

UNIVERSAL
LIBRARY

OU_220839

UNIVERSAL
LIBRARY

181.4505

G 26266

YV -

OSMANIA UNIVERSITY LIBRARY

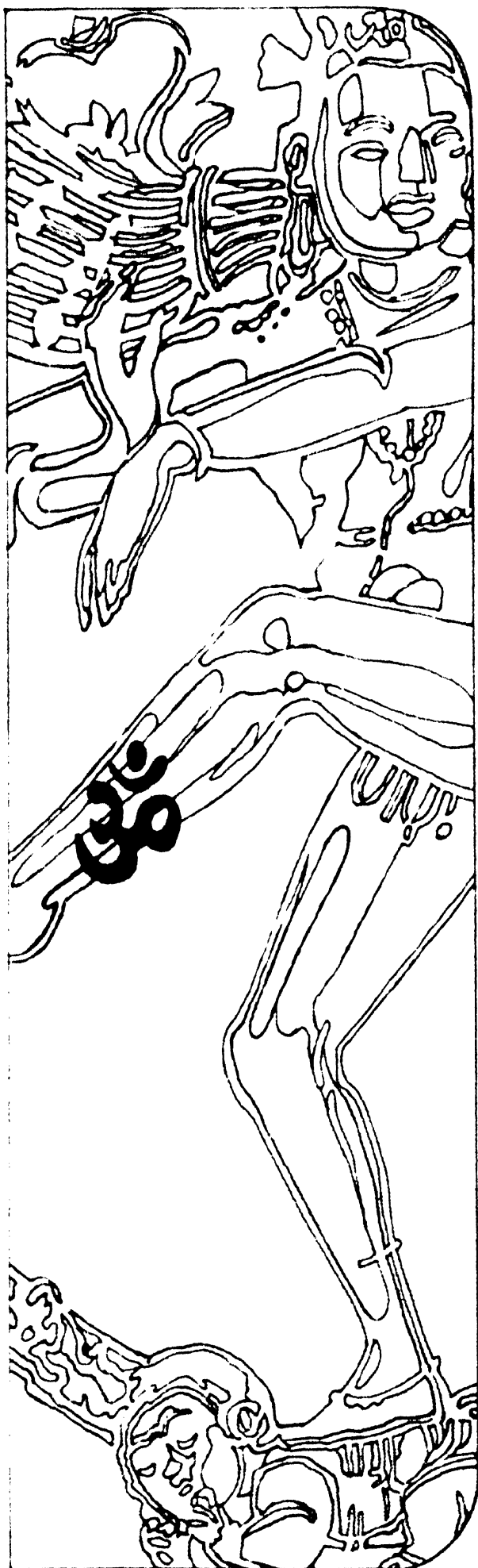
Yogo en vedanta

OUP—880—5—8—74—10,000.

OSMANIA UNIVERSITY LIBRARY

Call No. 181.4505 Accession No. G 26266
Author YV-
Title Yoga en Vedantā

This book should be returned on or before the date last marked below.



inhoud :

begrijpen	147
bhakti	153
o m transcendentale meditatie & yoga	154
asana-varia	159
wat is religie ?	163
boekbespreking	171
mededelingen	173
secretariaten	177
boeken	178
de narada bhakti sutra's (slot)	179

Redactieadres :
Welgelegenstraat 15, Haarlem

**Administratie, wijzigingen in
verzending en adressering :**
Mevr. A. Tromp-Miezenbeek,
Welgelegenstraat 15, Haarlem

Adviseur van de Stichting :
Yoga therapie : R. Polderman, arts
Baarn

Bibliotheek :
Mevrouw S. Hack,
Ginnekenweg 223, Breda

Yoga en Vedanta Centrum,
De Beaufortlaan 6,
Baarn - Tel. 02154-16773

Verschijnt vier maal per jaar
Abonnementprijs f 10,— per jaar
voor Nederland
voor Suriname f 6,— (Sur. cour.)
voor België fr. 160.
Overige landen f 12,— per jaar

Losse nummers kosten f 3,—
Postgiro 658500 ten name van
Penningmeester
Stichting Yoga en Vedanta, Haarlem
Voor België :
Mevrouw Lydwina Petit-Vandewalle,
Smidsestraat 204, B-9000 Gent.
Tel. 09/22 68 41.
Rekening nr. 750-9.300049-41 van
ANHYP wier postgirorekening is 559.

Alle rechten voorbehouden

Overname van artikelen is uitsluitend
toegestaan na schriftelijk akkoord
van de schrijver, die zelf eigenaar
blijft van het copyright

Secretariaat :
Stichting Yoga en Vedanta
Welgelegenstraat 15, Haarlem,
Telefoon 023-313969

Wat we in het dagelijks leven 'begrijpen' noemen, is ons vermogen om dingen in te passen in de porseleinkast van ons geheugen. We zien een ding in de winkel staan, zoals we nog nooit gezien hebben, maar het heeft met duizenden andere dingen gemeen dat het vier poten heeft, een zitting, leuning en een rug, en met de snelheid van het licht herinneren we ons dat we andere dingen die erg op dit ding lijken 'stoel' noemen, en dan hebben we begrepen dat deze variatie van de familie Verschijnsel een stoel is.

Wat we niet begrijpen, is wat we zelf zijn.

Yoga wil ons meenemen van dit niet-begrijpen naar een wel-begrijpen. Maar op gezag van eeuwen en eeuwenoude tradities -en niet alleen van de Yoga- mogen we aannemen dat het waar is als talloze grote Meesters zeggen en altijd gezegd hebben dat we alleen kunnen komen tot het begrijpen van wat we zijn, als we ons met ons hele wezen aan dit zelfonderzoek willen wijden.

Als de een of andere gezaghebbende tekst beweert dat de mens eeuwig is, en wij lezen dat, wat gebeurt er dan? Dat doen we, om te begrijpen wat er staat, net als met de stoel: we vergelijken bliksemsnel via de computer in ons hoofd, en we vormen een beeld van 'héél, héél lang' bijvoorbeeld. Met andere woorden: we maken er een begrip van.

Maar is dat wat de schrijver, misschien al vele eeuwen geleden heeft bedoeld? Dat de mens een begrip is? Vast en zeker niet. Net zomin als de schrijver die er op wees dat 'God is liefde' daarmee bedoelde dat wat hij aanduidde met het woord 'God' een gevoel is. Want 'liefde' is voor ons een gevoel.

En dat wordt nu de grote moeilijkheid van iedereen die oprecht en in alle ernst op zoek is naar waarheid en vrijheid: hoe kom ik tot een dieper begrijpen van wat er bedoeld is met dergelijke uitspraken. Hoe kom ik voorbij begrippen en gevoelens.

Voor de meeste mensen zit er in een dergelijk pogen iets angstaanjagends. Iets is echt, als je het kunt pakken, of desnoods als je je het duidelijk kunt voorstellen. Maar iets wat je voorstellingsvermogen ontglipt, slaat de zekerheden onder je uit, en dat is doodgrijselijk. Daarom zijn maar heel weinig mensen op zoek naar waarheid en vrijheid. De grote meerderheid wil bijna tot elke prijs blijven zitten in het veilige, bekende, ook al is dat soort leven dan ook niet het paradijs op aarde.

We hebben met onszelf gedaan, precies als met de stoel. Van onze ouders en onze omgeving hebben we geleerd dat we een iemand zijn, wonend in een vel, en sinds we dat geloof hebben overgenomen, en ons zijn gaan voelen als een persoon in een vel hebben we alle verschijnselen die zich binnen dat vel voltrekken of schijnen te voltrekken niet alleen aangezien voor 'ik', maar ook beleefd als 'ik'. Zit er ergens binnen het vel een pijn in de buik, dan zeggen we niet dat de buik pijn heeft, of dat er een pijn in de buik zit, maar we verklaren: 'Ik heb buikpijn'.

Met andere woorden: we hebben ons helemaal leren vereenzelvigen,

Identificeren, met het lichaam en we ondergaan allerlei dingen die zich in het lichaam afspelen alsof wijzelf die ondergaan. De eigenschappen van het lichaam maken we tot de onze : Ik ben lang of kort en dik of mager, enzovoort.

En dat hebben we niet alleen gedaan met de eigenschappen van het lichaam, maar ook met zijn activiteiten, en met de activiteiten van de zintuigen : ik loop, ik zie, ik hoor.

En 's nachts doen we hetzelfde met een heel ander lichaam, dat in de droom wordt geproduceerd. Dan kruipen we dat lichaam in, en lopen zo hard we kunnen als ons een droomleeuw achterna zit. We ervaren het droomlichaam precies evenzeer als 'ik', als het 'waaklichaam' overdag, en als even echt.

En -om tot het onderwerp van dit artikel te komen- dat doen we ook met de gewaarwordingen van de geest, dus van denken en voelen. Komen er gedachten in ons op, dan zeggen we niet : 'Hé, wat grappig, er zijn vanochtend wel zeven gedachten langsgekomen . . . ' maar we maken er van : Ik heb dit en dat gedacht.

Kortom, als we spreken over onszelf, spreken we over verschijnselen - over allerlei processen die zich voltrekken in lichaam en geest.

Dat is nog niet het hele verhaal.

Uit die verschijnselen pakken we er een handjevol, maken daar een soort gehaktbal van -een plaatje dat is samengesteld uit enkele van die talloze dingen die we 'ik' noemen- en die noemen we dan 'onze persoonlijkheid'. Die gehaktbal bestaat steeds weer uit andere bestanddelen : het plaatje dat we 's ochtends om tien uur voor ons zien als we aan onszelf denken, lijkt soms in de verste verte niet op het plaatje van twaalf uur later. Niettemin vinden we beide plaatjes 'ik'.

Maar uiteraard zijn we geen plaatje, geen voorstelling. En al helemaal geen voorstelling die per slot van rekening maar enkele tellen bestaat. Want als we aan onszelf denken, en er vormt zich zo'n voorstelling, wat gebeurt er dan als op dat ogenblik de telefoon gaat ? Weg voorstelling. Het plaatje vult niet langer het gebied van onze aandacht, en ruimt zijn plaats in voor de bel van de telefoon, die op zijn beurt misschien plaats maakt voor de voorstelling : 'A, dat zal Piet zijn, die zou nog bellen vanavond' !

Het is dus zo helder als kristal dat we niet een van die miljoenen plaatjes zijn die we in de loop van ons leven voor 'ik' hebben aangezien. Wij bleven, de plaatjes kwamen en gingen, bij duizenden, bij miljoenen. En toch geloven we, en voelen we, elke keer als er zo'n plaatje verschijnt : 'Dit ben ik'.

En daar liggen zowel het probeem als de oplossing.

Want het plaatje is nog minder dan een miljoenste of zelfs een miljardste van het avontuur dat ons leven is. Hoe zou dan dit plaatje kunnen begrijpen wat ik ben ? Het plaatje is er nooit bij, mijn hele leven niet, op die éne tiende seconde na, waarop het verscheen.

Wat de persoonlijkheid -de rij plaatjes- begrijpen noemt, is enerzijds een

naam geven aan verschijnselen; anderzijds het verband leggen tussen het ene 'benaamde' ding en het andere : Mamma, wat is dat voor een raar ding ? Maar Pietje, weet je dat niet ? Dat is een kikker.

Weet Pietje nu wat dat rare ding is ? Pietje weet niets meer dan tevoren, alleen heeft het onbekende een naam gekregen, en daarom vinden wij dat hij nu wéét ! En als Pietje nu nog wordt uitgelegd dat een kikker een dier is, heeft hij het helemaal begrepen : dan is het verschijnsel-met-naam in verband gebracht met andere verschijnselen als ooievaars, de hond, de poes en andere bewegende verschijnselen.

De persoonlijkheid zoals wij die beleven wil alleen omringd zijn door bekende dingen, en wanneer we geconfronteerd worden met iets dat ons volslagen onbekend is, slaat het klamme zweet ons soms uit. Onbekende zaken zoals de toekomst of de dood doen miljoenen mensen vele nachten angstig wakker liggen.

Daarom is voor velen, hoe vreemd dit op het eerste gezicht ook moge zijn, dat wat we zelf zijn ook een dood-enge zaak.

De overgrote meerderheid van ons gaat pas op zoek naar waarheid en vrijheid, als er eerst een diepe crisis ontstaat. Tot dan beschouwen we geestelijke en godsdienstige en filosofische zaken meestal meer als een hobby waar we best eens kennis van willen nemen, maar meer niet.

Maar zodra we ons, om welke reden dan ook, gaan verdiepen in vraagstukken als 'Wie ben ik' of 'Wat ben ik', stuiten we op de muur van onmogelijkheid om te weten wat we zelf zijn. Zolang we onszelf immers aanzien voor een serie tijdelijke en zeer kortstondige plaatjes, en die ook echt voelen als 'ik', kunnen we nooit begrijpen wat er is, als die plaatjes weer vertrokken zijn. Als we al aannemen dat een serie plaatjes die onze persoonlijkheid is iets kan begrijpen, dan bestaat dat begrijpen uit het waarnemen van iets, en daar een naam aan geven, en het te zien in verband met andere dingen. Dat is het 'denk-begrijpen', het soort procesje dat het denken 'begrijpen' noemt.

Maar . . . helaas voor het denken . . . dit denken is maar een minuscuul fragmentje van wat we wezenlijk zijn. Het denken is de oppervlakte van de oppervlakte van ons leven. Niets is vluchtiger dan een gedachte.

Wat wij in het dagelijks leven 'kennen' en 'begrijpen' noemen, is het alleroppervlakkigste verschijnseltje dat er in ons leven zo ongeveer te vinden is.

Heel anders ligt het bijvoorbeeld al wanneer we veel van iemand houden. Dan kijken we zo iemand bijvoorbeeld diep in de ogen, we voelen hem of haar met ons lichaam, we zijn zoiets als stralende Aanwezigheid. Daar komt geen denken aan te pas. Wie helemaal zichzelf is, wie gelukkig is, denkt niet. (En dit is misschien iets om heel helder en duidelijk nota van te nemen : dat ik, als ik helemaal mezelf ben, gelukkig ben, niet denk, en het denken ook helemaal niet nodig blijkt te hebben. Dat, als ik tegen degene vlak naast me zeg : 'Wat hou ik veel van je', ik helemaal niet in dat denken kruip, maar dat ik op dat ogenblik degenen naast me wel volmaakt begrijp ! ! ! En dat

begrijpen dus op zichzelf helemaal niets met denken te maken heeft, zodra ik echt mezelf ben !)

Begrijpen is iets volmaakt anders dan namen geven aan onbekende dingen, die daarna nog net zo onbekend zijn als tevoren, al hebben we dat niet in de gaten. Begrijpen is jezelf herkennen in de ander en de ander in jezelf - niet als plaatje, maar als die onmetelijkheid, die diepte, die je bent. En zodra dit begrijpen zich plotseling onthult, en deze herkenning tussen mij en de ander plaatsvindt, verdwijnen ik-en-de-ander, en wij lossen op in deze tijdloosheid, dit peilloze wel-zijn dat we de liefde noemen. Wij zijn dan het begrijpen zelf, en alleen dit is begrijpen.

Dit, deze diepere dan diepste Ervaring die wij zijn als wij één zijn met 'een ander', is altijd aanwezig als achtergrond van ons dagelijkse bestaan. Maar wij zijn zo gewend, alleen te kijken naar dingen die voorbijflitsen, dat we dit blijvende element volkomen uit het oog verliezen. Nog erger : we zijn zo gericht op de voorbijflitsende dingen, dat we zijn gaan denken en zelfs voelen, dat we die voorbijflitsende dingen zijn !

Ben ik niet af en toe aan het denken ? Met andere woorden : voel ik niet af en toe dat ik een denker ben, ergens in het hoofd ? Maar is die 'denker' zelf iets meer of minder dan een vage voorstelling, die we het hoofd in projekteren ?

Met andere woorden, we voelen onszelf dan aan alsof we een plaatje zijn dat we eerst het hoofd in projekteren. En precies zo met al die andere persoonlijkheids-plaatjes : we hebben een image van onszelf gemaakt, en we zijn met dat image zo vergroeid, dat we ook echt denken en voelen dat we dat zijn.

En zo gaan we als image op zoek om te ontdekken wat we zijn.

En staan dan snel met de rug voor de muur, want uiteraard kan een image, een plaatje, niet begrijpen wat we zijn. Als we een ander helemaal, wezenlijk begrijpen, zijn er geen images. Als we onszelf zijn, helemaal volmaakt ons zelf, helemaal thuis bij onszelf, wat wil zeggen : als we helemaal stil en gelukkig zijn, zijn er geen images, geen gedachten, geen pogingen om iets namen te geven en te vergelijken met andere verschijnselen.

Dit laatste is wat de ongelukkige mens doet : de neurotische mens doet de hele dag niet anders dan het image te bekijken dat hij van zichzelf heeft gefabriceerd. Hoe onvolwaardig ben ik, wat vinden anderen wel van mij - enzovoort.

Wil ik te weten komen wat ik ben, en wil ik gelukkig worden, dan zal ik dus niet te rade moeten gaan bij het denken en bij de images, maar bij de stille diepste in-grond van mijn bestaan, waar helemaal geen aandacht meer is voor gedachten en images.

Zo gesteld is dat geen angstaanjagende zaak.

Maar voor wie niet begrepen heeft, dat hij niet een denkend kereltje in zijn hoofd is, en niet een producent van gevoelens, en voor wie derhalve

vol afweer en wantrouwen zijn omgeving beziet, is dat wel het geval.

Want als ik het image moet laten vallen als zondermeer waardeloos; als die persoonlijkheid bij definitie een faillissement inhoudt en mij niet kan geven wat ik zoek; maar als ik denk en voel dat ik die persoonlijkheid ben, dan komt het zoeken naar waarheid en vrijheid neer op een soort zelfmoord. Of anders gezien komt het misschien neer op het gevaar om gek te worden, als ik mijn logische denken van nu af als instrument overboord gooi . . .

Doordat we ons hele leven lang aandacht gewijd hebben aan het image, en het daarmee leven hebben ingeblazen, geeft het zich niet zomaar gewonnen. Het is een hardnekkig ding, dat een onuitputtelijk arsenaal heeft van argumenten om zichzelf in stand te houden met een sluwheid waar je versteld van staat. En eigenlijk is er maar één ding, waar het image niet tegen bestand is : tegen het begrijpen . . . dat wil zeggen tegen de confrontatie met het Licht dat we zijn als we helemaal onszelf zijn.

We hebben hiervoor al gezien, dat er geen images nodig zijn om gelukkig te wezen - in tegendeel. En dit houdt in, dat we ook gezien hebben dat we die images niet zijn. En dit is de éne, onontkoombare voorwaarde om te komen tot het begrijpen van wat we zijn, en voor wie we nu eigenlijk op zoek zijn naar geluk.

Alle mensen die niet begrijpen waar het bij de Vedanta over gaat, missen dit a van het Vedantische abc. Zij proberen te begrijpen met hun intellect, wat alleen op een heel andere manier begrepen kan worden. Wat voor de eerste de beste straatjongen zonder dat hij zich daar rekenschap van geeft een geleefde ervaring is als hij maar even verliefd is, is voor de gemiddelde mens, ook voor de scherpzinnigste intellectueel, een volkomen onbegrijpelijke zaak, zolang hij zijn begrijpen beperkt tot het denken. Het zal aan kinderen geopenbaard worden. Volwassenen gooien de teksten liever ongelezen in de papiermand, en zeggen dat het hun pet te boven gaat. Zij zien over het hoofd, dat als de uitleg van wat wij wezenlijk zijn begrepen kon worden door het denken, er sprake zou zijn van een afschuwelijke vervalsing. Want hoe zou een fragmentje van wat we zijn het geheel kunnen begrijpen ? Hoe kun je aan gedachten die enkele tellen bestaan duidelijk maken wat er altijd is ?

Begrijpen is in diepste wezen alleen maar z i j n. En om alleen maar te zijn hoeven we helemaal niets te doen.

In deze Bewuste Tegenwoordigheid die wij helemaal moeiteloos zijn, of we willen of niet, verschijnen alle waargenomen dingen : indrukken, steeds andere, die we het lichaam noemen; andere waargenomen verschijnselen die we 'gedachten' noemen; het verhaal van de ogen en oren en van het tastzintuig, dat we 'de wereld' noemen, en zo voort.

Al die dingen kunnen zich komen vertonen omdat wij er eerst zijn. Ze komen op in deze bewuste Tegenwoordigheid die we zijn. En, zoals tocht in een kamer bestaat uit niets dan lucht, bestaan al die dingen in de geest, al die indrukken en gedachten, uit niets dan Bewustzijn, dat niets meer en niets minder is dan dit Heldere Tegenwoordig zijn waarin de wakende

toestand en de droomtoestand, af en aan, verschijnen en weer verdwijnen.

Deze helderheid is wat we wezenlijk zijn. Zij verlaat ons nooit, ook al merken we dat niet doordat we zó verblind zijn door allerlei verschijnselen dat we denken dat er niets overblijft als er geen verschijnselen meer zijn, zoals in de diepe, droomloze slaap. Maar zodra we met ons hele wezen gezien hebben dat als een verschijnsel -een gedachte bijvoorbeeld- verdwijnt, l k overblijft als Tegenwoordigheid waarin dadelijk een nieuwe gedachte op kan komen, verdwijnt dat gevoel van een 'niets' waaruit de dingen zouden voortkomen. Dan verandert de diepe slaap ook van karakter, en blijkt niet zoiets als een donkere ruimte te zijn, maar helder licht.

