's+ Upaniṣads:

Karma: De wet van oorzaak en gevolg, van actie en reactie.

Karma-kāṇḍa: Hoofdstuk van handeling, bestaande uit de Saṃhitā's+ Brāhmaṇa's:

Kleśa's: Bezoeking, droefenis, ellende ...

Kriyamāṇa karma: Het karma dat men van moment tot moment aanmaakt.

Leela māya: Het spel van de schepping.

Māya: De grote begoocheling, inherent aan de Allerhoogste Werkelijkheid, aan het Absolute; scheppende goddelijke kracht, het illusoire, de waan.

Mahabhārata: Grote Indische epos verhaal van de mensheid.

Mahat: Het eerste evolutieproduct.

Nādi's: Fijnstoffelijke kanalen waardoor 'prāṇa' stroomt. Ze zijn de blauwdruk van het zenuwstelsel.

Nidrā: Slaap.

Niṣhkāma karma: Karmaloos handelen, zonder verlangen.
Nirodha: Tot rust brengen.
Niyama: Het houden aan bepaalde etische voorschriften.
Ojas: Kracht, sterkte, energie, macht.
Paramātma: Allerverhevenste, Universele ZIEL, GOD.
Prārabdha karma: Het in dit leven werkzame deel van karma, dat door samādhi opgelost moet worden.
Prakṛti: De natuur, het gemanifesteerde, natuurlijke tendens, dient de doeleinden van Puruṣa.
Pralaya: Oplossing.
Pramāna: Juiste kennis.
Puruṣa: God(mens), zuiver Bewustzijn.
Rishi: wijze, ziener.
Śraddhā: Vertrouwen.
Sādana: Scholing, fysiek, emotioneel en mentaal scholen tot beoefening van yoga.
Sādhu: Een door onthechte geoefende 'Waarheidszoeker'.
Saṁcitta karma: Latent karma.
Saṁhitā's: Het oudste deel van de veda's, bestaande uit: hymnen, spreuken, mantra's.
Saṁkya: Eén van de zes zienswijzen van India, gesticht door Kapila (700 v. Chr.), het betekent letterlijk: 'juiste kennis'.
Saṁskāra's: Indrukken, gemaakt op en bewaart in het causale lichaam.
Saṁtoṣha: Tevredenheid.
Samādhi: De uitmonding van de juiste yogameditatie, de totale versmelting.
Sat-cit-ānanda: Zijn, bewustzijn, zaligheid.
Satya: Waarheidsliefde.
Sausa: Zuiverheid, reinheid.
Sisha: Spirituele leerling.
Smṛti: Herinnering, geheugen.

Steya: Stelen.
Sūtra's: Bondige samenvattingen, ritualistische uitlegkunde.
Śvādhyāya: Zelf-studie.
Sva dharma: Beantwoorden aan 'de eigen manier van zijn', gerelateerd met het Universele Dharma.
Tāntra: 'Tan' = weven 'tra' = beschermen. Tantra is het 'weefsel' dat beschermd, het is een mentale wetenschap, een metapsychologie, een methode om de geest te ontdekken en iemands waarnemingsvermogen te ontwikkelen.
Tapas: Vurige inzet om een doel te bereiken.
Tri-guna: De drie gunas: sattva, rajas en tamas.
Upaṇiṣads: Deze sluiten aan bij de Āraṇyaka's, het zijn wijsgerige teksten – de nectar uit de veda's.
Vidyā: Weten.
Vikalpa: Verbeelding.
Viparyāya: Onjuiste kennis.
Viveka kyāti: Het zuiver gewaar zijn van het WERKELIJKE.
Viveka: Onderscheidingsvermogen.
Vṛtti's: Modificatie's, inhouden van de geest.
Yama: Het onthouden van bepaalde ondeugden.
Yoga: Versmelting, verenigen,
Yoga-citta-vṛtti-nirodha: De toestand waar de inhouden van de geest zijn tot rust gekomen.
Īśvara praṇidhāna: Overgave aan het Absolute.