Wij zijn deze Tegenwoordigheid, vier en twintig uur per dag. Daarom kan er 's ochtends of op welk tijdstip dan ook een wakende toestand in verschijnen, en op welk ander tijdstip dan ook een droomtoestand.

Maar wanneer wij ons helemaal met een van die toestanden vereenzelvigen, kunnen we nooit het geheel omvatten van wat we zijn - en nog veel minder als we alleen nog maar een mini-fragmentje van zo'n wakende- of droomtoestand in kruipen en onszelf nu weer aanzien voor een denker, dan weer voor een kijker, dan weer voor iemand die angstig is, dan weer voor iemand die plezier heeft, en zo zonder einde.

'Begrijpen is jezelf in de ander herkennen' hebben we hierboven gezien. We kunnen nog een stap verder gaan : B e g r i j p e n i s j e z e l f h e r k e n n e n i n a l l e d i n g e n . Begrijpen is, te zien, als levende ervaring, dat jij die ene, Stille, Heldere Tegenwoordigheid bent, die we het Bewustzijn noemen, en waarin alle dingen verschijnen, en bovenal, waaruit alle dingen bestaan. Jij, jijzelf, niet als denker maar als Stille Helderheid, bent het licht in elke gewaarwording, in elke gedachte, in elk gevoel.

Zodra je dat ziet, herken je jezelf in alle dingen.

Dat is begrijpen.



Elke vorm van ontspanning heeft als voorwaarde een vertrouwen van het ik op iets groters dan het ik. Pas wanneer er vertrouwen is wordt de spanning van het handhaven van het ik doorbroken. Het 'andere' kan pas in het vertrouwen als het 'eigene' worden geaccepteerd. De ik-gerichtheid wordt gerichtheid naar buiten. De ademhaling wordt vrijer, de wereld veel meer doorzichtig en veel minder vijandig, tegenover je. Ontspanning, gaan vertrouwen op het 'grotere' betekent zélf groter worden.

Dit is bijvoorbeeld duidelijk bij hatha-yoga oefeningen en ook in het contact met een goede vriend(in). Elk contact, elke kommunikatie veronderstelt trouwens het vertrouwen, het opgaan van de partners in een ruimere wereld.

De beweging naar een grotere ruimte, het steeds diepere vertrouwen, is een sterker worden van de liefde, een beweging naar eenheid van wat vroeger als gescheiden werd ervaren : het ik en de ander, de wereld en eventueel God. Liefde betekent de eenheid van de hele in- en uitwendige kosmos, als de beweging maar wordt doorgezet. Het 'grotere' waarop het steeds groter en doorzichtiger ik op rust zal dan ook kosmische afmetingen hebben : God met eigenschappen, of nog verdergaand : het Absolute, Brahman. In het vertrouwen, in de liefde ontstaat het inzicht dat alles het Zelf is, het Zelf dat samenvalt met het grootste 'grotere'.

Het zich speciaal richten op de ontplooiing van de liefde, de bhakti-weg, kan een omweg betekenen in vergelijking met de direkte weg van het inzicht. Het betekent een stuk dualisme, omdat er steeds woorden gevonden kunnen worden om de betreffende toestand aan te duiden. De laatste doorbraak zal mede door het inzicht moeten komen. De Werkelijkheid, het Ene, is zonder eigenschappen, gaat boven elke aanduiding uit.

Het inzicht is echter geen theoretisch kennen. Het is een kennen dat het diepste centrum van de mens betreft. Om dit Kennen mogelijk te maken zal er vooral gevoelsmatig een zuivering en ontspanning moeten hebben plaatsgevonden. We zagen al dat dit proces van ontspanning en zuivering alleen plaats kan vinden in een sfeer van vertrouwen, van liefde. Op de 'negatieve weg' naar het Absolute is dit impliciet aanwezig. Op de 'positieve weg' richten velen zich expliciet op het sterker worden van de liefde.

Als wegwijzers naar het Ene wordt Sat-chit-ananda gegeven : absoluut zijn, absoluut bewustzijn, maar ook absolute gelukzaligheid. In dat geluk kan het Zelf manifest worden, Atman-Brahman, waarin geen dualiteit meer aanwezig is.

Een hulpmiddel om de sfeer van geluk, van liefde sterker te laten worden is het zich voorstellen en opnieuw doorleven van een vroegere gelukssituatie. Probeer je heel concreet in te leven in een situatie, waarin je erg gelukkig was. Doe dit zo volledig mogelijk. Wanneer je dit regelmatig doet gaat het steeds gemakkelijker. Het geluk komt dan wanneer je er maar even aan denkt, totdat het Geluk voortdurend in je is, totdat er alleen maar Sat-chit-ananda is.

D T.

transcendentale meditatie & yoga

Inleiding

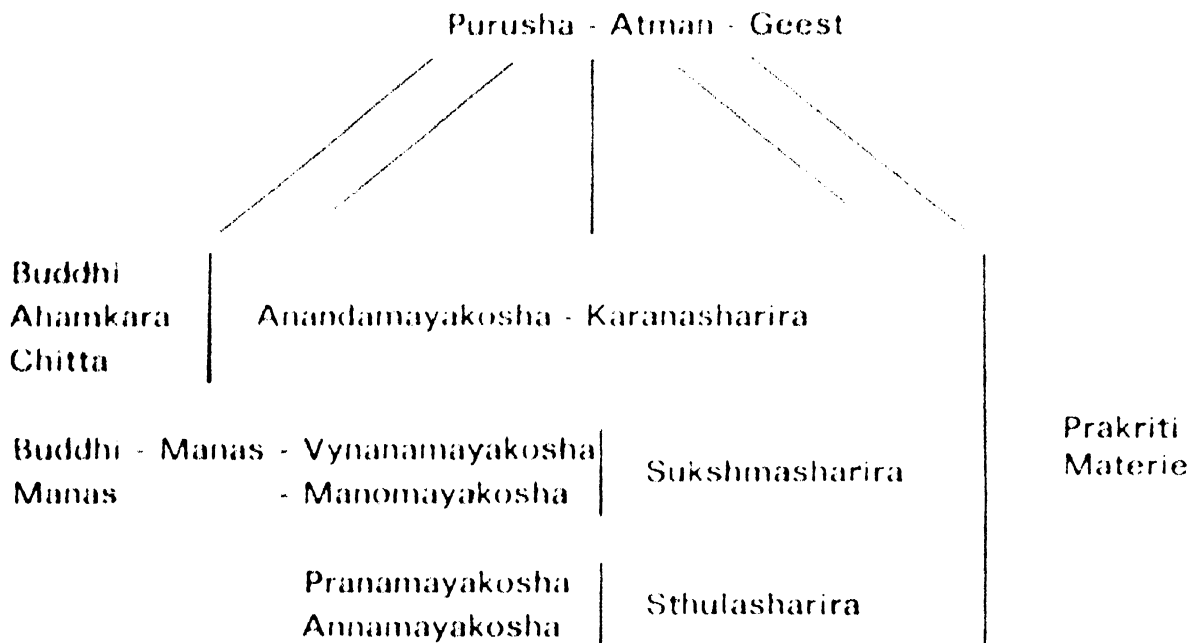
Het is de bedoeling aan de lezer een uiteenzetting te geven over Meditatie, verspreid over verschillende hoofdstukken.

Eerst wordt de ware aard van Meditatie behandeld.

Andere hoofdstukken zullen handelen over de voordelen van Meditatie, de techniek, het gebruik van Mantras en uiteindelijk de gevaren van Meditatie.

RAMA SAENEN

SCHEMA



N.B. : Sommige Acharyas plaatsen de Pranamayakosha bij de Sukshmatharira. Dit komt omdat er twee soorten pranas zijn, de grove Prana en de subtiele. De meest fijne prana is de kracht van de ziel zelf.

Het wezen van de transcendentale Meditatie

Ieder mens stelt zich eens de vraag wat de zin is van zijn bestaan.

Vragen over betekenis van leven en kosmos zijn zo oud als de mens zelf.

De oude schrifturen bewijzen dat. Onze huidige wetenschap tracht ook het mysterie te ontsluiten.

Heeft het leven een doel ? Komt er nog iets na dit leven ? Is de dood een absoluut eindpunt ? Wat zoekt de mens in zijn leven ? Wat is realiteit ?

Wat is materie ? Is de ervaring die wij nu beleven de hoogste realiteit ?

Zijn de objecten die wij door onze zintuigen waarnemen de enige bestaande of zijn er nog bestaansvormen die buiten onze waarneming vallen ? Is de kosmos eeuwig of kent hij een begin ? Is er een toestand of een wezen

hoger dan de kosmos ? Indien zulk hoger wezen bestaat, is zijn aard goed of slecht ? Is de kosmos onder de heerschappij van een of andere

Oppermacht voor wie ons bestaan niet meer zin heeft dan de proefdieren voor de laborant ? Of bestaat er zo iets als een goede God ? Enz. . . .

Vermits de zintuigen van nature naar buiten gericht zijn, is het logisch dat de mens eerst de wereld rondom zich bestudeerde om een antwoord te vinden. Wij kunnen gerust konkluderen dat dit extravert onderzoek heeft uitgewezen dat onze zintuigen maar een heel klein gedeelte waarnemen van de totaliteit van wat bestaat. In de wetenschap spreekt men daarom van grove en fijne vormen van materie. Onze zintuigen kunnen normaal enkel grove materie waarnemen. De fijnere vormen zijn voor ons normaal verborgen. De Oude Wijzen of RISHIS en ook onze Einstein maakten, als konklusie van hun extravert onderzoek, de uitspraak dat alle vormen van materie slechts een uiting zijn van een en dezelfde energie, door de Ouden PRANA genoemd. Alle bestaansvormen zijn enkel Prana. Er wordt nog wel aan toegevoegd dat deze prana zich ontvouwt in de verschillende bestaansvormen (door de Ouden TATVAS genoemd) volgens een intelligent patroon. Dit veronderstelt het bestaan van een Intelligentie achter de prana. Hier eindigt alle extravert onderzoek. Dit eindpunt bereikten de Oude Rishis en tot hetzelfde resultaat is ook de moderne atoomwetenschap gekomen. Extravert onderzoek kan alle vormen der materie herleiden tot een Energie en de schaduw zien van een Intelligentie die haar leidt, maar verder komt het niet. Deze manier van zoeken brengt ons niet van aanschijn tot aanschijn met deze Intelligentie. Het mysterie van de kosmos blijft zo onopgelost. De mens zal pas te weten komen wat de kosmos is, wanneer hij zal begrijpen wie hij zelf is. De mens, als de getuige van de kosmos, bestudeert eerst wat rondom hem is en verwerft dan het inzicht dat hij zijn aandacht op de ziener zelf moet richten om tot een bevredigend antwoord te komen. De moderne wetenschap verkondigt dat in de toekomst de psycho-analyse de voorrang zal nemen op alle andere takken. De oude Grieken zongen : 'Mens, ken U zelf'. Een vers uit de KATHA UPANISHAD (het begin van deze schrifturen is te zoeken omstreeks 700 vóór Kristus verklaart : 'De in Zichzelf bestaande Heer schiep de zintuigen met het gebrek, van extravert gericht te zijn. Daarom neemt de mens vooral de zaken buiten zich waar, maar niet het Innerlijke Zelf. Een zekere Dhira (held en wijze) verlangend naar onsterfelijkheid, keerde zijn zintuigen naar binnen en realiseerde het Innerlijke Zelf' (Hfdstk IV vs. 1).

Wanneer de mens zijn eigen wezen bestudeert, wordt eerst het fysieke lichaam zijn studieobject. Dan leert hij begrijpen dat dit laatste wordt aangedreven door een energie die zich vooral manifesteert door zenuwstelsel en ademhaling. Deze laatste subtiele kracht wordt op haar beurt aangedreven door de nog subtielere machten van de verschillende aspecten van het denken. Dit is niet het eindpunt. Achter het denken vinden we het Bewustzijn, de Ziener, de Getuige. Bewustzijn is niet een produkt van de hersenen zoals in medische kringen steeds gedacht werd, maar het is veeleer de basis van gans ons wezen. Bewustzijn ontstaat niet in de loop van een evolutie maar het is dat wat de evolutie leidt. De studie van het bewustzijn leidt tot de basis van alles. Achter het denken vinden we deze

basis, 'das Ding an sich' van Kant, vermits verdere analyse onmogelijk is. Hier vinden we ons échte Ik en we noemen het ons Hogere Zelf. Daar is de Stilte tegenover de gedurige beweging van denken, zenuwstelsel en fysiek lichaam. Hier is het gans andere. Daarom wordt het Geest genoemd. De andere drie aspecten van ons wezen noemen we materie. Hier vindt de mens dat zijn ware wezen Geest is, ogenschijnlijk omhuld met mantels van materie.) Eens deze zelfkennis bereikt, wordt ook plots de kosmos intuïtief begrepen. Zelfkennis geeft Verlichting. Ze gaan samen zoals de geur de bloem begeleidt. Mikrokosmos en makrokosmos blijken één en dezelfde structuur te hebben. Het universum geeft haar geheim prijs.

De wetenschap die ons heeft om door introspectie deze Verlichting te realiseren, wordt Meditatie genoemd. Ware Meditatie is altijd transcendentiaal omdat zij steeds poogt ons de geest te doen kennen die het denken transcendeert. Het adjectief transcendentiaal is dus eigenlijk overbodig. Echte melk is altijd wit. Meditatie doet de mens zijn ware wezen kennen. Tot zijn verwondering zal hij ontdekken dat hij een God in potentie is zoals Vivekananda de mens betitelt. De TANTRA noemt de mens een bewustzijn dat verkleind is door de sluiers der materie. Door zelfkennis (door de Ouden ATMAVIJNANA genoemd) kunnen wij ons losmaken van deze ommanteling. Het wordt Bevrijding, KAIVALYA, MOKSHA of GODREALISATIE genoemd. Het is het ware doel van elk mensenleven. In hun onwetendheid begrijpen de meesten dit niet en hebben een verkeerde doelstelling. Ook alle godsdiensten spreken over Verlossing. De psychologie kent bewustzijnsverruiming. Meditatie is de wetenschappelijke weg tot Moksha.

Het werkwoord mediteren wordt in het nederlands dikwijls begrepen als synoniem van nadenken. Wanneer men zegt dat men gemediteerd heeft op Kristus bedoelt men daar dikwijls mee dat men nagedacht heeft over de leringen of levensgebeurtenissen van Jezus. Meditatie zoals dit in Yoga en Vedanta begrepen wordt, is veeleer synoniem van éénpuntig maken van het denken om daarna zich één te weten met de stilte achter het denken. Zelfs het ervaren van psychische verschijnselen zoals innerlijke kleuren en geluiden is bijkomstig. De Bhagavad Gita geeft als bepaling van Meditatie : 'Aanschouwen van het Zelf door het Zelf in het Zelf' (Hfdstk XIII vs. 24).

De hoogste wijsheid is nooit een resultaat van nadenken maar wel van meditatieve ervaring. De bloem van meditatie is wijsheid. Ramakrishna zegt dat de Yogi zijn lichaam moet beschouwen als de tempel van ISHVARA (God). De Oude Schriften der Rishis leren dat de mens niet alleen beschikt over een grofstoffelijk lichaam, maar dat PURUSHA of ATMAN (Geest) omgeven is door drie lichamen, SHARIRAS genoemd. De Vedanta verdeelt deze drie lichamen nogmaals in vijf KOSHAS of scheden. De Shariras worden subtieler naarmate zij CHETANA (Bewustzijn) meer benaderen.

Het meest grove lichaam wordt **STHULASHARIRA** genoemd. **STHULA** betekent grof. Dit lichaam bevat de **ANNAMAYAKOSHA** en de **PRANAMAYAKOSHA**.

— De **Annamayakosha** is de voedselschede. **ANNAM** betekent voedsel. Deze kosha vertegenwoordigt ons fysiek lichaam. Het wordt nu in stand gehouden door voedsel, en wanneer de geest deze schede zal afleggen op het ogenblik, dat wij dood noemen, zal deze tot voedsel van andere wezens dienen.

— De term **Pranamayakosha** kan vertaald worden als Vitaallichaam. Het is ook gekend onder de naam van Etherisch Dubbel. De meest recente wetenschappelijke term is bioplasma. Deze kosha wordt ook bij de dood afgelegd.

Het tweede lichaam wordt **SUKSHMASHARIRA** genoemd. **SUKSHMA** betekent fijn. In onze taal spreekt men van astraal lichaam. Dit lichaam wordt ook ingedeeld in twee scheden : **MANOMAYAKOSHA** en **VIJNANAMAYAKOSHA**. Op het vlak van de eerste schede spelen zich vooral de coördinerende aspecten van het denken af. Hier is de zetel van **MANAS** of het lagere denken.

— De tweede schede vertegenwoordigt intellect en rede.

Deze scheden worden niet meer afgelegd op het ogenblik van de dood tenzij Zelfrealisatie bereikt werd. Zij zullen de mens in de mogelijkheid stellen vreugde of pijn te proeven in het bestaan na de dood. De dood is enkel een verandering. Niets kan absoluut sterven. De kosmos is enkel een gedurige vormverandering. Dit begrijpen moet de materialistische levensvisie van de westerse mens breken.

Het meest fijne lichaam is de **KARANASHARIRA**. **KARANA** betekent oorzaak. Het is het 'causale lichaam' ook 'Zielelichaam' genoemd. Het wordt vertegenwoordigd door de laatste schede **ANANDAMAYAKOSHA**. **ANANDA** betekent Geluk. Deze schede staat het dichtst bij de vrede van het Innerlijke Zelf. De mens zoekt altijd geluk buiten zich. Nochtans is het geluk steeds in hem. Atman is het Geluk zelf. Het is eigenaardig, de mens is steeds op zoek naar wat hij zelf is. Meditatie is in staat om dit psychologisch inzicht te geven. De Oude Wijzen onderwezen dat nooit kan gezegd worden wat Geest werkelijk is. Toch konden zij er iets over zeggen. Ze betitelden de Geest met **SAT-CHIT-ANANDA** of Realiteit-Bewustzijn-Zaligheid. Alle daden van de mens bewijzen bij psychologisch onderzoek als enige uiteindelijke drijfveer een zoeken naar perfect en oneindig geluk te hebben. Nooit zal de mens dit in de wereld kunnen realiseren. Alleen in de Geest ligt het antwoord.

Anandamayakosha is de woonplaats van de **CHITTA**. **Chitta** neemt hier de plaats in van wat in de Westerse psychologie verstaan wordt als onderbewustzijn. Het is de stapelplaats van alle opgedane indrukken in dit leven en in vorige. De moderne psychologie stelt zich de vraag wat er met de ervaringen van de mens gebeurt. Het antwoord luidt dat geen enkele

ervaring ooit verloren gaat. Zij vormen de Chitta en reizen met ons mee van de ene vorm naar de andere. Wat ge nu in uw leven uw karakter noemt is het geheel van de onderbewuste indrukken, SAMSKARAS genoemd. In deze kosha zetelt ook AHAMKARA of het principe van identificatie. De term duidt op het feit dat het bewustzijn zich identificeert met de materie.

Alle Yoga tracht een einde te maken aan deze identificatie. De onderbewuste indrukken en de identificatie zijn de oorzaak van het geboren worden in de wereld. Daarom wordt het lichaam dat zij vormen causaal lichaam genoemd. In dit lichaam woont ook BUDDHI of Intuïtie.

Het is de zetel van de Intuïtie.

Sommige ACHARYAS of leraars geven een ietwat andere indeling. Deze verschillen spreken mekaar niet tegen maar vullen elkaar aan. Een diepere studie hiervan is hier niet op zijn plaats. Manas, Buddhi, Chitta en Ahamkara worden ANTAKARANA CHATUSHTAYA of viervoudig innerlijk voertuig genoemd.

De mens is dus werkelijk een wonderbaarlijk wezen. De wetenschap van het Innerlijk Voertuig van de mens is in staat de materialistische filosofie van de westerse mens te vernietigen. De ware aard van de mens is Geest.

De kosmos is geen materieel gebeuren maar een spiritueel.

In het dertiende hoofdstuk van de Bhagavad Gita zegt Krishna tot Arjuna dat kennis omtrent het veld en de Kenner van het veld naar zijn mening échte Wijsheid is. De Heer van Yoga zegt ook dat iedereen die kennis heeft omtrent de waarheid over PRAKRITI (materie) en PURUSHA (Geest) en Hem daarbij nog vereert, zal opgaan in Zijn Wezen.

Door onwetendheid (AVIDYA) heeft het Bewustzijn zich geïdentificeerd met zijn voertuigen. Elke meditatie is een poging om deze valse identificatie te doorbreken. De mens realiseert opnieuw dat hij in werkelijkheid Geest is.

Wat hier geschreven is, kunt ge nooit met uw rede achterhalen maar enkel door de praktijk van eigen meditatie.

RAMA SAENEN

bestuurder v/h Antwerps

Raja-Yoga en Vedanta Instituut



1)
De Essentie zelf kan nooit omhuld zijn, maar doordringt juist alle z.g. mantels der materie.
Er is alleen maar Essentie ! Red.

asana-varia

Eenvoudige oefeningen voor iedereen

We gaan in een makkelijke houding zitten en richten de aandacht op de rechter arm . . . van de schouderkop totaan de vingertoppen.

Adem nu in en probeer alle spieren van deze arm aan te spannen . . . de hand wordt tot een vuist gebald . . . de arm wat opgetild en weggestrekt.

Dan langzaam weer uitademend, alle spieren weer ontspannen en los.

Dit doen we nog eens . . . let op . . . adem in . . . span aan . . . voel bewust die spanning en let er op dat de linker arm niet mee doet . . . dan weer uitademen en los !

Probeer nu bewust of er verschil te voelen is tussen de rechter en de linker arm.

We gaan ditzelfde nu herhalen maar dan met alleen de linker arm.

De aandacht dus volledig op links . . . adem in . . . span aan die linkerarm . . . maak een vuist . . . even vasthouden en bewust de spanning voelen . . . dan weer uitademen en loslaten. Nog één keer herhalen . . . adem in . . . span aan . . . alleen die linker arm . . . hou vast . . . en dan langzaam weer uitademen en los !

We gaan dit nu doen met beide armen tegelijk, alleen moeten we bij het uitademen de armen losschudden om als het ware alle spanning eruit te laten stromen.

Adem diep in . . . span beide armen gelijk aan . . . hou vast en voel bewust de spanning . . . dan langzaam uitademen en alle spanning eruit schudden.

Herhaal nog één keer . . . adem in en span aan . . . adem uit en schud los.

Tenslotte even ontspannen blijven zitten en exact proberen waar te nemen wat er in die armen gebeurd is.

De voeten en de benen

De voeten zijn eigenlijk het meest onbewust gebruikte deel van het lichaam in onze dagelijkse bewegingen.

We gaan nu proberen de voeten wat bewuster te leren voelen.

Ga zitten op een stoel en plaats beide voeten op de grond, zodat de onderbenen verticaal staan.

Probeer eerst bewust te voelen hoe het contact is van de voetzool met de onderlaag. Schuif zonodig de voetzool even over de onderlaag heen en weer, waardoor het raakvlak duidelijk waarneembaar wordt.

Richt nu de aandacht op de rechter voet. Het rechter been wordt nu gestrekt met de voet iets van de grond. We strekken de tenen maximaal weg en gaan dan vanuit de enkel een draaiende beweging maken, zodat de tenen een zo groot mogelijke cirkel beschrijven. Rustig ronddraaien, zowel rechts- als linksom.

Bewust deze beweging observeren . . . helemaal toeschouwer zijn van de bewegende rechter voet . . . dan even pauzeren en de voet weer op de grond plaatsen, alles ontspannen en . . . nasensen wat er is gebeurd.

Probeer het gevoel in de rechter voet te vergelijken met dat in de linker.

We verleggen nu de aandacht geheel naar links . . . het linkerbeen wordt nu

weggestrekt en we herhalen de oefening nu met de linkervoet ... bewust de draaibeweging vanuit de enkel volgen ... probeer te observeren wat er gebeurt ... dan weer even rusten ... en nasensen.

Tenslotte doen we de oefening nog eens met beide voeten tegelijk ... zeer bewust draaien vanuit de enkels ... in beide richtingen ... dan na enige tijd weer stoppen ... voeten weer op de grond ... uitrusten ... nasensen en weer bewust het contact van de voetzool met de grond registreren.

Ga op de rug liggen en probeer bewust te voelen waar het lichaam contact maakt met de onderlaag.

Richt nu de aandacht op het rechter been ... draai het hele gestrekte been om zijn lengteas totdat de binnenzijde van de voet met de grote teen de onderlaag raakt ... dan langzaam de andere kant opdraaien totdat de buitenkant van de voet tegen de grond komt ... en dan weer terug ...

Probeer bewust te voelen wat er met het been gebeurt.

Na enige tijd stoppen met draaien ... diep inademen ... het rechterbeen zover mogelijk wegstrekken ... alle spieren aanspannen ... even vasthouden dan langzaam uitademen en alle delen van het rechter been weer loslaten en leeg laten vloeien ... helemaal spanningsloos ... daarna even rustig nasensen wat er gebeurd is. Hoe voelt het rechterbeen nu aan ... vergelijk het met het gevoel aan de linkerkant.

Vervolgens richten we de aandacht op het linkerbeen en herhalen het draaien om de lengteas ... maximaal naar binnen en maximaal ... naar buiten. Dan het been wegstrekken en aanspannen ... tijdens een inademing ... bewust de spanning registreren ... dan langzaam uitademen ... en alles ... los. Observeer opnieuw de situatie van beide benen.

Tenslotte nog eenmaal tijdens een inademing beide benen tegelijk aanspannen ... even vasthouden ... dan langzaam uitademen en ... los. Herhaal de hele oefening nog maar eens zeer bewust voor uzelf ...

Ga weer op de rug liggen, maar nu met opgetrokken benen ... de voeten ± 40 cm uit elkaar met de voetzool plat op de grond en de knieën tegen elkaar aangeleund.

Observeer de houding en voel de contactvlakken met de onderlaag. Het onderste deel van de rug rust meestal niet geheel op de grond ... voel met de vingers exact waar dit is.

Als we diep inademen wordt dit deel van de onderrug vaak nog meer hol getrokken ... constateer dit bij uzelf ... tijdens de uitademing vlakkt het weer wat af.

Houdt de aandacht volledig bij dit onderste deel van de rug ... adem diep in ... constateer het holtrekken ... nu langzaam sissend uitademen en zeer krachtig het onderste deel van de rug tegen de onderlaag aandrukken naarmate de uitademing vordert ... zodra we helemaal leeg zijn spannen we ook de bilspieren aan en voelen even zeer bewust het maximale contact

van de rug met de onderlaag . . . dan weer loslaten . . . inademen . . . rug trekt weer wat hol . . . langzaam sissend tussen de tanden door uitademen en weer maximaal contact maken met de rug tegen de onderlaag . . . enz. . . . enz.

Herhaal dit proces nog 3 maal voor uzelf . . . tenslotte trekken we dan de knieën helemaal op met de voeten van de grond en de armen om de benen heen geslagen . . . in deze houding observeren we bewust het hele gebied van de onderrug . . . en trachten te sensen wat er heeft plaats gevonden.

We gaan weer op de rug liggen met de benen opgetrokken, de voeten plat op de grond zo dicht mogelijk tegen het zitvlak aan, de knieën bij elkaar en de armen zijwaarts gespreid op de grond.

Dit is de uitgangshouding. Nu rustig en diep inademen . . . voel bewust hoe dat lichaam op de grond rust . . . nu weer langzaam sissend uitademen en dan de benen naar rechts opzij omlaag laten zakken . . . zover als we kunnen . . . zelfs tot de rechterknie de grond raakt . . . het hoofd draait tegelijk naar links. Even zo blijven liggen . . . en dan inademend weer omhoog naar de uitgangshouding . . . even vasthouden die adem en dan sissend weer uit en naar links omlaag met de benen . . . naar rechts draaien met het hoofd. Herhaal deze torsie of draaibeweging op een rustige wijze enkele malen. Dus inademen . . . en terug naar de uitgangshouding . . . sissend uitademen en omlaag naar rechts . . . met het hoofd naar links . . . inademen en weer op . . . en weer uit . . . benen naar links en het hoofd naar rechts.

Tijdens deze draaibewegingen moeten we proberen de schouders en de armen op de grond te houden. Observeer bewust de beweging zelf en vooral het onderste deel van de rug tijdens deze oefening.

Dan stoppen in de uitgangshouding . . . uitademen en de benen omlaag laten glijden en dan weer diep inademen . . . de benen wegstrekken en flink aanspannen . . . even bewust de spanning voelen . . . dan uitademen . . . alles loslaten . . . en rustig blijven liggen en nasensen wat er heeft plaats gevonden.

We gaan nu een z.g. adembewustwordings oefening doen.

Ga zitten op een stoel, de voeten plat op de grond . . . de handen op de knieën rustend. Adem nu langzaam maar volledig uit . . . het hoofd komt met de kin op de borst te rusten en de romp zakt iets naar voren.

Zodra de volgende inademing spontaan gaat beginnen, richten we de romp en het hoofd op en bewegen de armen en handen langzaam naar zijwaarts omhoog. Zodra de inademing voltooid is blijven we even in deze stand; de armen zijwaarts met de handpalmen naar boven, de blik omhoog gericht. Zodra de uitademing begint gaan we weer terug naar de uitgangshouding. De bedoeling is nu om volledig de ademhaling te observeren, zonder het tempo ervan te willen beïnvloeden . . . helemaal spontaan laten komen, . . . en de beweging aanpassen aan het ademritme.

Dus . . . voel bewust of de inademing gaat beginnen . . . dan begint de opwaartse beweging van het hoofd en de armen . . . tot de maximale stand

bereikt is . . . dan weer observeren wanneer de uitademing begint . . . en weer terug.

Deze bewuste ademobservatie is niet makkelijk. U zult merken dat de neiging er steeds weer is om het tempo te willen opvoeren of dat de adem extra lang wordt vast gehouden . . . enz.

Oefent u zelf zeer bewust enige tijd totdat U helemaal toeschouwer kunt zijn van dit spontane ademproces.

Ieder heeft van nature zijn eigen ritme.

Ga op een stoel zitten met een rechte rug, de handen rusten op de bovenbenen . . . de voeten plat op de grond.

De aandacht richten we op de rechter arm.

Nu langzaam inademen en dan de rechter arm rustig omhoog bewegen langs de schouder en het hoofd . . . helemaal omhoog . . . de pols eerst ontspannen houden . . . dan zover mogelijk de arm wegstrekken en de vingers spreiden . . . rustig doorademen . . . beweeg de arm wat heen en weer alsof we de ruimte aan het aftasten zijn . . . voel bewust dat er geen belemmeringen zijn . . . de beweging is volkomen vrij en ongestoord . . . bij de eerst volgende uitademing ontspannen we eerst de pols en dan gaat de arm langzaam weer omlaag en wordt volkomen losgelaten en leeggeschud . . . weer terug geplaatst op het bovenbeen.

Probeer nu zeer bewust het verschil te voelen tussen de rechter en de linker kant . . . vergelijk het gevoel in de armen . . .

We gaan de oefening nog eens doen met dezelfde arm . . . maar nu letten we speciaal op de beweging welke in die onbelemmerde ruimte plaats vindt. Adem rustig in . . . de arm gaat omhoog . . . pols eerst nog ontspannen . . . let op de beweging . . . tast de ruimte af . . . voel het bewegen in die ruimte . . . helemaal vrij en moeiteloos . . . dan langzaam uitademen en de arm beweging naar omlaag weer exact observeren . . . ontspannen en . . . los. Opnieuw navoelen en vergelijken . . . rechts en links.

U gaat nu voor uzelf de hele bewegingsobservatie nog eens uitvoeren met de linker arm . . . zeer bewust de hele situatie observeren.

Succes en tot de volgende keer.

Rama



wat is religie ?

Vivekananda uit Complete Works - 3e deel, vert. Mevr. Dra Keus

Hoe onderscheiden we het levende van het dode ? Een machine verricht automatisch alle bewegingen, die zijn maker hem laat doen; de bewegingen zijn niet die van iets levends. In levende schepselen is vrijheid, is intelligentie; in dode dingen is alles gebonden en is er geen vrijheid mogelijk, omdat er geen intelligentie is. Deze vrijheid, die ons van machines onderscheidt is, wat wij allen nastreven. Vrij te zijn, steeds vrijer, dat is het doel van al onze inspanning, want alleen in volmaakte vrijheid kan er volmaaktheid zijn. Deze inspanning om vrijheid te verkrijgen ligt ten grondslag aan alle vormen van aanbidding en verering of we dat al dan niet weten.

Als we eens de diverse soorten van aanbidding en verering over de gehele wereld op de keper beschouwden, zouden we merken dat de meest onbeschaafden onder de mensen geesten aanbidden en demonen en hun afgestorven voorvaderen : slang-aanbidding, stam-goden aanbidding en aanbidding der afgestorvenen. Waarom doen ze dat ? Ze doen het, omdat ze het gevoel hebben, dat die wezens op de een of andere manier groter en machtiger zijn dan zij zelf en dat deze hun vrijheid beperken. Daarom trachten ze die wezens gunstig te stemmen om te verhinderen dat ze hen overlast aandoen, of met andere woorden, om meer vrijheid te verkrijgen. Ook trachten ze de gunst te winnen van deze hogere wezens ten einde als geschenk van de goden te verkrijgen wat feitelijk door persoonlijke inspanning verdiend hoorde te worden.

Dit bewijst over het algemeen, dat de wereld wonderen verwacht. Deze verwachting raken we nooit kwijt, en wat we ook doen, we hollen steeds het miraculeuze en buitengewone na. Wat is ons denkvermogen anders dan het onafgebroken zoeken naar de betekenis van het mysterie van het leven ? We kunnen nu wel zeggen, dat alleen maar onbeschaafde mensen deze dingen nastreven, maar dan blijft toch nog altijd de vraag : Waarom is dat nou zo ? De Joden vroegen om een wonder, en de hele wereld heeft al duizenden jaren om precies hetzelfde gevraagd. Bovendien is er de algemene onvoldaanheid. We vormen ons een ideaal, maar voor we het nog maar halverwege achterna gejaagd hebben, vormen we een ander. We doen enorm veel moeite een of ander doel te bereiken en dan ontdekken we, dat we er geen prijs op stellen. Deze onvoldaanheid beleven we uit en terna, en wat hebben we nu aan dat denkvermogen, als er toch niets dan onvoldaanheid zal zijn ! Wat betekent deze algemene onvoldaanheid ? Is ze er misschien omdat vrijheid het doel is van ieder mens ? Aldoor zoekt de mens dit, zijn hele leven is niets dan een zware strijd om het te verkrijgen. Het kind is vanaf zijn geboorte opstandig tegen de wet. Zijn eerste uiting is een kreet, een protest tegen de gebondenheid, waarin het zichzelf bevindt. Dit verlangen naar vrijheid scheidt de idee van een Wezen, dat absoluut vrij is. Het concept 'God' is een fundamenteel element in de constitutie van de mens. In de Vedanta is Sat-Chit-Ananda (Zijn-Kennis-Zaligheid) het verhevenste idee van God, dat het denkvermogen kan hebben. Het is de essentie van kennis en is door zijn aard de essentie van zaligheid. We hebben die innerlijke stem lang genoeg verstikt in ons

streven om de wet na te leven en de menselijke aard tot zwijgen te brengen, maar er is nu eenmaal dat menselijk instinct om te rebelleren tegen de wetten der natuur. Misschien begrijpen we er de betekenis niet van, maar er is die onbewuste strijd van het menselijke tegen het geestelijke, van het lagere tegen het hogere denken, en deze strijd probeert het afgescheiden leven van een mens - wat wij onze 'individualiteit' noemen - in stand te houden.

Zelfs de hel wordt gekenschetst door het wonderbaarlijke feit, dat we geboren rebellen zijn; en we verzetten ons zelfs tegen het allereerste feit van het leven - het instromen van het leven zelf - en we schreeuwen het uit: 'Geen wet voor ons'. Zolang wij de wetten gehoorzamen, zijn we als machines en het universum wentelt voort, en wij kunnen de wet niet doorbreken. Wetten als zodanig worden de mens tot gewoonte. Het allereerste besef van het leven op het hogere niveau krijgen we als we deze strijd in ons gewaar worden om de slavernij aan de natuur te verbreken en vrij te zijn.

'Vrijheid, o Vrijheid! Vrijheid, o Vrijheid!' is de zang van onze ziel.

Maar, jammer genoeg schijnt slavernij, de gebondenheid aan de natuur, haar lot te zijn.

Waarom moeten er slangen-, een spoken-, een demonen-aanbidding zijn en al die verschillende soorten van geloof en zo, om maar wonderen te hebben? Waarom zeggen we toch, dat er leven, een zijn, is in alles? Er moet toch een bedoeling schuilen achter al dat zoeken, dit pogen het leven te begrijpen, het zijn te verklaren. Het is niet zinloos en ijdel gepraat allemaal. Het is de ononderbroken poging om vrij te komen. De kennis, die we nu wetenschap noemen, heeft duizenden jaren geworsteld in haar poging tot vrijheid te geraken en de mensen vragen om vrijheid. En toch is er geen vrijheid in de natuur. Het is alles wetmatigheid. En de strijd gaat maar voort. De gehele natuur, van de zon tot het atoom, alles is aan wetmatigheid onderworpen, en zelfs voor de mens is er geen vrijheid. Maar we kunnen dat niet geloven. Wij hebben van het begin af de wetten bestudeerd en toch kunnen en willen we zelfs niet geloven, dat de mens onderworpen is aan wetmatigheid. De ziel roept steeds 'Vrijheid, O Vrijheid!' Door zijn begrip omtrent God als een volmaakt vrij Wezen, kan de mens niet voor eeuwig berusten in deze gebondenheid. Hoger moet hij stijgen, en als hij de strijd niet om wille van zichzelf moest strijden, zou hij deze te hard en te zwaar vinden. De mens zegt tot zichzelf: 'Ik ben de geboren slaaf, ik ben gebonden; en toch is er een Wezen, dat niet door de natuur is gebonden. Hij is vrij en hij is Heer en Meester over de natuur'.

Het begrip omtrent God is daarom een even essentieel en fundamenteel onderdeel van het denken als de idee van slavernij en gebondenheid. Beide zijn het resultaat van de idee omtrent vrijheid. Er kan geen leven zijn - al was het in een plant - zonder de idee van vrijheid. In de plant en in de worm moet het leven omhoog komen tot het concept van individualiteit. Het is daar aanwezig, werkend in het onbewuste, en de plant leeft haar leven om de soort, het grondbeginsel of de vorm in stand te houden, de

plant doet dat, niet de natuur. De idee, dat de natuur elke stap voorwaarts zou beheersen, zou de idee van vrijheid teniet doen. Voort gaat de idee van 'fysieke wereld', voort gaat de idee van vrijheid. En de strijd gaat al maar door. We horen over al het getwist van geloofsvormen en van sekten, en toch zijn die vormen van geloof en die sekten goed en op hun plaats; ze moeten er eenvoudig zijn. De keten wordt langer en vanzelfsprekend neemt de strijd toe; maar er hoefde geen getwist te zijn, als we slechts wisten, dat wij allen er naar streven hetzelfde doel te bereiken.

De belichaming van vrijheid, Heer en Meester van de natuur, is wat wij God noemen. Je kunt Hem niet ontkennen. Omdat je je niet kunt bewegen of leven zonder de idee 'vrijheid'. Zoudt u hierheen komen, als u niet geloofde dat u vrij was? Het is zeer wel mogelijk, dat de bioloog een verklaring kan en wil geven voor deze nooit aflatende inspanning om vrij te komen. Aangenomen dat het zo is, de idee van vrijheid is er aldoor. Dat is een feit, net zo goed als dat door de natuur overheerst te worden, waar u blijkbaar niet overheen kunt komen, ook een feit is.

Gebondenheid en vrijheid, licht en schaduw, goed en kwaad, moeten er zijn; het feit op zichzelf, dat er gebondenheid, slavernij, is, bewijst dat die vrijheid er eveneens moet zijn. Als het ene een feit is, dan is het andere het ook. Er moet deze idee van vrijheid zijn. Ofschoon we nu niet kunnen inzien, dat deze idee van gebondenheid in de onbeschaafde mens zijn worsteling is om tot vrijheid te komen, toch is de idee van vrijheid er. De slavernij van zonde en onzuiverheid in de onbeschaafde wilde is naar zijn besef zeer gering, want zijn aard gaat maar weinig boven die van het dier uit. Waar hij tegen worstelt is de gebondenheid van de fysieke aard, het gebrek aan fysieke bevrediging, maar uit dit lager bewustzijn ontwikkelt en verruimt zich de hogere opvatting van een mentale of morele gebondenheid en een verlangen naar geestelijke vrijheid. Hier zien we vaag het goddelijke stralen door de versluiering van de onwetendheid. In het begin is de sluiër zeer dicht en kan het licht vrijwel verduisterd zijn, maar het is er, steeds zuiver en helder stralend - het stralende vuur van vrijheid en volmaaktheid. De mens personifieert dit als de Heerser van het heelal, het Ene Vrije Wezen. Hij weet nog niet, dat het heelal één is, dat het alleen maar een verschil in gradatie, een verschil in het concept is.

De gehele natuur is God-aanbidding. Overal waar leven is, is er dit zoeken naar vrijheid en die vrijheid is hetzelfde als God. Het spreekt vanzelf, dat deze vrijheid ons heerschappij geeft over de gehele natuur en zonder kennis, inzicht, onmogelijk is. Hoe dieper ons inzicht, hoe groter onze heerschappij over de natuur. Alleen de heerschappij maakt ons sterk, en als er iemand is, die helemaal vrij en heerser over de natuur is, dan moet hij volmaakte kennis van de natuur hebben, dan moet hij alomtegenwoordig en alwetend zijn. Vrijheid moet hiermee gepaard gaan, en alleen dat wezen, dat deze dingen verworven heeft, gaat boven de natuur uit.

Gelukzaligheid, eeuwige vrede, voortspruitend uit volmaakte vrijheid, is het verhevenste concept van religie, die ten grondslag ligt aan alle ideeën omtrent God in de Vedanta - absoluut vrij van het bestaan, door niets

gebonden, zonder verandering, zonder natuur, zonder wat dan ook dat verandering in Hem kan teweegbrengen. Deze vrijheid nu is in ulieden en in mij, en is de enige ware vrijheid.

God is de stilte, gezeteld in Zijn eigen majestueuze, onveranderlijke Zelf. U en ik trachten één met Hem te zijn, maar we hechten onszelf aan de natuur, aan de futiliteiten van het dagelijks leven, aan geld, aan roem en eer, aan liefde jegens mensen, en al die veranderende vormen in de natuur, die maken dat we gebonden raken. Als de natuur straalt, waarvan is dat stralen dan afhankelijk? Van God, niet van de zon, de maan, of de sterren. Waar er ook iets is dat straalt, of het nu het licht is in de zon of in ons eigen bewustzijn, dat is Hij. Hij straalt, en alles straalt door Hem.

Nu hebben we ingezien, dat deze God uit Zichzelf is, dat Hij onpersoonlijk, alwetend is, de Kenner en de Heerser over de natuur, de Heer over alles. Hij zit achter alle aanbidding en het wordt allemaal verricht, zoals Hij dat wil, of we dat nu weten of niet. Ik ga nog een stap verder. Dat waarover allen zich verwonderen, dat wat wij slecht noemen, ook dat is aanbidding des Heren. Ook dat maakt deel uit van de vrijheid. Ik wil u nu doen schrikken, en ik zeg u dat als u kwaad doet, de impuls die daar achter zit, ook die vrijheid is. Misschien verkeerd geleid, maar de vrijheid was er; er kan geen leven, geen impuls zijn, tenzij die vrijheid er achter zit. Vrijheid ademt in de hartklop van het heelal. Als er geen eenheid is in het hart van het heelal, kunnen we geen begrip hebben van variatie. Dat is de opvatting omtrent de Heer in de Upanishads. Soms gaat het hier nog boven uit en bieden de Upanishads ons het ideaal, waarover we verbijsterd staan in het begin: dat wij in essentie één zijn met God. Hij, die de kleur is in de vliedervleugels en het openbloeien van de rozeklop, is die kracht die is in de plant en in de vlinder. Hij, die ons het leven schenkt, is die kracht binnen in ons. Uit Zijn Vuur komt leven, en de verschrikkelijkste dood is eveneens Zijn kracht. Hij, wiens schaduw de dood is, Zijn schaduw is ook de onsterfelijkheid. Hier is nog weer een hogere opvatting. Zie, hoe wij als opgejaagde hazen wegvluchten voor alles wat schrikwekkend is, en hoe wij net als die hazen ons hoofd verstoppen en dan denken dat we veilig zijn. Zie, hoe de hele wereld wegvlucht van al het verschrikkelijke. Toen ik eens in Varanasi was, liep ik langs een plek waar zich aan de ene kant een reusachtige bak water bevond en een hoge muur aan de andere kant. Het was op een terrein waar vele apen waren. De apen van Varanasi zijn reusachtige grote beesten en soms zijn ze in een naar humeur. Ze kregen het ineens in hun kop niet toe te staan, dat ik door hun straat liep en dus huilden ze en schreeuwden ze en grepen ze mijn voeten vast, toen ik voorbijliep. Toen ze dichterbij me heen drongen, zette ik het op een lopen, maar hoe harder ik liep, des te sneller kwamen de apen opzetten en ze begonnen mij de tanden te laten zien. Het leek onmogelijk er aan te ontkomen, maar net op dat ogenblik kwam een vreemdeling me tegemoet, die me toeriep: 'Kijk die beesten in het gezicht'. Ik draaide me om en keek hen aan en ze gingen achteruit en tenslotte sloegen ze op de vlucht. Dat was een les voor geheel mijn leven - zie het verschrikkelijke onder

ogen, zie het moedig onder ogen. En net als die apen zullen de grote moeilijkheden van het leven terugwijken, als wij maar ophouden er voor weg te vluchten. Willen we ooit de vrijheid verwerven, dan moet dat gebeuren door de natuur te overwinnen, nooit door er voor weg te lopen. Lafaards behalen nooit de overwinning. We moeten worstelen met onze angst en moeilijkheden en onwetendheid, willen wij ze voor onze ogen zien verdwijnen.

Wat is de dood ? Wat zijn verschrikkingen ? Ziet u er het gelaat van de Heer niet in ? Vlucht weg voor het kwaad en de verschrikking en de ellende, en ze zullen u achtervolgen. Zie ze onder ogen, dan zullen zij weg vluchten. De hele wereld aanbidt gemak en genoeg, en er zijn er maar weinigen, die het wagen dat wat pijn doet te aanbidden. Uit te stijgen boven het ene zowel als het andere, dat is de vrijheid. Als de mens niet door deze poort gaat, kan hij niet vrij zijn. Wij allen hebben deze dingen het hoofd te bieden. Wij streven er naar de Heer te aanbidden, maar het lichaam werpt zich ertussen, de natuur verrijst tussen Hem en onszelf en ontnemt ons het heldere gezicht. We hebben te leren hoe we Hem moeten aanbidden en liefhebben in de donderslag, in de schaamte, de schande, in smart, in zonde. De hele wereld heeft steeds de God van de deugdzaamheid gepredikt. Ik predik over een God van deugd en van zonde in één. Aanvaard Hem, als u de moed hebt - dat is de ene en enige weg tot verlossing; alleen dan zal de Uiteindelijke Waarheid, die ontspruit aan de idee van Eenheid, tot ons komen. Dan raakt men de idee kwijt, dat het ene groter is dan het andere. Hoe dichter wij komen tot de wet van vrijheid, des te meer zullen we komen onder de beschutting van de Heer, en dan vlieden onze moeilijkheden van ons. Dan zullen we geen onderscheid meer maken tussen de poort van de hel en de hemelpoort, en ook geen onderscheid maken tussen mensen en zeggen : 'Ik ben groter, dan enig ander wezen in het heelal'. Tenzij we niets anders in de wereld zien, dan de Heer Zelf, zullen al deze euvelen ons blijven bestoken en zullen we al dit onderscheid maken; want het is alleen in de Heer, in de Geest, dat wij allen één zijn; en als we God niet overal zien, zal voor ons deze eenheid niet bestaan.

Twee prachtig gevederde vogels, onafscheidelijk van elkaar, zaten in dezelfde boom, de een helemaal boven in, die ander beneden. De prachtige vogel daar beneden at van de vruchten van de boom, zowel de zoete als de bittere; nu eens een zoete, dan weer een bittere. Op het moment, dat hij een bittere vrucht at, speet het hem; maar na een poos at hij er nog een, en toen ook die bitter smaakte, keek hij omhoog en zag hij de andere vogel, die noch de zoete noch de bittere vruchten at, maar kalm en majestueus in zijn eigen heerlijkheid verzonken was. En toen vergat die arme vogel daar beneden het en hij ging verder met het eten van zoete en bittere vruchten, totdat hij er ten slotte een at, die ontzettend bitter was; en toen hield hij weer op en keek nog weer eens naar die prachtige vogel daarboven. Toen kwam hij al dichter en dichter bij die andere vogel; en toen hij hem dicht genoeg genaderd was, vielen er stralen van licht op hem en ze omhulden hem en toen zag hij, dat hij getransformeerd was tot die andere

vogel. Hij werd kalm, majestueus, vrij, en merkte toen dat er aldoor maar één vogel in die boom had gezeten. De vogel beneden was alleen maar de weerspiegeling van de vogel daarboven. En zo zijn wij in werkelijkheid één met de Heer, maar de weerspiegeling maakt, dat we vele lijken te zijn, net als wanneer de zon zich weerspiegelt in een miljoen dauwdruppels en een miljoen heel kleine zonnetjes lijkt te zijn. De weerspiegeling moet verdwijnen, willen we onszelf identificeren met onze ware, goddelijke aard. Het heelal zelf kan nooit de grens zijn van onze bevrediging. En daarom vergaart de vrek steeds meer en al maar meer geld, en daarom rooft de rover, zondigt de zondaar en daarom leert u filosofisch te denken. Allen hebben één doel. Er is geen ander doel in het leven, behalve om tot vrijheid te komen. Bewust of onbewust streven wij allen naar perfectie. Ieder mens moet en zal dat bereiken.

De mens, die zijn weg aftast door zonde, door ellende heen, de mens die het pad kiest door de ene hel na de andere, zal het bereiken, maar het zal tijd kosten. Wij kunnen hem niet redden. Een paar keer het hoofd flink stoten zal hem helpen zich tot de Heer te wenden.

Het pad van deugd, zuiverheid, onzelfzuchtigheid, geestelijk leven, wordt ten slotte bekend, en wat allen onbewust doen, dat proberen wij bewust te doen. Deze idee wordt door Paulus aldus onder woorden gebracht : 'De God, dien gij in onwetendheid aanbidt, Hem zal ik u verklaren'. Dat is de les, die de gehele wereld moet leren. Wat nut hebben al deze filosofieën en theorieën over de natuur, dan alleen ons te helpen dit ene doel te bereiken in ons leven. Laten wij ons bewust worden van de identiteit met alles en laat de mens zichzelf zien in alles. Laten wij niet langer aanbidders zijn van geloofsvormen, van sekten, met benepen ideeën omtrent God, maar Hem zien in alle dingen in dit universum. Als u God kent, zult u overal dezelfde aanbedding vinden als in uw eigen hart.

Ontdoe u in de eerste plaats van al deze beperkte begrippen en zie God in ieder mens : werkend door alle handen, lopend op alle voeten en etend door iedere mond. In elk wezen leeft Hij, door alle denkvermogens denkt Hij. Hij is vanzelfsprekend, dichter bij ons dan wijzelf. Dat te weten is religie, is geloof en vertrouwen, en moge het den Heer behagen ons dit geloof en vertrouwen te schenken ! Als we die eenheid voelen, zullen we onsterfelijk zijn. Wij zijn zelfs fysiek onsterfelijk, één met het universum. Zolang er een mens in het hele universum is, die ademhaalt, leef ik in die ene mens. Ik ben niet dit beperkte wezen, ik ben het universele. Ik ben het leven van al de zonen uit het verleden. Ik ben de ziel van Buddha, van Jezus, van Mohammed. Ik ben de ziel van de leraren en ik ben alle rovers die geroofd hebben en alle moordenaars die zijn opgehangen; ik ben het universele. Sta op; dit is de verhevenste aanbedding. Gij zijt één met het universum. Dát alleen is nederigheid - niet dat rond kruipen op handen en voeten en jezelf een zondaar noemen. Het is de hoogste trap van evolutie als deze sluier van differentiatie weggetrokken wordt. Het verhevenste geloof is de Eenheid. Ik ben die-en-die is een beperkt idee, dat geldt niet voor het waarachtige 'Ik'. Ik ben het universele; neem dat standpunt in en aanbid

steeds de Allerhoogste door de verhevenste vorm, want God is Geest en men moet God aanbidden in geest en in waarheid. Door de lagere vormen van aanbidding heen, stijgen de stoffelijke gedachten van de mens tot geestelijke aanbidding en het Universele Oneindige. De Een wordt ten slotte aanbeden in en door de geest. Dat wat beperkt is, is stoffelijk. Alleen de Geest is oneindig. God is Geest, is oneindig; de mens is Geest en daarom oneindig; en alleen het Oneindige kan het Oneindige aanbidden. Wij willen het Oneindige aanbidden, dat is de verhevenste geestelijke aanbidding.

Hoe moeilijk is het de grootsheid te realiseren van deze ideeën ! Ik theoretiseer, ik praat, ik filosofeer; en het eerstvolgend ogenblik komt iets tegen me aan en zonder er mij van bewust te zijn word ik boos; ik vergeet dat er in het universum iets is behalve dit kleine beperkte zelf, ik vergeet te zeggen 'Ik ben de Geest, wat betekent deze kleinigheid voor mij ? Ik ben de Geest'. Ik vergeet, dat het alleen maar ikzelf ben, die aan het spelen is; ik vergeet God; ik vergeet de vrijheid.

Scherp als het lemmet van een zwaard, lang en moeilijk en zwaar te begaan is de weg naar de vrijheid. Dat hebben de wijzen uit en terna verklaard. En toch . . . laat deze zwakheden en mislukkingen u niet binden. De Upanishads hebben gezegd : 'Sta op, ontwaak ! en blijf niet stilstaan eer het doel bereikt is'.

We zullen dus zeer zeker het pad gaan al is het ook zo scherp als een scheermes, en al is het ook nog zo lang en ver en moeilijk. De mens wordt de meester van goden en demonen. Niemand is te laken voor onze ellende dan alleen wij zelf. Dacht u, dat er alleen maar een beker vol gif was, als de mens op zoek gaat naar nektar ? De nektar is er en is er voor ieder mens, die er naar streeft ze te bereiken. De Heer Zelf zegt ons : 'Geef al deze paden en deze strijd op. Zoek uw toevlucht tot Mij. Ik zal u naar de andere oever brengen; vrees niet'. Dat horen we uit alle heilige geschriften ter wereld, die tot ons komen. Dezelfde stem leert ons te zeggen : 'Uw wil geschiede, gelijk in den hemel, alzo ook op de aarde, want Uw is het koninkrijk en de macht en de heerlijkheid'.

Het is moeilijk, het is allemaal heel moeilijk. Ik zeg tegen mijzelf : 'Nu op dit ogenblik wil ik mijn toevlucht tot U zoeken, o Heer. Aan Uw liefde wil ik alles ten offer brengen, en op Uw altaar wil ik alles zetten wat goed en deugdzaam is. Mijn zonden, mijn smart, mijn goede en slechte daden, wil ik U offeren, o Heer; neem Gij ze aan en ik zal het nooit vergeten'. Het ene moment zeg ik 'Uw wil geschiede' en het eerstvolgend ogenblik komt iets me op de proef stellen en ik spring op in razernij. Het doel van alle religies is eender, maar de taal der leraren verschilt. Men poogt het valse 'ik' te doden, opdat het werkelijke 'ik', de Heer, zal regeren. 'Ik, de Heer uw God, ben een naijverig God. Gij zult geen andere goden dienen' zegt de Hebreeuwse Heilige Schrift. God moet er geheel alleen zijn. We moeten zeggen 'Niet mijn wil, maar Uw wil, o Heer' en dan moeten we alles opgeven, behalve de Heer. Hij en Hij alleen zal heersen. Misschien doen we ons uiterste best en toch glijdt onze voet uit en dan proberen we

onze handen naar de Moeder uit te strekken. We merken, dat we niet alleen kunnen blijven staan. Het leven is oneindig; één hoofdstuk ervan luidt 'Uw wil geschiede' en tenzij we alle hoofdstukken waar maken, kunnen we het geheel niet realiseren. 'Uw wil geschiedde' - maar ieder ogenblik rebelleert het verraderlijke denkvermogen ertegen, en toch moet het voortdurend weer gezegd worden, willen wij het lagere zelf overwinnen. We kunnen geen verrader dienen en toch verlost worden. Er is verlossing voor allen, behalve voor de verrader, en wij zijn veroordeeld als verraders, verraders tegen onszelf, tegen de majesteit van de Moeder, als wij weigeren te gehoorzamen aan de stem van ons Hoger Zelf. Wat er ook mag gebeuren, wij moeten ons lichaam en ons denkvermogen geven aan de Allerhoogste Wil. Het is zeer juist gezegd door de Hindu filosoof, 'Als de mens twee keer zegt : 'Uw wil geschiede' begaat hij een zonde'. 'Uw wil geschiede', wat is er verder nog nodig, waarom zouden we het tweemaal zeggen ? Wat goed is, is goed. We zullen het niet terugnemen. 'Uw wil geschiede, gelijk in den hemel, also ook hier op aarde; want Uw is het koninkrijk en de macht en de heerlijkheid, tot in eeuwigheid'.



boekbespreking

bewegingsoefeningen en zelfmassage

dr. Joh. von Mengershausen, Uitgave van 'De Driehoek'

In de reeks van uitgaven, die ons de laatste tijd overspoelen met aanwijzingen over zelfmassage en bewegingsoefeningen, nu deze uitgave.

Een belangrijk gedeelte van het boek wordt gevuld met aanwijzingen over zelfmassage en lymfedrainage. Zelfmassage is niet gemakkelijk en weinig effectief, daar een belangrijk gegeven in de massage is van zich ontspannen; doe je het zelf, dan is je aandacht verdeeld en daarom blijft zo'n massage oppervlakkig. Bij de lymfedrainage komen we echter op glad ijs. De lymfedrainage is een nog weinig bekend terrein voor de vakman/vrouw, laat staan voor de leek. Zeer recent mocht ik via Het Genootschap voor Fysiotherapie, hierover een aantal lessen volgen en daar bleek toen duidelijk dat er bij een onjuiste behandeling vrij veel contra-indicaties kunnen ontstaan. Over deze contra-indicaties geen woord in het boekje. Zo wordt er o.a. ook gesproken over het wel of niet behandelen van spataderen en ook nu weer lijkt het me moeilijk voor de leek wat wel of niet kan.

Over de bewegingsoefeningen kan men stellen, dat de oefenschema's weinig overzichtelijk zijn.

Wat er over de ademhaling gezegd wordt, vind ik doorspekt met grote fouten, zo komt er o.a. een oefening in voor waar bij men 60 x per minuut ademhaalt.

Een groot gedeelte van de oefeningen wordt tot stand gebracht met behulp van een 'Bali-apparaat'. In de vele mij bekende sportzaken, was dit apparaat volkomen onbekend, zodat het onmogelijk is te beoordelen, hoe de uitwerking hiervan is.

Concluderend, meer een boekje voor de werkelijke vakman/vrouw dan voor de leek en voor die vakman/vrouw is het dan weer te summier.

Wim Nijholt





mededelingen

Swami Ranganathananda : van 3 t/m 24 september zal de Swami weer in Nederland zijn.

Het volledige programma hebben wij in het juni-nr. geplaatst.

Voor alle bijeenkomsten zijn nog enkele plaatsen over.

Voor de jongeren bijeenkomst op 3 - 4 september in Baarn hebben wij de prijs vastgesteld op *f* 25,—.

Week-end Jean Klein in Elspeet : 25 en 26 september. U kunt zich opgeven van 15 augustus af. Noteert u even dat dit een van uw eerste maatregelen is na een zonnige vakantie ? Giro-overmaking van fl. 45 aan onze penningmeester moet voorzien zijn van uw naam en adres en van de vermelding van hoeveel personen, echtpaar, enzovoort.

Crèche is ook weer aanwezig. Het is belangrijk, om het bij uw inschrijving te vermelden wanneer u kinderen meebrengt, zodat alle kinderrijkdom bij elkaar in een gang of vleugel slaapt. De vorige keer hadden we dat nog niet bedacht, zodat de crèche-leidster tijdens de avondlezing van gang naar gang moest draven, en geen enkel overzicht kon krijgen. Graag dus van te voren opgeven ! Voor de crèche betalen we, afgezien van pensioengeld fl. 5,— extra per kind.

Gespreksgroepen in Amsterdam. Zaterdag 2 oktober, 's ochtends 10.30 uur in het Yoga Centrum, Keizersgracht 416. Gespreksleider J. Lewensztain. Kontaktadres dr. B. v. Ommen, Vossiusstraat 11, Amsterdam.

Week-end in Leuven van 10 - 12 december.
Eveneens volledige gegevens zie juni-nr.

Gespreksgroepen met Wolter Keers :

Baarn : Zaterdagen 2 oktober en 4 december in het Yoga Centrum. Deuren open en koffie om 10 uur, begin bijeenkomst 10.30. Van januari af worden bijeenkomsten met vrienden van buiten gesplitst van die met de leden van de Kaderopleiding.

Antwerpen : 28 september, 14 december, bij Chr. Lippens, Pastoor van de Wouwerstraat 50, Berchem.

Breda : Zondag 3 oktober, hele dag, gesprek en Hatha Yoga o.l.v. Jacques Lewensztain. Inf. Mej. Koch, Tel. 65 39 39 of fam. van Schendel, Tel. 65 02 24. Gesprekavond donderdag 9 december. Plaats nog onbekend.

Week-end in Drongen : Gesprekken W. Keers en Hatha Yoga o.l.v. Jacques Lewensztain op 8, 9 en 10 oktober. Inlichtingen bij Mevr. Petit (zie adressenlijst achterin).

Gent : 29 september en 15 december, p/a fam. Gevaert, Kapitteldreef, naar de Lima Fabriek. 20.30 h.

Brussel : 30 september en 16 december, p/a Hana Chorazyna, 2, ave. Montana, Tel. 374 98 30, in het Frans, 20.30 h.

De Bilt : 1 oktober en 17 december, bij fam. Doortmont, Marie Curieweg 10, Tel. (030) 76 46 30.

Week-end op 'De Bremberg', Haasrode (bij Leuven) : 10-12 december. Ook Hatha Yoga o.l.v. Jacques Lewensztain.

Amsterdam. Door de vakantie is het nog niet mogelijk geweest, data af te spreken. Mededelingen hierover verschijnen op het bord in de gang van ons Centrum, Keizersgracht 416.

Remaurian : Na twee geslaagde werk-weken met Jean Klein, Wolter Keers en Jacques Lewensztain is het duidelijk dat we op deze manier door kunnen gaan. Helaas blijkt Remaurian zelf te klein - de groep verhuist, en is nu op zoek naar een groter onderkomen. Gezien de toch nog grote investeringen van het voorjaar, en het verhuis-vacuum vertrekken enkele leden van de groep voor enkele maanden naar hun oude woonsteden, om daar deze herfst en (begin van ?) de winter weer les te geven. Zodra het nieuwe centrum gaat draaien krijgt u daarover bericht !

Reis naar India : o.l.v. Wolter Keers, georganiseerd door Hoogstins Passage, Prins Hendrikkade 48, Amsterdam, Tel. 25 55 25 zal fl. 3.746 p.p. kosten. Vertrek van Schiphol op 29 oktober, terugkomst op 22 november. Verscheidene deelnemers van vorig jaar hebben zich opnieuw opgegeven !
Route : Bombay, Delhi, Rishikesh en Dehra Dun, Agra, Khajuraho, Benares, Calcutta, Madras, Hahabalipuram, Ashram Ramana Maharishi, Auroville, Bangalore, Mysore, de Nilgiri bergen, Trivandrum, Bombay. Enkele hoogtepunten : twee bezoeken aan Shri Nisargadatta, de Taj Mahal, het legendarische paradijs Travancore, Kaap Comorin. Inlichtingen bij Hoogstin.

Indien we luisteren naar de geluiden om ons heen laten we dan niet vergeten de stilte te herkennen waar ze deel van uitmaken.

De wereld is als een blad papier waarop iets is getypt. De tekst en de betekenis ervan zal varieëren met de schrijver of de lezer, maar het papier is de gemeenschappelijke factor, altijd aanwezig, zelden herkend. Als het lint wordt verwijderd, laat het typen geen sporen achter op het papier. Zo is mijn 'mind', de indrukken blijven komen, maar laten geen sporen meer na.

Iedere glimlach die ge uitzendt, keert weer tot U terug.

Aleen de onwetende wordt boos, de wijze begrijpt.

Musici gevraagd voor het kamerorkest

Nog steeds wordt door een groepje één zondag per maand muziek gemaakt in ons Centrum te Baarn. Wij willen echter komen tot een kamerorkest en daarvoor hebben wij nog enkele gevorderden violisten en altisten, alsmede een fluitist en een cellist nodig.

Musici (zij behoeven geen Yoga-beoefenaars te zijn !) die mee willen spelen (en wij hopen dat het er vele zullen zijn) kunnen zich opgeven bij R. A. van Lerven, telefoon 08308-595.

Er is zojuist een nieuw Yoga-boekje verschenen van de hand van Rama Polderman, getiteld: ONTSPANNEN SLAPEN DOOR YOGA. Dit boekje met oefeningen bevat een 33-toeren grammofoonplaatje met instructies en meditatiemuziek.

Het boekje is overal in de boekhandel verkrijgbaar à *f* 15,—, incl. plaatje. Voor donateurs van de Stichting *f* 12,50, te bestellen via de secretariaten.

Verder is er verschenen, in juni van dit jaar, een cassette getiteld : ONTSPANNEN SLAPEN. Deze cassette is op iedere mono- of stereo-cassetterecorder afspeelbaar en bevat een ochtendoefening, een avondoefening en een lange (ca. 20 min.) liggende oefening. De teksten worden gesproken door Rama Polderman en de meditatiemuziek wordt verzorgd door Gerald Guthman, Wim Simmers en Heleen Polderman.

U kunt de cassette bestellen door een bedrag van *f* 17,90 over te maken op : postgiro 2987918, t.n.v. COMVISION NEDERLAND, NIJKERK.

De cassette wordt U dan binnen enkele dagen franco per post thuisbezorgd.



SANATOURS

Geniet van mooi Ibiza met medische begeleiding door Nederlandse arts !

SanaTours is een nieuw begrip !

SanaTours biedt de mogelijkheid om met een veilig gevoel op reis te gaan omdat er volledig en deskundig voor U gezorgd wordt. Met U op reis gaan een Nederlandse arts, een fysiotherapeute en het echtpaar Spaan als begeleiders.

U logeert in het aan een mooie baai gelegen 4-sterren Hotel Los Molinos, dat een eigen strand heeft en bovendien een mooie tuin met verwarmd buitenzwembad en groot terras. Het echtpaar Spaan verblijft in het zelfde Hotel en Dr. Polderman houdt er dagelijks spreekuur. De door hem te geven Yoga lessen kunnen bijdragen tot geestelijke en lichamelijke ontspanning en vernieuwde energie. Verder worden er andere gezellige activiteiten georganiseerd. U bent vrij er wel of niet aan mee te doen.

De eerstkomende reis vertrekt op 21 oktober 1976 om 13.05 uur per Iberia van Schiphol met aankomst Ibiza om 16.45 uur. De terugvlucht, wederom per Iberia is op 11 november, met aankomst op Schiphol om 12.30 uur. De prijs per persoon voor 3 weken verblijf met vol pension in een gedeelde twee-persoonskamer met balcon en uitzicht op zee bedraagt f 1.495,—. Er zijn een beperkt aantal één-persoonskamers beschikbaar voor dezelfde prijs. Deze kamers hebben geen balcon en ook geen uitzicht op zee. **Alle** kamers hebben eigen bad en toilet. Gebruik alleen van een twee-persoonskamer met balcon en zeezicht zal slechts voor heel weinigen mogelijk zijn tegen een extra betaling van f 210,— onder het motto 'Wie het eerst komt, het eerst maalt'. De tourprijs houdt behalve het vliegbiljet en het hotel ook in een tweetal excursies op het eiland. U kunt per persoon 20 kg bagage meenemen.

Indien U aan deze reis wilt deelnemen kunt u telefonisch nadere inlichtingen vragen bij Sanatours, Hanedoesstraat 85, Den Haag, tussen 6 en 7 uur 's avonds : tel. 070-240244. De sluitingsdatum voor de inschrijving is 25 september 1976. De reis gaat door bij deelname van tenminste 30 personen.



boeken

Stichting Yoga en Vedanta

De boeken van de Stichting zijn voor donateurs en cursisten **uitsluitend** verkrijgbaar tegen de speciale prijs bij onderstaande contactadressen :

Alkmaar. Mej. J. Ulrich.
v. d. Veldelaan 252 02200-20552
Amstelveen. Mevr. M. Dijkstal.
Straat v. Sicille 9 020-418985
Amsterdam. P. Klene.
p/a Keizergracht 416
Antwerpen. Hr. J. Nauwelaerts.
Generaal Simonslaan 18
Arnhem. Mevr. C. Nowack.
Burgemeesterplein 4 085-420637
Breda. Mevr. S. Hack-Boks.
Ginnekenweg 223
Delden. Mevr. Ch. Koning.
Cramerstraat 14
Delft. Hr. van Bree. 015-143169
Den Helder. Mevr. Trousselot.
Sportlaan 64 02230-16254
Deventer. Mevr. Ekkel.
Nieuwe Aanleg 18, Diepenveen
05709-1735
Dordrecht. Hr. R. Muller.
Toulonselaan 19
Eindhoven. Mevr. M. Moeliker.
Leeuwenbeklaan 12
Aalst/Waalre 04904-4012
Gouda. Mevr. L. Miezenbeek.
Geraniumstraat 37 01820-21840
's-Gravenhage.
Mevr. C. G. J. Bueno-Bovens.
Cath. van Renessestr. 21 070-231137
Haarlem.
Mevr. M. A. Tromp-Miezenbeek.
Welgelegenstraat 15 023-313969
Heerlen. Mej. M. Keulaerds.
Olliemolenstraat 7 045-715432
Hilversum. Mevr. M. Bouman.
Diependaalselaan 134

Leeuwarden. Hr. B. Troostwijk.
Zeesterstraat 13
Leiden. Hr. H. J. Sluis.
Nachtegaalstraat 86
Alphen a/d Rijn 01720-93203
Rotterdam. Mevr. Korthals Altes-Kist,
Wald. Pyrmontlaan 4
Tilburg. Mevr. A. Krikhaar.
Lindenlaan 38, Haaren 04117-1750
Weesp. Hr. W. de Lang.
Herensingel 33
02940-16528
Zwolle. Hr. H. Schuthof.
Sparrenlaan 100, Berkum
(Post Zwolle)

Deze contactadressen dienen hun voorraad aan te vullen door te bestellen (minimaal 5 ex.) bij Stichting Yoga en Vedanta, Welgelegenstraat 15, Haarlem, tel. 023-313969.

de narada bhakti sutra's (slot)

vert. Mevr. dra C. Keus

Vers 47. Hij, die zich geregeld terugtrekt op een eenzame en zuivere plek, maakt een eind aan zijn verslaving aan de genietingen van de drie werelden (fysiek, astraal, mentaal), komt vrij van de werking van de drie **gunas**, en geeft elke gedachte op aan het verwerven en behouden van dingen. Zichzelf vrijmakend van alles wat afleidt en slaafs gebonden houdt, moet men mediteren op de zaligstemmende gestalte van de Heer in zijn hart, in de diepste contemplatie. Door zo'n langdurig volgehouden, ononderbroken meditatie op een eenzame plek, worden de verschillende complexen in het denken weggeruimd en dan bereikt men de allerhoogste ongehechtheid, vairagya (zie Yoga-Sutras I. 15-16). Dan is de leerling niet langer onderworpen aan egoïstische impulsen en hij komt vrij van de werking van de **gunas** van **prakriti**, de drie wijzen waarop de ziel aan de materie gekluisterd is; hij stijgt zelfs boven Sattva, harmonie of evenwichtigheid, uit. Zo'n stadium heet **paravairagya**, de allerverhevenste ongehechtheid. In dit stadium verdwijnen alle begeerten; want begeerten komen alleen op, zolang iemand onderworpen is aan de werking der **gunas**. De **bhakta** bekommert zich zelfs niet om wat hij persoonlijk nodig heeft; de Heer zorgt voor wat nodig is voor zijn leven op aarde (Bhag. Gita IX, 22.) zodat hij zich dus helemaal geen zorgen hoeft te maken wat dat betreft (Matth. VI, 24-34). Het leven van mannen Gods, zoals Sri Ramakrishna, toont dat ze zich helemaal geen zorgen maakten over materiële genietingen; immers al hun behoeften werden door de Voorzienigheid voldaan.

Vers 48. Wie alle vruchten van zijn arbeid opgeeft, ziet af van alle zelfzuchtige bezigheden en stijgt uit boven alle paren van tegenstellingen, zoals vreugde en smart.

Karma (arbeid) slaat hier op alle bezigheden, ingegeven door eigenbelang, dat gebaseerd is op het ik-bewustzijn. Is iemand eenmaal overtuigd van de goddelijke belofte (Bhag. Gita IX, 22.), dat de Heer Zelf zorg draagt voor zijn toegewijde leerling, dan behoeft hij niets ter wille van zichzelf te ondernemen. Maar leven zonder de een of andere bezigheid is onmogelijk (zie Bhag. Gita III, 5 en XVIII. 11.).

En dus verricht hij alle bezigheden, waartoe hij door de Natuur wordt aangezet en die niet te vermijden zijn, zoals **prarabdha karma** en **svadharma**, in een geest van ongehechtheid. Daarom raakt hij niet van streek, als de bezigheid niet de gewone resultaten voortbrengt. Want hij weet, dat het alleen maar zijn plicht is het werk te doen en niet enigerlei resultaat ervan te verwachten (Bhag. Gita II, 47; XVIII, 9. enz.). Hij legt de resultaten van al zijn handelingen neer aan de voeten van den Heer, zoals voorgeschreven in Bhag. Gita IX, 27; en XVIII, 56 enz. Door zulk toegewijd opdragen komt de **bhakta** vrij van de uitwerking van verdienstelijke daden en eveneens die van zondige handelingen, en de vreugde en de smart ten gevolge van winst of verlies voortspruitend uit de bezigheden, deren hem hoegenaamd niet, zie Bhag. Gita II 56, 57; IX. 28; XII. 13-19; XIV. 24, 25; etc.

Het woord **sannyasyati** betekent zowel het vol toewijding opdragen aan, als zelf verzaking; het eerste slaat op onzelfzuchtige bezigheden en het

laatste op zelfzuchtige handelingen, zie Bhag. Gita XVIII 2-6.

In vers 62 wijst Narada erop, dat onzelfzuchtige werkzaamheden voortgezet moeten worden. Zo'n bhakta is verheven boven de gevolgen van de karmas; want aangezien hij geheel en al opgaat in de liefdevol denken aan God, wordt hij niet langer door pijn beroerd; en de wereldse bezigheden, die hij ver achter zich heeft gelaten, hebben niets aantrekkelijks meer voor hem.

Vers 49. Hij, die zelfs de door de **Vedas** voorgeschreven ritën en ceremoniën opgeeft en komt tot ononderbroken hunkeren naar God;

Onder '**Veda**' moeten we hier verstaan : het rituele gedeelte van de **Veda**.

De vedische leraren erkennen de wettige plaats, die ritën en ceremoniën innemen in de begin stadia van het religieuze leven en ze slaan er zorgvuldig acht op ons eraan te herinneren, dat er een tijd komt, dat de leerling eraan moet ontgroeien. Waar het op neerkomt is, dat de Sastras bedoeld zijn de mens te leiden tot God-realisatie en dat de door de **Vedas** voorgeschreven ritën alleen verricht moeten worden, als ze daarbij van hulp zijn. Als de **karmakanda** (ritën) begrepen worden als leidend tot genot hier en/of hiernamaals, is het veel beter alle werken op te geven, dan om nog verder verstrikt te raken. De strekking der **Vedas** is hulp te bieden bij het voortgaan, niet om dit te belemmeren. De heilige schrift legt sattvische, rajasische en tamasische leerlingen plichten op en de leerling moet die oefeningen doen waar hij baat bij heeft en het overige achterwege laten; zijn keuze moet op één beginsel gebaseerd zijn : namelijk of een speciale handeling leidt tot 'ik-verzaking' en tot 'God-indachtig' zijn. Zo ja, dan moet hij deze aannemen als zijn eigen plicht (svadharma) zie Bhag. Gita III, 35 en XVIII, 47 enz.

Een ander aspect van **Vedasannyasa** is dat zelfs die handelingen, die iemand door de **vedas** zijn opgelegd en zijn **svadharma** vormen aan God moeten worden opgedragen en in de geest van aanbidding en verering moeten worden verricht (Bhag. Gita XVIII, 46).

Is het doel bereikt, dan vervallen alle ritën en geboden vanzelf. Een boot is nuttig om ons naar de overkant van het water te brengen; hebben we de andere oever bereikt, dan laten we de boot achter en lopen heen. De verzen 48 en 49 slaan op de oefeningen van iemand, die nog omhoog klimt; men dient dit te onderscheiden van de oefening van een mens die het doel, besproken in vers 4-14, bereikt heeft. Bestudeer deze sutras met sutras 61, 62 en 76.

Avicchinna anuraga slaat op het allereerste dagen van dat hunkeren naar God en alleen naar God. Het woord **kevalam** beduidt dat de liefde die in dit stadium opwelt, nooit bevredigd is voor en aler God gerealiseerd is, en niet vermengd wordt met welke andere verlangens dan ook naar genietingen op aarde en in de hemelwereld. Deze liefde is **mukhya-bhakti**, het stadium dat meteen leidt tot **parabhakti**.

Vers 50. Hij steekt inderdaad de zee van Maya over en voert ook de wereld naar de overzijde.

Dit vers toont aan, dat **anuraga**, in het vorige vers genoemd, alleen nog maar de hoogste sport is van de ladder van geestelijk streven en niet het bereiken van de volmaaktheid zelf. Het is het enige middel, dat de leerling over de transmigratie heen brengt en hem na de realisatie zal in staat stellen anderen te helpen eveneens dat doel te bereiken (zie Bhag. Gita XVIII, 51-54).

Vers 51. In dit vers en de volgende beschrijft Narada de kenmerken van devotie, voorzover ze waargenomen en opgetekend kunnen worden. Er wordt ook gewezen op het verschil tussen de tweede en de eerste variant van **bhakti**, met een speciale toespeling op de dynamische aard van **bhakti** in het algemeen. Het eindigt met de aansporing niet tevreden te zijn voordat die devotie, die tot uitdrukking komt in loyale dienst, er is. In de verzen 34-50 zegt Narada uitdrukkelijk, dat onvervalste devotie de uiteindelijke stap is, waartoe alle eigen inspanning moet leiden. Nu doet zich de vraag voor : door welke toets kan iemand de zekerheid krijgen, dat verschillende treden tot deze vervulling van het volmaakte hebben geleid ? De schrijver (Narada) wijst er allereerst op, dat geen mens ooit een bevredigende verklaring van deze toewijding kan geven, zodat iemand het kan identificeren, wanneer het zich voordoet; want een dergelijke innerlijke ervaring tart elke analyse en beschrijving. Toch zal het uiterst gemakkelijk zijn het te herkennen, als men dat stadium bereikt; want het spreekt voor zichzelf en heeft geen uiterlijk bewijs nodig. Een moeder hoeft haar baby niet te wekken, als het kindje honger heeft; de honger zelf maakt het kind wakker. En Narada zou eveneens zeggen, dat de toewijding zelf iemand zal leren begrijpen wat toewijding eigenlijk is.

Het woord **prema** in dit vers slaat op het laatste stadium van devotie, in vers 49 genoemd, en niet op **paraprema**, genoemd in vers 2, wat niets anders is dan **parabhakti**, het uiteindelijk doel van de realisaties van de bhakta. Het woord '**parama**' maakt dit duidelijk.

Elke beschrijving brengt haar eigen beperkingen met zich mee. Het object op zichzelf kan nooit precies beschreven worden; de beschrijving moet wel gekleurd worden door de tekortkomingen van de waarnemer en is onderworpen aan de beperkingen van de taal en andere factoren. En als het welhaast onmogelijk is concrete objecten juist voor te stellen, hoeveel moeilijker is het dan niet om een innerlijke ervaring als toewijding tot God in woorden aan een ander over te brengen. De intellectuele toerusting nodig voor zo'n innerlijk schouwen en zo'n beschrijving komt maar al te weinig voor. Wie het benodigde intellectuele vermogen en de heerschappij over de taal al heeft, mist vaak de ervaring van een dergelijke devotie. En zelfs al had iemand dit alles, op het moment, dat het zoeklicht van het intellect gericht is op de ervaring, verdwijnt deze geheel en al, of ze neemt helemaal de kleur aan van de voorafgaande bewustzijnsinhoud; en dan is het onmogelijk de ervaring kritisch te bestuderen in haar naakte eenvoud. Een buitenstaander - zoals de godsdienstpsycholoog, die voorwendt zo'n beschrijving te geven - moet, aangezien hij volslagen vreemd tegenover de

ervaring zelf staat, zich verlaten op het getuigenis uit de tweede hand, die tot zijn beschikking staan door de veelal onkritische observaties en analyses van mystici of devote mensen; of hij moet alleen maar steunen op de fysieke uitwerking die aan de toegewijde leerlingen te zien is, zoals bijvoorbeeld de Behaviourists (een school van gedragspsychologie) doen. In beide gevallen is het verslag over devotie, zoals gedaan door godsdienstpsychologen als Leuba, volkomen onbetrouwbaar en er naast. Dat zullen we nu door een analoog geval illustreren.

Vers 52. Het is net als de beleving van vreugde, die een stomme heeft, als hij iets zoets proeft.

Ook de stomme beleeft het genot van de smaak; alleen zijn spraakgebrek verhindert hem zijn verrukking te beschrijven. Niemand moet dwaas genoeg zijn te menen, dat de vreugde van de toewijding een hersenschim is, omdat ze niet nauwkeurig beschreven kan worden. Evenals de vreugde van een stomme, die alleen door hemzelf gevoeld kan worden, kan de ervaring van devotie tot God alleen innerlijk gevoeld worden; beschrijven kan men het niet. De aanwezigheid van devotie alleen al doet zich gevoelen in de leerling en zelfs in hen, die met hem in contact komen.

Vers 53. En toch manifesteert de devotie zich in een mens - wie dat ook mag wezen - als deze zich door voortdurende **Sadhana** voor zo'n manifestatie geschikt heeft gemaakt.

Op het ogenblik dat de voorwaarden gunstig zijn en het denken-voelen tengevolge van de eerder beschreven discipline voldoende gelouterd is, komt de ervaring van devotie als vanzelf door de genade van den Heer en doet ze zich door de toegewijde leerling gewaarworden. Dat toont de innige verhouding, die bestaat tussen de verschillende voorafgaande geestelijke oefeningen en de toewijding, die de laatste sport van de ladder vormt.

Narada, die zowel een **jnanin** als een **bhakta** is, bevindt zich in een bijzonder gunstige positie om de realiteit van de ervaring van zo'n toewijding aan de wereld te verkondigen, hoewel hij zich neerlegt bij zijn onvermogen om de poging deze te beschrijven alle recht te doen wedervaren. Aldus daagt hij moedig de domme kritiek uit van psychologen als Leuba, die vaak in de verleiding komen om zo'n ervaring te verwijzen naar de categorie hallucinatie en histerie, die vormen zijn van mentale krankheid, welke vaak veroorzaakt wordt door overspannen zenuwen of door repressie.

Aangezien deze psychologen hun denken-voelen niet voldoende gelouterd hebben door het te ontdoen van egotisme, konden ze die ervaring uit de eerste hand ook niet hebben en daarom zijn ze onbetrouwbare en gevaarlijke gidsen voor de geestelijk zoekende. Uit het volgende aforisme zal duidelijk blijken waarom psychologen zulke fouten maken en waarom de ervaring zelf niet te beschrijven is.

Vers 54. Zonder eigenschappen en vrij van alle kenmerkende tendensen tot zelfzuchtig handelen, heeft devotie de aard van homogene en algeheel

subjectieve ervaring, subtiel en dan het subtielste, en manifesteert ze zich vanzelf zodra bepaalde voorwaarden vervuld zijn en breidt ze zich aldor uit.

We kunnen iets alleen maar met ons verstand vatten en dan onder woorden brengen met behulp van zijn kenmerkende eigenschappen en zijn neiging tot werkzaamheid. Devotie, **prema**, onttrekt zich aan alle beschrijving omdat ze deze niet heeft. Men kan een **bhakta** speciaal geen kenmerk toeschrijven als typerend voor hem, want al dergelijke kenmerken kan men ook gepaard zien gaan met allerlei andere emoties. De ervaring van devotie is een en ondeelbaar, **avicchinna**. Alle vermogens van het denken-voelen zijn een dusdanig onverbrekelijk geheel, dat het ons verstand niet mogelijk is zijn werk te doen in aparte hokjes en afdelinkjes. Het intellect, de emotie en de wil zijn steeds in harmonie en onderdrukken elkaar niet bij het werk. Het logisch en analytisch vermogen van het intellect blijft onwerkzaam tijdens de ervaring der devotie en vandaar de onmogelijkheid deze te beschrijven. Verder is de devotie een subjectieve ervaring, **anubhava** die niet door een ander waargenomen kan worden, en deze tart ze elke beschrijving door wie dan ook, behalve - zo hij dat al zou kunnen - door het ervarende subject. Aangezien de beroeps-psycholoog onvoldoende geoefend is, kan hij de innerlijke ervaring zelf niet hebben. Daar devotie zeer ongrijpbaar is, noemt men haar subtiel sukshma. Zodra men haar als een object probeert te zien, verdwijnt de ervaring zelf, of deze neemt de kleur aan van de voorafgaande bewustzijnsinhouden. Ze breidt zich van moment tot moment uit, terwijl de gewone emoties afhangen van bepaalde uiterlijke oorzaken en objecten, en daarom dus van voorbijgaande aard zijn. Verdwijnt de oorzaak, dan verdwijnt ook de emotie, die er door in het leven is geroepen. Je raakt bovendien al spoedig beu van zinnelijke genietingen. Maar aangezien devotie onafhankelijk is van oorzaken en ze een nimmer opdrogende bron van eeuwige zaligheid is, schenkt ze steeds meer vreugde naarmate ze dieper en krachtiger wordt. Je kunt nooit verzadigd raken van devotie en dus is devotie iets waarin men aldoor vreugde kan scheppen.

Vers 55. Verkrijgt men dat, dan ziet en hoort men slechts dat, dan spreekt en denkt men slechts daarover.

Dit aforisme toont aan hoe devotie toewerkt naar de hoogste geestelijke realisatie, hoe ze de leerling geleidelijk ertoe brengt God te zien in alle dingen en Hem lief te hebben en te dienen in alle schepselen. Iemand die deze toewijding tot ontwikkeling heeft gebracht door zich te onderwerpen aan de discipline (beschreven in verzen 46-49) gaat de hele wereld zien als een manifestatie van God, die liefde is; en elke handeling van zo'n toegewijde - fysiek zowel als mentaal - zal dan een uiting zijn van zijn toewijding aan God. Het gehele leven van zo'n **bhakta** wordt dan één offerand (yajna). Dit is de wijze waarop de loutering van de emoties in het algemeen het verstand als geheel door de devotie beïnvloedt zodat de intellectuele vermogens tezamen met de emoties gelouterd worden en het voor de bhakta gemakkelijk en vanzelfsprekend wordt hetzelfde stadium

van inzicht te bereiken, dat de jnanin verkrijgt door het intellect. Dit stadium van **bhakti**, waarin het denken-voelen steeds alleen maar de Geliefde overal waarneemt, wordt dan ook door vele toegewijden als het eindstadium beschouwd, hoewel het slechts een overgangsstadium is volgens Narada; en daarom slaan vele definities van **bhakti**, vanuit het standpunt van Jnana gegeven, alleen maar op dit stadium, zoals bijvoorbeeld Sankara's definitie van **bhakti** als voortdurende meditatie, in de *Vivekacudamani*. Ramanuja identificeert **bhakti** eveneens met onafgebroken meditatie van dezen aard; maar hij verwijst in zijn eigen verhandelingen naar een nog hoger stadium van devotie, gebaseerd op de leringen en realisaties van de Alvars.

In zijn commentaar op de Bhag. Gita XVIII. 55, identificeert Sankara deze vorm van **bhakti** met **jnananishtha**. Vanuit het standpunt van **bhaktisastra** kan Narada zich niet verenigen met Sankara's beschrijving van Jnananishtha als **parabhakti**. Narada wil liever de term **parabhakti** gebruiken voor het stadium na het komen tot de realisatie, waar zelfs het verschil tussen de aanbeddende mens en de Geliefde volledig wegvalt.

Vers 56. Een ondergeschikt soort devotie uit zich op drie manieren, al naar gelang van de hoedanigheden van het denken-voelen van de mens, waarin ze zich manifesteert; men kan het classificeren als sattvisch, rajasisch en tamasisch, of onderscheiden als artha, jijnasu en artharthin, zoals in de Bhag. Gita VII, 16.

Het is de ziel ingeschapen God lief te hebben; maar de visie van de ziel is versluierd door het ik, dat zich op velerlei wijzen doet gelden. Naarmate een leerling vorderingen maakt in zijn geestelijke oefeningen, worden de hinderpalen door het ik in de weg gelegd, langzamerhand afgebroken en de innerlijke kracht, die de ziel trekt tot God, komt steeds sterker tot uiting. Naarmate de liefde van de leerling tot God het denken-voelen, dat vol complexen zit doordringt, neemt ze de kleur aan van de hoedanigheden van het denken-voelen. Aldus vertoont ze tijdens het oefenstadium allerlei aspecten. Men noemt deze aspecten van **bhakti gaunabhakti**, want ze zijn verbonden met de **gunas**, de hoedanigheden van het denken-voelen.

Deze gaunabhakti die haar hoogtepunt vindt in **mukhya bhakti**, een onafgebroken, door niets belemmerde stroom van liefde tot God, wordt onder twee hoofden gebracht in dit vers. Het eerste is gebaseerd op de traditionele indeling van de mentale hoedanigheden en neigingen, in Tamas, Rajas en Sattva; zie Bhag. Gita XIV, XVII, XVIII.

Als de religieuze emotie siepelt door een brein dat tamasisch van aard is, is de devotie eveneens tamasisch en kan men deze zo noemen; op dezelfde wijze wordt **bhakti** sattvisch of rajasisch. Aangezien dit onderscheid gebaseerd is op de hoedanigheden van het denken-voelen gepaard aan religieuze devotie, die op zichzelf zuiver en eenvoudig is, noemt men deze drie expressies van **bhakti Gaunabhakti** wat iets anders is dan **Mukhyabhakti**, devotie zonder enige smet (zie Bhag. Gita XIV, 26; XVIII, 54 enz.).

De tweede classificatie is gebaseerd op het verschil tussen de motieven die de **bhakta** drijven (zie Bhag. Gita VII, 16). Van de vier soorten van toegewijde leerlingen, in de Gita genoemd, zijn de eerste drie varianten van gaunabhakti en de vierde duidt op **mukhyabhakti**, waar de toegewijde God liefheeft, alleen God liefheeft, en dat terwille van de liefde, zoals duidelijk blijkt uit Bhag. Gita VII, 17-19.

De **gaunabhaktis** worden hier ondergebracht in drie groepen al naar gelang van hun houding en kijk op het leven en de vervulling die zij zoeken door toewijding aan den Heer. De euvelen, die deze zoekende mensen wensen te overwinnen door hun toevlucht te nemen tot God, zijn van drieërlei aard, namelijk **zonde**, pijn, en dwaling, die voortspruiten uit het onjuist functioneren van de wil, de emotie en het inzicht. Wordt een leerling bewogen door het besef van zonde, dan is hij een **arthartin**; bewogen door ellende of pijn is hij een arta; en gedreven door het besef dat hij dwaalt, is hij een jijnasu (verlangend naar weten, inzicht) al naar gelang van het overheersend element : wil, emotie, weten. In het **tamasika** stadium van de mentale ontwikkeling ziet de toegewijde vaak de middelen of het doel niet duidelijk. Hij is te lui en te gemakzuchtig en geneigd te veel te leunen op alleen maar sleur en hulp van buiten, zoals deze gegeven wordt door alleen maar gewoonte en traditie. Zinloze slavernij aan riten, afhankelijkheid van priesters, fanatisme, geloof aan het magisch vermogen van gereciteerde gezongen toverformules en mystieke woorden, de vrees voor boze krachten, die men tracht gunstig te stemmen door brandoffers en dieroffers, zijn toevlucht nemen tot occulte methoden om andere schade of letsel toe te brengen - dat zijn onder meer de kentekenen van een **tamasika** - toegewijde **Rajasika**-toewijding gaat gepaard met uiterst zelfzuchtige begeerten en wereldse ambities en de daaruit voortspruitende onafgebroken werkzaamheid om roem en eer en macht voor zichzelf te verkrijgen. Deze soorten van toegewijden zoeken God alleen als middel om hun eigen zelfzuchtige doeleinden te bereiken. De Puranas staan vol voorbeelden, die dit soort devotie illustreren; de onvoorstelbare strenge verzaking van demonen en titanen, van Taraka, Hiranyakasipu, Ravana en de overigen worden levendig beschreven in de Puranas.

Men komt soms ook **rajasika** - bhakti tegen in de georganiseerde kerk, die liever praktisch het behoud van de macht, het prestige en geldmiddelen nastreeft voor de eigen groep, dan God te realiseren.

In de **Satvika** soort van devotie mint men God zonder zelfzuchtige doeleinden; het doel en de middelen worden duidelijk en op intelligente wijze door een **sattvika bhakta** waargenomen, en hij doet vol enthousiasme een poging om het doel te bereiken ondanks alle belemmeringen.

We kunnen de drie soorten van toewijding, zoals ze door de termen arta, jijnasu en arthartin worden uitgedrukt, op een andere en zinvolle wijze verklaren. Het motief, dat ten grondslag ligt aan **artabhakti** is af te komen van de ellende van geboorte en dood, en oneindige zaligheid te smaken. In de devotie van een **jijnasu** is het daaraan ten grondslag liggende motief de verhevenste kennis te verkrijgen omtrent de realiteit, die schuil gaat

achter de verschijningsvormen, want door dit te weten weet men al het andere. De bhakta, die een arthartin is verlangt het godsrijk op aarde tot stand te brengen. Deze drie typen vertegenwoordigen het verlangen de drie aspecten te realiseren van de goddelijke werkelijkheid, namelijk zaligheid, bewust weten, en zijn. Het is zo, dat dit schijnbaar zoeken langs drie wegen leidt naar een en dezelfde God. Als voorbeeld kunnen we voor de eerste, Buddha aanhalen, die door de ellende en het lijden van de wereld werd bewogen. De Upanishad - wijzen zijn voorbeelden van het tweede type, want ze waren er steeds op uit de verhevenste kennis van de waarheid te realiseren. De Joodse profeten, zowel als Jezus Christus en Mohammed vertegenwoordigen de derde groep; want zij werden gedreven door het zonde - besef en zochten naar gerechtigheid.

Vers 57. Iedere voorafgaande leidt beter naar het hoogste goed, dan de daaropvolgende.

Het woord **sreya** staat voor **mukhyabhakti**, dat tot rijping komt in **parabhakti**. De toewijding van het **sattvika** type staat dichterbij **mukhyabhakti**, want het voorafgaande mondt uit in het laatste, zoals ook **mukhyabhakti** dichterbij **parabhakti** staat als het erin opgaat. De oefeningen in devotie verheffen het denken-voelen van **tamas** naar **rajas** en van **rajas** naar **sattva**. Zo komt ook de devotie van een **arta** het dichtst bij **mukhyabhakti**, die van een **jijnasu** volgt in rang daarop en die van een arthartin staat het laagst in deze volgorde. De gerechtigheid, die de Arthartin zoekt, is alleen maar in zoverre waardevol, dat ze een vereiste is voor **jnana** dat op zichzelf alleen maar een middel is tot bevrijding van het bestaan in de transmigratie en de ellende, die daarmee gepaard gaat. Alleen iemand met een goddelijke ontevredenheid over elk vooruitzicht in deze wereld, zal nooit tevreden zijn met minder dan de allerverhevenste Godrealisatie. Verder is de ellende gescheiden te zijn van de Geliefde een aspect van **bhakti** dat beschouwd wordt regelrecht te leiden naar permanente eenpuntig gerichte liefde, **Mukhyabhakti**. Deze gradatie wordt alleen maar gemaakt vanuit het standpunt van **bhaktisastra**, die speciaal overheelt naar liefde tot God als allerhoogste zaligheid. De **jnanayogin** kan evenzeer gelijk hebben als hij de suprematie voorstaat van die **bhakti**, die kenmerkend is voor de **jijnasu**, en de karmayogin als hij de **bhakti** voorstaat die typerend is voor de **arthartin**, elk van zijn eigen standpunt uit.

Het woord **sukrtinah**, dat dit alles kenschetst staat op het feit dat zij allen het stadium van **sattvika** hebben bereikt, en het is heel moeilijk een van hen te beschouwen als boven de anderen verheven, behalve op grond van individueel temperament of standpunt van een bepaalde discipline.

Vers 58. Deze devotie wordt gemakkelijker bereikt en herkend dan **Parabhakti**.

Hoewel de religieuze ervaring van devotie niet gemakkelijk nagevorst of beschreven kan worden, zie vers 51., is ze wel gemakkelijk te realiseren door middel van bovengenoemde oefeningen en ook te onderkennen

wanneer ze teweeggebracht is. Er is niemand, die niet te eniger tijd een ervaring van liefde voor iets of iemand gehad heeft. Wanneer deze natuurlijke liefde voor de wereld naar God gericht wordt, nadat ze gelouterd en gesterkt is, dan noemt men haar bhakti. En dus is het niet zo moeilijk om ze te verwekken of te onderkennen wanneer ze er is, immers ieder mens is volkomen vertrouwd met de emotie van de liefde zelf in de een of andere vorm.

Vers 59. Omdat ze niet van een of ander bewijs afhangt; ze is vanzelfsprekend, ze bewijst zichzelf.

Vers 59. geeft nog weer een reden aan waarom **bhakti** zo gemakkelijk te onderkennen is. In tegenstelling met ieder ander nieuw object waarvan men de realiteit niet gemakkelijk kan inzien, heeft devotie niet het een of ander bewijs nodig om onderkend te worden; ze spreekt voor zichzelf. Je hebt niemand anders nodig om te bewijzen of je gelukkig of miserabel bent; en het is evenmin nodig om van de een of andere gevolgtrekking gebruik te maken om te weten, dat het bhakti is of om naar bewijzen hiervoor te zoeken. Geen bewijsgronden kunnen je ooit iets aanpraten tegen je eigen ervaring in. De directe ervaring is het grijpbare en onfeilbare middel tot waarachtig weten. Er kan echter twijfel rijzen omtrent de vraag hoe een bhakta volmaakte vrede kan hebben, terwijl hij toch aldoor vol zorg en onzekerheid moet zitten over het welzijn van de wereld, zo al niet over het zijne. We zien immers, dat alle grote toegewijden des Heren vurig verlangen de wereld te verlossen van zonde en ellende. Het antwoord op deze twijfel wordt hier nu gegeven.

Vers 60. Omdat **bhakti** nu eenmaal de vorm heeft van volmaakte vrede des harten en allerverhevenste vreugde.

Vers 61. De **bhakta** heeft geen aanleiding zich over de ellende van de wereld het hoofd te breken; want hij heeft zijn eigen 'ik', de wereld en ook de Vedas aan de Heer overgegeven.

De devote volgeling van de Heer kan intens actief zijn om het welzijn der wereld tot stand te brengen, maar niet als gevolg van zijn kopzorgen over de ellende in de wereld; maar omdat het hem een grote vreugde is de wereld te dienen, want hij ziet de wereld als manifestatie Gods. Aangezien de toegewijde mens zeer goed weet, dat de Heer de schepper, instandhouder en meester is van het universum en dat Hij immer genadig en machtig genoeg is om er het waarlijk goede voor tot stand te brengen, is hij helemaal niet bezorgd over de wereld. En God heeft toch zeker geen hulp en bijstand nodig van Zijn toegewijde. De Heer geeft daarom graag Zijn toegewijden de gelegenheid vreugde te scheppen in dienst aan Hem en aan Zijn schepselen.

De menslievende bezigheden en sympathieën van de toegewijde mens veroorzaken hem helemaal geen kopzorgen; de gedachte aan het boze en de ellende in de wereld beneemt hem zijn vrede niet.

Vers 62. Bij het verkrijgen van **bhakti**, of zelfs om het te verkrijgen, hoeft men de samenleving niet te schuwen; alleen moet men de vruchten van alle maatschappelijke bezigheden overgeven aan de Heer; en intussen kan men voortgaan met al die bezigheden die van nature rechtvaardig zijn en dus edele vruchten dragen.

De bhakta hoeft geen hart van steen te hebben en zich tegen de samenleving keren, alleen omdat hij in alle ernst het geestelijke beoefent. Er is niets dat hem noodzaakt het werk ten bate van anderen op te geven. Hij kan en zal dan ook actief zijn; want ofschoon hij niets voor zichzelf hoeft tot stand te brengen, wordt hij door liefde gedreven te werken voor zijn geliefde Heer. De **bhakta** geeft alleen de gehechtheid op aan de vruchten van handeling, niet aan de handeling zelf; en daarom zal iedere bezigheid die hij verricht, ondernomen worden ten behoeve van zijn medemensen. Zodoende zijn de belangeloze daden, voorgestaan in de Bhagavad Gita en door de **bhakta** verricht niet zinloos als de handelingen van een krankzinnige; ze zijn werk dat bewust gedaan wordt met een bepaald doel. Het enige verschil is namelijk, dat het doel dat hem voor ogen staat helemaal niet baatzuchtig is. Dit toont het dynamische aan van bhakti zoals dit door Narada wordt opgevat.

Vers 63. Men moet niet luisteren naar verhalen over of beschrijvingen van vrouwen, rijkdom, godloochenaars.

Zelfs al verricht een leerling met geestelijke aspiraties allerlei maatschappelijke diensten zonder gehechtheid aan de vruchten ervan, dan kan hij zich toch niet veilig storten in al die bezigheden, die hem ertoe zouden brengen vrij om te gaan met de andere sekse, of omgang te hebben met godloochenaars, of om iets te doen, dat hem zou verwikkelen in de mazen van wereldse rijkdom. Het contact hiermee is zó gevaarlijk, dat er in dit vers een strenge waarschuwing wordt uitgesproken zelfs niets hierover aan te horen of te lezen, want zelfs door erover te horen spreken kan iemand met geestelijke aspiraties van de juiste weg af kunnen geraken, hij zou er belang in kunnen gaan stellen en geleidelijk aan in de verleiding komen zijn dienst aan de Heer (de meditatie) op te geven en wereldse dingen na te jagen. Daarom is het voor iemand die in deze tijd zoekt naar de goddelijke liefde nodig zich verre te houden van romans, toneelstukken, de cinema en liedjes en andere vormen van kunst, die met seksuele driften verweven zijn; van levensbeschrijvingen van handelsmagnaten en groot-industriëlen en ook van atheïsten en materialisten. De nadruk, die Narada hierop legt, vindt zijn weerklank in een bekend gezegde van Sri Ramakrishna **kamakancanatyaga** : onthoud u van lust en van goud. Daarom moeten diegenen, die goed werk willen doen als geestelijke discipline zich wapenen tegen seksuele verlokkingen, superioriteitsgevoelens en de terugval tot atheïsme. De religieuze leerling dient zijn motief grondig na te gaan, als hij zich gedrongen voelt iemand van de andere sekse, die in moeilijkheden is geraakt, te helpen; of als hij gelden wenst bijeen te brengen om het lijden der armen te verzachten.

Zelfs al is een Bhakta boven alle verleiding verheven, dan nog is het beter dat hij zich onderwerpt aan deze verstandige restricties.

Als deze geestelijke oefening iemand tot de staat van **bhakti** heeft gebracht, is het veiliger voor hem om maar **Sannyasin** te worden door zich tot geestelijke te laten wijden. Want er zijn er niet veel, die gezinshoofd kunnen blijven en zich handhaven op het niveau door zo'n bhakta bereikt. De wereldse verlokkingen te midden waarvan hij moet leven, maken dat de gevoelens van liefde, tot hun hoogste graad verheven, maar al te gemakkelijk tot lager peil zakken, als hij voortdurend vertoeft in het gezelschap van de andere sekse. De zinnen zijn krachtig genoeg om zelfs een wijze mee te slepen.

Heeft een leerling het stadium bereikt van mukhyabhakti, dan is het helemaal niet moeilijk voor hem alle banden met het gezinsleven en ook de omgang met de andere sekse op te geven. Heeft men die geestelijke voortreffelijkheid bereikt, dan zal de ongehuwde helemaal niet aan een huwelijk denken; en is hij gehuwd, dan houdt alle seksuele contact met de echtgenote op. Ingetogenheid is de staat, die voorafgaat aan het verheven geestelijke leven. Het leven van Buddha, Jezus, Sri Sankara, Ramanuja, Madhva, Vallabha, Caitanya en andere grote Leraren zijn hiervan het bewijs.

Elke waarachtig toegewijde is - zelfs al leeft hij in het gezin - een sannyasin naar de geest en komt het voorschrift na van kamakancanatyaga (streng onthouding) door mentaal volstrekt ongehecht te zijn. Brahmacharya is niet alleen maar zich onthouden van alle seksualiteit maar het volledig verwerpen in gedachte, woord, daad en blik van alles wat direct of indirect te maken heeft met sekse. (Zie ook Matth. 5, 28).

Vers 64. Aanmatiging, ijdelheid en andere euvelen moet men opgeven. Als een toegewijde leerling zich bezighoudt met onbaatzuchtig werk, dan is het mogelijk dat zijn ijdelheid en zelf ingenomenheid wordt opgewekt doordat hij zijn prestaties heel hoog schat en van belang acht. Het is zaak dergelijke gevoelens in de kiem te smoren. Zelfs als iemand aanbiedt de behoeftigen te helpen, moet hij dit zien als dienst aan de Heer en dus de ontvanger der gunsten dankbaar zijn voor de geboden gelegenheid hem van dienst te hebben mogen zijn. Door het aankweken van deze houding ontsnapt men aan hoogmoed en ijdelheid, die zo veel voorkomen bij gewoon filantropisch werk.

Vers 65. Alle werkzaamheden opdragend aan de Heer, moet men begeerte, toorn, hoogmoed enz. alleen naar Hem richten of slechts aanwenden voor het beoefenen van bhakti jegens Hem. Het is zeer moeilijk om terstond zelfzuchtige tendensen meteen teniet te doen. Een geleidelijke omzetting tot positieve eigenschappen is het geschikte middel om de lagere instincten te boven te komen. Eén methode om dat doel tot stand te brengen is zich steeds bewust te zijn

van het feit, dat alles wat men doet slechts gebeurt om de Heer Zelf te dienen. Telkens wanneer gevoelens van toorn, ijdelheid enz. opkomen, moet men deze meteen dóór hebben en ze dan zorgvuldig naar de Heer Zelf richten. Het gevoel van spijt en wroeging dat dan meteen ontstaat, zal alle ongewenste gevoelens de kop indrukken; zo zullen de lagere driften en impulsen langzamerhand onmogelijk meer kunnen opkomen. Verder kan men deze driften aanwenden bij het beoefenen van devotie tot de Heer; toorn kan bijvoorbeeld gericht worden op de belemmeringen tot bhakti, en zal dan veranderen in zelfverloochening en bedaardheid. Trots en hoogmoed overwint men door zich bewust te zijn, dat men een kind is van de Heer. De Heer doet alle hoogmoed teniet in elk van Zijn getrouwen. Een van de namen van de Heer is **Darpaha**, vernietiger van trots.

Vers 66. Liefde, alleen liefde, zoals die van een trouwe dienaar of echtgenote, liefde die de drie vormen in vers 56 genoemd te boven gaat, moet men beoefenen.

Evenmin als een trouwe dienaar of toegewijde echtgenote wederliefde verwacht of zelfs maar dankbaarheid voor alle uit liefde bewezen diensten, zo bewijst de toegewijde leerling zijn liefde aan ieder schepsel, omdat hij er God in ziet, en al zijn handelingen zullen daarom de vorm aannemen van een offer van zuivere liefde aan de Heer, zonder baatzuchtig motief en zelfs zonder erkentelijkheid van Hem te verwachten. Hij heeft God lief, omdat hij niet anders kan; en hij dient, omdat zijn liefde een mogelijkheid moet vinden zich te uiten in dienst. Op geestelijk terrein zijn de ware meester en de ware dienaar mensen, die elkaar wederzijds aantrekken door intrinsieke voortreffelijkheid en niet om zelfzuchtige verlangens bevredigd te zien. Dergelijke dienstvaardigheid is de toets voor de zuiverste liefde en daarom moet men ze zorgvuldig aankweken. Men moet niet tevreden zijn met de **gauna** varianten van bhakti, zoals deze beschreven worden in vers 56; men moet hier boven uitgaan.

Vers 67. Vooraanstaande, trouwe toegewijden zijn zij die eenpuntig gerichte liefde koesteren jegens de Heer, ter wille van Hem alleen.

Het vijfde en laatste hoofdstuk begint met deze sutra. Tot dusverre hebben we gezien, dat volgens deze leer alle geestelijke inspanning gericht is op het reinigen van de emoties door een onvermengde, eenpuntig gerichte, onafgebroken stroom van liefde in je te wekken jegens de gezegende voeten van de Heer, zoiets als de liefde van een toegewijde dienaar of een echtgenote. Dit ontwikkelt zich vanzelf langzamerhand tot een manifestatie van de natuurlijke heerlijkheid en volmaaktheid van het Atman. In dit hoofdstuk staat een beschrijving van iemand die dit stadium van toewijding, bekend als **mukhyabhakti**, heeft bereikt. Deze verheven soort toewijding is verschillend van de **gauna bhakti**, in vers 56 genoemd. Wie dit stadium van mukhyabhakti heeft bereikt wordt een **bhagavata** en een heilige genoemd; in deze devotie is niets van wereldsgezindheid of zelfzucht te bespeuren.

De **mukhyabhakta** verlangt niet eens meer naar **mukti**, bevrijding; zij hebben God lief, maar niet om door deze liefde iets te verkrijgen.

Vers 68. Zij spreken met verstikte stem, met tranen in de ogen en een lichaam dat vervuld is van geestdrift, en ze maken niet alleen hun familieleden zuiver, maar ook hun geboorteland.

Dit spreken beperkt zich niet tot spreken over God. Elk van hun handelingen, de geringste beweging, hetzij bewust of onbewust, hun gehele leven getuigt van de golven van hun liefde tot God daarbinnen, en verkondigt dit aan de mensen. Toegewijden vinden het altijd prettig om met andere toegewijden te spreken over de Geliefde Heer. Dat betekent echter niet dat zij al hun tijd met babbelpaat, met hun gelijken doorbrengen. Hun belangstelling gaat meer uit naar het verlossen van zondaren en boosdoeners en hiertoe zullen ze altijd bereid zijn anderen te leren en toe te spreken, opdat iedereen kan delen in de zaligheid van toewijding en liefde, die zij zelve genieten. Maar ze zijn niet als de gewone leraren en predikers, die zich van hun superioriteit bewust zijn. Deze **bhaktas** beschouwen zichzelf, wanneer ze lering geven of preken, als dienaren; zij zien alleen maar God in hun leerlingen en dienen Hem alleen. Zij achten zichzelf gezegend, omdat ze zodoende gelegenheid hebben de Heer te dienen. Dit doet de bhakta ondanks de schimpscheuten van sommige mensen, die hij probeert te dienen. Heel vaak is de tegenwoordigheid van zulke bhaktas reeds voldoende om anderen, die in contact met hen komen, zuiver te maken. Over dit vermogen van de toegewijde om anderen zuiver te maken spreekt Sri Krishna in de Bhagavata Purana XI, 14.6. waar hij zegt, dat hij steeds met zijn toegewijden gaat, waarheen deze zich ook begeven, opdat hij zichzelf kan reinigen met het stof van hun heilige voeten. Het vuil, dat de toegewijde verwijdt, is de bezoedeling van het 'ik' en de diverse manifestaties ervan. Bovendien beïnvloedt een toegewijde in het gezin zonder er zich van bewust te zijn de andere gezinsleden. Zelfs degenen die dwars ingaan tegen een waarlijk toegewijde, zullen vroeger of later van aard veranderen. Hoe verhevener de **bhakta** is, des te groter is de sfeer van zijn geestelijke invloed. De grootsten onder hen zijn het licht van de wereld. Zelfs als zij een kluizenaarsleven leiden in een spelonk, zullen de trillingen van hun devote gedachten zich verbreiden over de gehele wereld en een echo doen klinken in elk zuiver hart, dat deze opvangt.

Vers 69. Zij heiligen pelgrimsoorden, maken dat daden rechtvaardig en goed zijn, en schenken hun geestelijk gezag aan heilige boeken.

Heiligen, heilige plaatsen en voorwerpen, heiligende hoedanigheden, brengt men in India onder één noemer : Tirtha = doorwaadbare plaats, pelgrimsoord. De heilige boeken beschouwen mededogen, waarheidlievendheid enz. als tirtha. Door zich naar tirthas te begeven komt men de onvolmaaktheden van het leven in de wereld te boven; dat is het gevolg van verkeren in het bijzijn der heiligen en sadhus en hun heiligende kracht.

Gaat iemand naar zo'n tirtha zonder enig idee omtrent de heiligheid ervan, dan is de geestelijke uitwerking nihil. Mohammedanen trekken bijvoorbeeld geen profijt van een bezoek aan Brindaban, Benares, Jagannath enz., maar kunnen wel degelijk de zegenende werking ondergaan van Jerusalem of Mekka enz., omdat zij daar wel de associatie met het heilige hebben. Het zijn dus niet zozeer de rivieren of tempels die de tirtha vormen, maar de heiligen die doordat God in hun hart woont, alles reinigen, zuiveren, heiligen. Volgens sommigen betekent **tirtha** : daden rechtvaardigen. Het zijn de heiligen waarvan de mensen leiding verwachten want deze heiligen bepalen het richtsnoer van Dharma door hun voorbeeld en lering. De heilige boeken ontlenen hun gezag aan het feit, dat ze de ervaringen en de leringen der heiligen mededelen en daarom zijn ze anders dan gewone boeken.

Vers 71. De ouders en voorouders verblijden zich, de devas dansen van vreugde en deze aarde verkrijgt een Heiland.

Uiteindelijk verheugen de levende ouders zich, omdat hun zoon door de mensen geëerd zal worden nadat hij de realisatie heeft verkregen. De voorvaderen, die naar men meent in hun eigen hemelwereld leven, verblijden zich ook als ze zien dat zo'n waardige zoon in de familie is geboren.

Het woord **pitri** wordt in de **Sastras** gebruikt om niet alleen de levende ouders en overleden voorouders aan te duiden, maar ook de eeuwige halfgoden, die men kent onder de naam **Agnishvatta** en nog anderen. Ieder mens, die geboren wordt, wordt door de heilige boeken geacht een schuld te hebben aan de devas en de voorouders, en als het hem niet gelukt deze schulden te voldoen, zullen al zijn geestelijke oefeningen vergeefs geweest zijn. Wordt een zoon echter een getrouw van de Heer, dan heeft hij geen schulden meer aan wie ook. Niet alleen zijn de devas dan niet meer vertoornd tegen hem, maar ze verblijden zich, want alle aanbidding van devas en pitris is in de eerste plaats bedoeld de leerling naar dit laatste stadium te geleiden. Als ze dus merken, dat een nakomeling van hen het doel bereikt, zijn de voorvaderen vanzelf verheugd.

'Wie al zijn gewone plichten heeft opgegeven', zegt de Schrift, 'en zich met lichaam en ziel heeft overgegeven aan God, onze enige toevlucht, de schenker van **mukti** (bevrijding, vrelissing) heeft geen schulden meer aan de **devas**, de **rishis**, de pitris en anderen', want door God te aanbidden, worden alle anderen aanbeden'. Het doet dus geen schade, als men ophoudt de lagere devakrachten te aanbidden, maar het is ieders plicht zich met geheel zijn hart en ziel te geven aan de Ene Heer.

Men zegt vaak dat de halfgoden deugdzaame zielen zijn, die naar de hemelse regionen zijn gekomen om de vruchten te plukken van hun religieuze verdiensten hier op aarde, en die dan weer naar de aarde terugkeren als hun termijn verstreken is. Dus voelen ze zich echt verheugd als ze hier in deze wereld een ware getrouwe vinden en merken hoe hij zijn redding heeft bewerkstelligd door zijn toewijding en zelfverzaking; want ze hebben dan een voorbeeld hoe men eeuwige zaligheid verwerft door toewijding aan de Heer.

De halfgoden worden vaak gekweld door de Asuras en als ze een echte toegewijde vinden, die op aarde geboorte neemt, zijn ze ervan verzekerd, dat hun verlossing nabij is, want waar de toegewijden zich ook mogen bevinden, daar moet God ook zijn. Er bestaat een vrij algemeen misverstand, dat deze halfgoden jaloers worden, als ze merken dat iemand vergeestelijkt, en dat zij hem dan moeilijkheden in de weg leggen om tot God-realisatie te komen. Maar kunnen nooit een oprechte toegewijde kwaad toebrengen en dat doen ze ook niet; want God is er toch altijd om Zijn getrouwe te helpen. Om dit te illustreren zijn er vele verhalen in de **Puranas**, zoals bijvoorbeeld de geschiedenis van Ambarisa. Ongetwijfeld vinden oprechte geestelijk strevendenden ook moeilijkheden op hun weg, maar dat doet God, opdat Zijn toegewijde door zo'n tegenstand krachtiger zal worden. Een moeder werpt haar kind misschien wel in het water opdat het leert zwemmen, maar ze zal er wel voor zorgen, dat het niet verdrinkt.

De aarde krijgt een Heiland. Alleen een ware Heilige kan de wereld verlossen. Alle anderen zijn slechts geïnteresseerd in zelfverheffing en wereldse genietingen. Zij hebben het welzijn der wereld niet ten doel. Vanuit het poëtisch en mythologisch standpunt van de **Puranas** is de aarde (bhudevi) een van de gemalinnen van Vishnu, God. Als de deugd afneemt en ondeugd de boventoon voert, voelt zij zich - zo zegt men, als verlaten door haar Heer en Beschermmer. Neemt een Heilige geboorte in deze wereld, dan wordt hij noodzakelijkerwijze begeleid door de Heer Zelf; en dan kan men dus dichterlijk zeggen, dat Bhudevi haar Heer en Beschermmer heeft teruggekregen telkens wanneer de getrouwen op aarde verschijnen. Volgens dit vers bevredigt de toegewijde mens dus de bewoners van alledrie werelden.

Vers 72. Zij kennen geen onderscheid dat gebaseerd is op kaste, beschaving, schoonheid, geboorte, rijkdom, beroep of wat dan ook.

Ondanks het verwijt jegens het Hinduïsme, dat het discrimineert op het punt van kaste en gebruiken, zal men moeten toegeven, dat de religie van de Vedanta, volgens de opvatting van haar algemeen erkende vertolkers, het onderscheid gebaseerd op kaste of geboorte steeds beschouwd heeft als alleen maar maatschappelijke bijkomstigheden of schikkingen, die in het geestelijk leven geen echte of uiteindelijke waarde hebben. Zelfs de priesterklasse, die vond, dat ze voor niemand van hoge geboorte of maatschappelijke stand onderdeed, heeft steeds het hoofd gebogen voor en de geestelijke grootheid erkend van de God-mensen en verlichte zielen, ongeacht hun geboorte en afstamming.

En hoewel dus Visvamitra, Vyasa, Jabala, Sri Krishna, Tukaram en een grote schare van andere geestelijk verlichten van diverse grootte, niet van Brahmaans geslacht waren, hebben ze aanbidding en goddelijke verering afgedwongen van hun tijdgenoten en ook van het hele nageslacht. De priesters waren steeds bereid aan de voeten te gaan zitten van de geestelijk of intellectueel vooraanstaanden en van hen de diepste

waarheden te leren. Deze gezonde opvatting is er vanaf Vedische tijden altijd geweest en ze heeft het Hinduïsme voor eeuwig tot een levende religie gemaakt. In de Upanishad periode en die van de epische dichtwerken (Mahabharata en Ramayana) zien we vele gevallen waar kaste geen belemmering was om geestelijke waarheden te leren of te onderrichten. De geest van het buddhisme spreekt duidelijk uit werken zoals de Lalitavistara, daterend uit de 3e eeuw na Chr. Een brahmaan, die de kaste der buddhistische monniken vragen stelde, ontving dit antwoord : Je stelt vragen aan de kaste der monniken, maar van hun hoedanigheden wil je niets afweten. Je bent verstrikt in een waan en daarom doe jij jezelf en anderen schade. Dit betekent onbeschaamdheid voortgesproten uit kaste-hovaardij. Kaste kan in aanmerking komen voor navraag en onderzoek ter wille van huwelijken of uitnodigingen, maar niet voor religieuze aangelegenheden. De enige voorwaarden voor geestelijke inspanning zijn mentale hoedanigheden en die zijn niet van geboorte afhankelijk. Als de ondeugden van iemand van hoge kaste een berisping verdienen, hoe zit het dan dat de voortreffelijkheid van iemand van lage kaste geen eerbied zou verdienen ? En daarom verdienen die monniken met hun uitnemend karakter alle respect voor hun goede hoedanigheden.

De discipline van overgave aan de Heer, bhaktiyoga, vereist geen speciale kwalificaties van kaste, geboorte, clan, sekse, hoedanigheden, werkzaamheden, tijd, plaats of levenstoneel. Iederen dag moet de Heer van het universum gediend en aanbeden worden naar gelang van iemand's vermogen door allen : Brahmanen kshatriyas, vaisyas, sudras en anderen, ongeacht hun leeftijd, willen deze geëerd worden. Wie de achtvoudige devotie tentoonspreidt, is een uitnemende brahmaan, een wijze, een stralende ziel en een verstandig mens, zelfs al was hij een buitenlander. Informeer niet naar de familie van iemand die God gerealiseerd heeft. Prahlada, dat toonbeeld van toegewijden, zegt : Een kastenloze, die zijn gedachten, woorden, daden, rijkdom, bezit en leven aan God de Heer heeft gewijd, vind ik ver verheven boven een brahmaan met de twaalf welbekende eigenschappen, die zich echter niet nederig neerwerpt voor de lotusvoeten van de Heer; want eerstgenoemde verheft en heiligt door zijn volkomen zelfovergave zijn gehele familie, terwijl daarentegen de laatste, die zich op zijn deugden laat voorstaan, niet eens zich zelf zuivert, laat staan iemand anders'.

Een verstandig mens moet zelfs geen pariah geringschattend bejegenen, als deze toegewijd is aan de Heer; wie op zo'n mens neerkijkt gaat naar de hel. De toegewijden zelf zien geen onderscheid tussen de ene mens en de andere. Zij zien God in ieder ander.

Vers 73. Omdat zij helemaal Hem toebehoren.

Dit vers maakt duidelijk waarom er geen onderscheid is. Bhaktas zijn voor God gelijk, omdat hun toewijding dezelfde is ondanks schijnbare fysieke of maatschappelijke verschillen; ze behoren allen tot één groep.

Vers 74. Het is onbehoorlijk in dispuut te treden over God of andere geestelijke waarheden of over de betrekkelijke verdiensten van verschillende toegewijden.

Wie dit stadium van devotie bereikt hebben, hebben hun 'ik' zo volledig teniet gedaan, dat ze onmogelijk kunnen verlangen naar roem en eer door een tegenstander in een religieus debat te vloeren. Zelf hebben ze geen steun nodig van redeneringen; hun geloof is immers gebaseerd op de directe, wezenlijke ervaring. Lege en holle woordentwist heeft daarom geen plaats in hun leven. Als iemand hen tot een discussie zou uitdagen, zouden ze de hen toegeworpen handschoen niet oprapen.

Vers 75. Want er is veel ruimte voor verschil van opvatting en geen enkele zienswijze, op rede alleen gebaseerd, is op zichzelf afdoende.

Twee schijnbaar tegenstrijdige opvattingen zijn misschien helemaal niet met elkaar in strijd en kunnen mogelijk, vanuit hoger standpunt bezien, met elkaar verzoend worden. Het heeft geen zin de eerlijke en oprechte opvattingen van een ander te bestrijden. Geef een ander de gelegenheid te leven naar wat hij juist acht. Bovendien kun je overtuigende redenen aanvoeren om twee diametraal tegengestelde zienswijzen te steunen. Hieruit volgt echter niet, dat een opvatting juist is omdat ze door de rede gesteund wordt. Wat op een bepaald moment redelijk lijkt kan volkomen in tegenspraak zijn met de rede, als we meer ervaring hebben. De geschiedenis van de wetenschap levert ettelijke voorbeelden van theorieën, die afgedaan hebben, maar die tevoren als vaststaand waren beschouwd door de rede.

Vers 76. De leringen uit de heilige boeken, die gaan over liefde en toewijding tot God, kunnen wel besproken en overpeinsd worden, en men kan wel geestelijke oefeningen doen, die devotie wakker roepen.

Narada is van mening, dat boeken, die zich uitsluitend bezighouden met Jnana- of Karma- of Hatha-Yoga, eigenlijk niet naar de smaak zijn van de bhakta, omdat ze hem niet van hulp zijn in zijn liefde tot God. En we kunnen hieraan toevoegen, dat een toegewijde getrouwe uit deze moderne tijd niet grasduint in uitgaven van de Rationalistic Press Association of boeken over religie door moderne psychologen geschreven. Het denken-voelen van de bhakta heeft een niveau bereikt waar het alleen maar liefde kan tolereren en hij leest daarom alleen maar die boeken, die voedsel schenken aan zijn intense liefde tot God. Nadenken betekent voor de bhakta bij het bestuderen van devotionele werken, dat hij niet alles klakkeloos accepteert wat er in staat. Zoals een bij alleen maar geïnteresseerd is in honing, zo puurt ook de bhakta alleen maar de essentie en al het andere verwerpt hij. Alles wat indruist tegen de geest van liefde zal hij vanzelfsprekend vermijden en hij is steeds waakzaam genoeg om de dichterlijke overdrijving te ontwaren. Evenmin vervalt hij tot de gewone fout om op onintelligente wijze andere grote mannen na te doen. Het is nodig op deze wijze over de leringen van de heilige boeken na te denken. De rede wordt intelligent in dienst gesteld van de toewijding.

Men moet deze sutra bestuderen tesamen met Sutra 12 en 14 en ook met Sutra 49 en 62. Sutra 12 en 14 wijzen op de houding van de bhakta ten opzichte van studie en geestelijke oefeningen en ook op maatschappelijk dienstbetoon zelfs na het realiseren van de opperste waarheid; en sutra 49 en 62 wijzen op zijn houding ten opzichte van studie, oefening en dienstbetoon vóór de eerste bewustwording van die liefde. En sutra 76 slaat op diezelfde houding tijdens het stadium van **mukhyabhakti**. Leest men al deze sutras tesamen, dan wordt het duidelijk dat, volgens Narada, een bhakta zijn geestelijke oefeningen en maatschappelijk dienstbetoon niet nalaat in welk stadium dan ook voor of na de realisatie. Het leven van een **bhakta** is intens dynamisch, of nu zijn activiteiten gericht zijn op zijn eigen geestelijke realisatie of die van anderen. De activiteiten van de **bhakta** tonen derhalve veel gelijkheid in alle stadia, zoals Sankara aantoonde in zijn **bhashya** op Bhagavad Gita II, vers 55.

Vers 77. Wanneer hij tijd tot zijn beschikking krijgt omdat hij vrij is van genot en pijn, van begeerte en gewin enz., hoort hij zelfs geen seconde te verspillen.

Aangezien hij de aansporing niet meer heeft tot werk, dat een gewoon mens op gezonde wijze bezighoudt, zou je kunnen veronderstellen, dat hij met zijn tijd geen raad weet; en als hij zijn oefeningen niet voortzet en mentaal en fysiek lui is, dan zou het kwaad ergens wel een achterdeurtje vinden om binnen te komen en iets verkeerd op gang brengen. De neerwaartse druk van **tamas** kan, net als de natuurlijke werking van de zwaartekracht, zelfs een **bhakta** van de hoogte die hij bereikt heeft, naar beneden doen vallen, wanneer hij niet voortdurend waakzaam is en zich inspant om zijn geestelijk evenwicht te bewaren, dat zo kenmerkend is voor **sattva**. Het denken-voelen kan onzuiver worden als het niet net als een koperen kruik dagelijks gereinigd wordt. Niemand is ooit veilig, voor en aler hij tot **parabhakti** is gekomen. Na het bereiken van **mukhyabhakti** wordt elk moment, dat men niet aan God denkt en niet geestelijk werkzaam is, tijdverspilling geacht.

Vers 78. Hij moet deugden zoals geweldloosheid (ahimsa) waarheidlievendheid, zuiverheid, mededogen, vast vertrouwen in de hogere geestelijke werkelijkheden enz. aankweken.

Ongetwijfeld heeft de bhakta voldoende training in karaktereigenschappen gehad ook voordat hij het stadium van **mukhyabhakti** bereikte (maar aangezien hij nog steeds een actief leven leidt, moet hij er zelfs in dit stadium zorg voor dragen, dat hij bij de keuze van zijn activiteiten de morele waarden niet schendt. De elementen, die het karakter formeren, noemt men Yama en Niyama. Men beschouwt ze ook als bepalend voor de geestelijke waarde van een mens en daarom worden ze in de Bhagavad Gita XVI daivisampat (goddelijke gaven) genoemd.

Geweldloosheid neemt de eerste plaats in onder al de morele deugden. Geweldloosheid is het zich volledig onthouden van alle geweld in het denken, spreken en handelen, persoonlijk of door toedoen van derden,

opzettelijk of onnadenkend of uit achteloosheid, waardoor men een ander zou kunnen benadelen of leed aandoen enz.

Geweld houdt niet in de discipline die een leerling wordt opgelegd, of de remmen door de zedewet aangezet op onrecht en wederrechtelijke handelingen en ook slaat het niet op de dwingende kracht van welwillendheid om anderen goed te doen, zoals bijvoorbeeld in het geval van een arts tegenover een patiënt. Met letsel of schade wordt ook niet bedoeld de pijn die men iemand anders aandoet, als die pijn wordt toegebracht bij het volbrengen van je opperste plicht tegenover je geweten en God.

De bhakta heeft zoveel liefde jegens God en Zijn schepselen dat zijn hart onder geen beding bereid is iemand anders letsel of schade te berokkenen. Daarom zal hij geen handelingen verrichten (ritueel of anderszins) waarbij dieren het leven wordt ontnomen, zelfs al heeft dit naar de schijn de goedkeuring van de Vedas. Hij vat praktijken zoals het dierenoffer in de Vedas niet op als onschuldige dieren het leven te ontnemen, maar als symbool van het verbranden van de eigen dierlijkheid in het vuur van de liefde tot God. Daarom zullen degenen die de Vedische offers willen voortzetten, dit slechts doen op minder schadelijke wijze, soms met groenten of diervormen uit deeg bereid in plaats van levende dieren. De volgende positieve goede eigenschap is waarheidlievendheid, **satya**. Waarheid is God, en dus kan de bhakta er niet tegen in gaan. Wie God is toegewijd, aanvaardt hierop geen uitzondering en evenmin tracht hij langs slinkse weg zijn plicht te ontlopen. Hij mag niemand duperen door een verkeerde voorstelling der dingen te geven, want aangezien God is in ieder mens zou hij eigenlijk God in die mens evengoed als God in hemzelf bedriegen en schaden.

Men onderscheidt twee soorten van **sauca**, zuiverheid, de uiterlijke, **bahya**, en de innerlijke, **antara**. De bhakta is echter het meest geïnteresseerd in de innerlijke, de zuiverheid van zijn denken-voelen. Wat het denken-voelen verontreinigt is de zelfzucht en de werking van **tamas** (inertie) en **rajas** (drift). En om deze zelfzucht enz. uit te schakelen beoefent de **bhakta** ongehechtheid (**vairagya**) en vooral het God indachtig zijn (**svadhyaya**) en dienst aan de Heer, mededogen (**daya**) en **ahimsa** (geweldloosheid). De bhakta, die God ziet in ieder schepsel is vrij van alle superioriteitscomplexen; hij gelooft niet zozeer in een leer als wel in de Heer en diens verlossende kracht van liefde.

Vers 79. De Heer alleen is de schatkamer van alle gezegende hoedanigheden en Hem alleen moet men aldoor aanbidden, vrij van zorg en kommer in ieder opzicht.

Dit vers toont aan op welke wijze intelligent begrip van de heilige boeken, in vers 76 genoemd, de aanbedding beïnvloedt. Vers 37. geeft reeds aan wat opgesloten ligt in het aanbidden van Bhagavan (Krishna) de avatar.

De **mukhyabhakta** is ontgroeid aan de noodzaak van stut en steun voor zijn aanbedding en verering; en dus vallen alle lagere vormen van aanbedding, die van grote hulp en profijt waren in de beginstadia, langzamerhand vanzelf

af, bijvoorbeeld het brengen van offeranden, aanbidden van beelden, het ondernemen van pelgrimstochten enz. Zijn hart wendt zich vanzelf tot God. Zelfs al volbrengt hij deze uiterlijke vormen van aanbidding, dan is dat alleen maar om geen slecht voorbeeld te geven aan mensen, die tot hem opkijken om leiding; zijn liefde geldt alleen de Gezegende Heer, die hem tegemoet treedt zelfs in deze symbolen. Er is een groot verschil tussen de houding van gewone lieden, die de beelden in de tempels vereren en grote volgelingen zoals bij voorbeeld Ramanuja enz., hoewel zij allen zich eender gedragen in deze uiterlijke vormen van aanbidding. Er heeft geleidelijk aan een transformatie plaats in de mentale opvattingen en hierop wijzen onze devotionele heilige boeken, die de noodzaak van zo'n ontwikkeling benadrukken. Verder vloeit uit vers 37. voort, dat hoe fanatiek zijn liefde in het begin mag zijn tegenover zijn speciaal vereerde godheid met uitsluiting van alle andere, het ogenblik zal aanbreken, dat hij het stadium van **mukhyabhakti** bereikt en dan begrijpt de leerling, dat **alle** paden slechts leiden tot dezelfde Bhagavan, die hij aldoor heeft aanbeden. Dit inzicht geneest iemand van alle fanatisme. Is er nog zo'n fanatisme, dan kunnen we er zeker van zijn, dat hij het stadium van mukhyabhakti nog niet heeft bereikt, waarin de aanbedende mens de Geliefde herkent onder iedere vermomming waarin deze zich aan hem vertoont. Zo komt de bhakta tot een tolerante houding ondanks zijn voorkeur voor de Ishtadevata in zijn hart. In het woord 'sarvabhavana', in elk aspect van het leven, komt tot uitdrukking, dat er geen waterdichte afdelingen zijn in zijn leven, dat er geen scheiding is tussen innerlijk en uiterlijk leven, maar dat zijn hele leven één grootse daad van aanbidding en verering Gods is, dat elke daad ingegeven en geschraagd wordt door zijn innige toewijding tot Bhagavan. Zo'n bhakta leeft onbekommerd. Gedachten, gevoelens, woorden, daden zijn uitdrukking van zijn alles overheersende liefde tot de Heer. Feitelijk betekent de uitdrukking 'niscinta bhajana' de algehele concentratie van het denken-voelen op God, en dat zonder onderbreking, dag-in, dag-uit. Dat wordt ook aangeduid door het woord Samadhi en door bhava. Deze soort aanbidding wordt bedoeld in dit vers.

Vers 80. Als de Heer op deze wijze wordt verheerlijkt dan manifesteert Hij zich en schenkt Hij Zijn getrouwen de Realisatie.

Als gevolg van zo'n samadhi manifesteert de Heer zich in al Zijn Heerlijkheid aan de bhakta, niet alleen in zijn hart, maar in alle schepselen, als levende aanwezigheid, en niet als alleen maar een idee. De bhakta is zich nu bewust, dat hij in dezelfde wereld leeft als God. Hij bevindt zich voortdurend in het bijzijn van de Heer, en dan ervaart hij de dingen niet alleen als de verblijfplaats van de Heer, maar als de gedaanten van de Heer Zelf.

Dit stadium noemt men samipya-mukti. Het voortdurend samenzijn met de Heer en het voortdurend opgaan in de Goddelijke heerlijkheid, transformeert de bhakta zoetjesaan tot gelijkenis met de Heer Zelf. Wel wordt erop gewezen in de Brahmasutras, dat de bhakta niet de zijnshoedanigheden kan verkrijgen van de schepper, onderhouder en vernietiger van de wereld.

Dit is het opperste bereikbare van het mediteren op Sagunabrahman of Bhagavan, zo zegt Sankara-acarya. Meestal bereiken de bhaktas slechts dit stadium. Maar dit is niet het hoogste stadium van **mukti** (bevrijding) volgens de opvatting van de Advaita-vedanta. Want zelf in dit stadium is er nog scheiding tussen de bhakta en Bhagavan. De liefde, die hem steeds dichter tot de Heer brengt, houdt niet op voordat alles wat hen scheidt is weggewerkt. Want zelfs deze dualiteit moet door liefde getranscendeerd worden. Het uiteindelijke culminatiepunt is in handen van de Heer en slechts God's genade kan dit tot stand brengen. De bhakta kent geen ander verlangen dan de Heer te dienen en de verrukking van dat dienen te ervaren. In Zijn oneindige genade schenkt de Heer niet alleen de drie bovengenoemde stadia, maar ook het laatste stadium van het algeheel opgaan in Hem, waarbij alle verschillen eens en vooral worden weggewist. Sri Ramakrishna zei : 'Je kunt ook de kennis van het Brahman verkrijgen door het pad van bhakti te volgen. God is almachtig en schenkt Zijn getrouwe volgeling ook brahmajnana, zo Hij dat wil. De toegewijde zoekt echter over het algemeen niet kennis omtrent het Absolute. Dit laatste stadium heet **sayujya** en ook ekatva. Het is het uiteindelijke doel van de mukhyabhakti, en daarom worden deze mukhyabhaktas ook wel ekantins genoemd door Narada. Dit stadium van liefde noemt men parabhakti of paramaprema of amrita. Vele bhaktas gruwen van een intellectuele opvatting van dit stadium; ze vinden het heiligschennis te menen, dat het mogelijk zou zijn dat de mens werkelijk God Zelf was. Vandaar het misverstand bij vele bhaktas aangaande de Advaita omdat ze met hun intellect een eeuwig verschil zien tussen jivatman en paramatman, de individuele ziel en de Universele Ziel. Maar of ze dat nu al dan niet willen, in Zijn oneindige genade schenkt Bhagavan zelfs deze Sayuja aan de bhakta, die de hoogste trap heeft bereikt. Narada duidt nadrukkelijk op dit stadium als zijn eigen ervaring.

Vers 81. Liefde alleen tot de absolute, eeuwige Waarheid, dat is het allerhoogste; waarlijk deze liefde is het grootste.

Ook na de realisatie van deze eenheid met de Heer behoudt de bhakta nog een tijdlang zijn individualiteit behouden tot het prarabdhakarma, dat aanleiding gaf tot zijn laatste incarnatie zich heeft uitgewerkt, of zolang het God behaagt om nog iets van deze individualiteit te behouden ten einde ze tot een werktuig te maken voor Zijn liefdewerk; zie Chandogya-Upanishad VI, 14.2 en Brahma Sutrani VI, 1.15 en 19.

De emotionele toerusting van de bhakta, die door voortdurende beoefening van de devotionele discipline in de eerste stadia deel is geworden van zijn persoonlijkheid, en die een onuitwisbare indruk op zijn wezen heeft nagelaten, blijft zich zijn levenlang kenbaar maken, immers ze is hoegenaamd niet in strijd of onverenigbaar met zijn realisatie van Eenheid met de Heer. Ofschoon hij zich ten allen tijde volkomen bewust is van deze eenheid, blijft hij den Heer als zodanig steeds liefhebben en dienen.

Mukhyabhakti, de hoogste uiting van toewijding bereikt vóór de realisatie, wordt doorgevoerd voor de rest van zijn leven. Maar we moeten het verschil

In de kijk op het leven die teweeggebracht wordt door de realisatie, nooit uit het oog verliezen.

De staat na de uiteindelijke realisatie wordt door de jnanis Jivanmukti en door de bhaktas Parabhakti genoemd.

Er is geen verschil, alleen maar in de benaming. Behalve voor Narada, een dergenen die de eenheidsbeleving in beide richtingen had, jnana zowel als bhakti, en daarom is hij in staat het verschil aan te tonen :

De Heer van zijn hart is nu één met het Absolute; de bhakta ontstijgt nu aan de relativiteit van tijdruimte en oorzakelijkheid, aan de heerschappij der drie gunas (sattva, rajas, tamas) en aan de toestanden van het waakbewuste, droombewuste en diepe slaap, en zelfs aan de **triputi**, de subject-object verhouding; hij is zich gewaar van zijn eenheid met de Heer die hij aanbidt en vereert. Dit is de allerhoogste ervaring van liefde voor de bhakta en is zelfs verheven boven mukhyabhakti.

Dit is wat het eerste gedeelte van dit vers betekent.

Het tweede deel beduidt dat volgens de bhaktisastras en ook het bewustzijn van de bhakta, de bhaktisadhana (bhakti-discipline) verheven is boven alle andere sadhanas zoals de jnana-, karma- en rajayoga-sadhana.

Vers 82. Bhakti, of liefde tot God, op zichzelf de eenheid, manifesteert zich op elf verschillende wijzen als :

1. liefde als verheerlijking van de gezegende hoedanigheden van de Heer;
2. liefde jegens Zijn betoverende schoonheid;
3. liefde tot het aanbidden en vereren;
4. liefde tot het voortdurend indachtig zijn;
5. liefde tot dienst aan de Heer;
6. liefde tot de Heer als de vriend;
7. liefde tot Hem als Zijn zoon;
8. liefde tot Hem als van een vrouw tot haar echtgenoot;
9. liefde als zelfovergave aan Hem;
10. liefde als volledig opgaan in Hem;
11. liefde als pijn door gescheiden te zijn van Hem.

Dit wil niet zeggen, dat er alleen maar deze elf soorten van liefde zijn; er kunnen zoveel soorten zijn als er menselijke verhoudingen zijn. Maar hoewel uiterlijk verschillend zijn het alle manifestaties van één liefde. Men kan de verschillen toeschrijven aan verschillen in smaak, voorkeur, voorliefde etc., voortspruitend uit vroegere **samskaras** van elk apart, of ten gevolge van een ondoorgrondelijk, goddelijk doel, dat op speciale wijze uitgewerkt moet worden. Zo scheppen bijvoorbeeld Narada en Vyasa er vreugde in om de heerlijkheid des Heren te bezingen, en anderen te bekeren tot geestelijk leven en liefde. De Gopis van Brindavan werden van nature aangetrokken door Krishna's betoverende schoonheid, waarin zij zich verlustigden; en grote rishis zoals Sanatkumara en Yajnavalkya gingen geheel en al op in Zijn zaligheid, wat niet wil zeggen, dat er in hun leven geen andere houding was tegen het Absolute; er is alleen maar mee bedoeld dat iedereen gekenmerkt wordt door een alles overheersende houding.

In Ramakrishna waren de verschillende houdingen op verschillende momenten te onderkennen. De elfde houding, die van pijn door het gescheiden zijn, hebben alle bhaktas met elkaar gemeen; immers intense liefde verdraagt het gescheiden zijn niet.

Vers 83. Aldus verklaren alle bhakti-leraren unaniem, zonder enige vrees voor kritiek van het publiek. Deze leraren zijn onder anderen : Narada's guru, Sanat Kumara, Vyasa, Suka, Sandilya, Garga, Aruni, Bali, Hanuman enz.

Uit het woord 'adi' enz. kunnen we opmaken, dat er nog vele anderen zijn. Er zijn onderling verschillende opvattingen over Parabhakti, maar allen zijn het onvoorwaardelijk eens met de leringen betreffende **aparabhakti**, zoals deze in dit boek beschreven zijn. Narada verwacht van ons, dat wij de leringen bestuderen en in toepassing brengen, zoals wij ze door gekregen hebben. Ook het leven en de geschriften van Christelijke en Sufi mystici, en de leringen van andere godsdiensten onderschrijven wat Narada zegt in zijn sutras ten volle.

Vers 84. Een ieder, die net als wij gelooft in deze zegenbrengende Boodschap van Narada en er vertrouwen in stelt, krijgt de Heer lief en komt tot de hoogste Zaligheid en het verhevenste levensdoel.

In deze laatste sutra vinden we een korte samenvatting van al de vorige. Door zijn boek Sivanusasana te noemen doet Narada ons de idee aan de hand, dat zijn leer slechts een anusasana (uiteenzetting) is over Siva : dat het als anusasana een leer is, die overeenstemt met of navolgt (volgend anu) de leringen (sasana) van alle bhaktas en dat het hierbij gaat om Siva, het Absolute.

Het doel, dat men moet bereiken, is de Allerhoogste Zaligheid, de realisatie van de eenheid met het paramatman door bhakti, de liefde tot de Heer, tot God. Men moet allereerst overtuigd zijn van het rationele van de leer en dit dan laten volgen door een oprechte poging om er naar te leven. Geloof, waarop dit dan ook gebaseerd is, imaginatie, smaak, voorkeur etc., kan soms van hulp zijn in de aanvangsstadia, maar het geloof of de overtuiging, die Narada wil dat zijn volgelingen tot ontwikkeling zullen brengen, moet gebaseerd zijn op een kritisch onderzoek van de leringen bij het licht van de rede. Het bezigen van dat woord 'geloof' stelt de willigheid van Narada voorop zijn boek te onderwerpen aan een onderzoek van de ratio, de rede, en zijn bereidheid toe te staan dat zijn lezer zijn onderscheidingsvermogen gebruikt om zijn leringen te accepteren of te verwerpen, al naar gelang de rede en de ervaring van de lezer dat uitmaken. Door de woorden, die hij gebruikt, geeft Narada aan dat naar zijn mening deze intellectuele overtuigingen - hoe nodig ze ook mogen zijn - geschraagd moeten worden door geloof en vertrouwen. **Sraddha** (geloof en vertrouwen) is een overtuiging die dynamisch is geworden en dat houdt niet alleen intellectuele instemming in, maar bereidheid, oprechtheid en ernst om de allerhoogste waarheid te realiseren door echt deze leringen in praktijk te brengen, als men overtuigd is van het rationele en het doelmatige ervan. Sraddha is niet alleen maar een gedeeltelijke respons van het intellect, maar een totale respons van het gehele apparaat van het denken, voelen en de rede op de realiteit, zoals de rede het presenteert aan het wikkende en wegende intellect. Het is niet zo, dat rede en geloof tegengestelden zijn, integendeel,

Narada houdt staande, dat er geen inherente tegenstelling is, maar dat rede (buddha) en geloof en vertrouwen (sraddha) in het geestelijk leven met elkaar samenwerken. En hierin is Narada het volkomen eens met de grote acaryas, of deze nu voorstanders zijn van jnana, bhakti of karma-yoga. Het komen tot de Allerhoogste zaligheid is niet iets dat komt door alleen maar zich in te spannen; het is een geschenk Gods en aldus wijst het op het element van Goddelijke genade bij de geestelijke realisatie.

In dit laatste vers schenkt Narada, alvorens afscheid te nemen van zijn lezers, hen zijn zegen opdat zij de genade Gods mogen verkrijgen en door die genade de Allerhoogste Zaligheid mogen realiseren, want hebben zij dit verworven, dan is reïncarnatie en het lijden in samsara verder uitgesloten.



RECTIFICATIE

In het juni-nummer van ons blad stond een gesprek met Erik Bruijn weergegeven, dat naverteld was met behulp van een bandopname. Aangezien dit niet zorgvuldig genoeg gebeurd is, komen er een aantal onjuistheden in voor die aanleiding gaven tot reacties. Aangezien in ons blad geen 'open brieven' worden opgenomen, kunnen we niet ingaan op het verzoek om brieven als zodanig te publiceren. Temeer daar Erik Bruijn heeft laten weten dat in een van de volgende uitgaven van het tijdschrift 'Prana' (uitgeverij Ankh-Hermes b.v. te Deventer) een artikel van hem zal verschijnen waarin hij het onderwerp 'Transcendente meditatie' uitvoerig zal behandelen. Hij hoopt dat de gerezen misverstanden daarmee alsnog uit de weg worden geruimd. Voor de onzorgvuldige weergave van het gesprek biedt de redactie haar verontschuldigingen aan.

