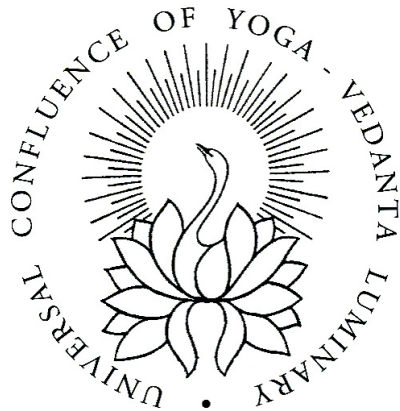


LUMINARY
SPIRITUEEL TIJDSCHRIFT



Universal Confluence of Yoga-Vedānta Luminary
Nederland
Secretariaat: Bramenstraat 59, 8411 RB Jubbega
Website: www.ucylned.org
Email: info@ucylned.org

Redactie van Luminary:
Pārvatī Stemmer, Henk Heinemans

Correspondentieadres:
Beersbeemden 12, 5525 BE Duizel
tel: 0497 514693
email adres: h.heinemans@planet.nl

Losse nummers
€ 1,50

Het tijdschrift verschijnt 2 keer per jaar (juni en december)

Kopij:
inleveren 2 maanden voor publicatie op het correspondentieadres
bij voorkeur elektronisch per email.

*De inhoud van de artikelen behoeft niet de mening van de
redactie te vertegenwoordigen*

SPIRITUEEL TIJDSCHRIFT LUMINARY
UITGAVE AUGUSTUS 2011

INHOUDSOPGAVE	bladzijde
BEWUSTZIJN (VIII) Svāmi Turiyānanda Sarasvatī uitwerking van de lezing door Cees Krijger	4
ŚANKARA Jawaharlal Nehru	11
EXCERPT UIT HET ARTIKEL 'EENHEID VAN LEVEN IN DE BHAGAVAD GITA' Uit: Self-knowledge, nr 61 - 2010 Vertaald en ingezonden door Mr̥dānī de Jong-Tubben	13
DENKEN EN BEWUSTZIJN (I) Herdruk uit 'Vedānta voor Oost en West' Svāmi Ghanānanda Vertaald en ingezonden door Jyotī Heinemans	16
OORDELEN, BEOORDELEN, VEROORDELEN EN VOORORDELEN Cees Krijger	18
U.C.Y.L. HAṬHAYOGA KLASSEN	22
ACTIVITEITENPROGRAMMA 2011	22
PUBLICATIES	23
U.C.Y.L. EEN SPIRITUELE ORGANISATIE	24

We hebben vanuit de Vedāntasāra gezien dat het vuur in het ijzer hetzelfde is als het vuur in de massa vuur. We hebben ook gezien dat het beperkte bewustzijn kwaliteiten heeft zoals: alwetendheid, oppermachtigheid, heerschappij over alles, waardoor we beseffen dat het niet het lichaam of het denken is dat die kwaliteiten bezit.

De mens wil van nature dingen weten. Misschien niet op een absolute manier, maar op een beperkte manier. Hij of zij wil dingen weten wanneer dat hem of haar het beste uitkomt. De mens wil van nature misschien niet oppermachtig zijn maar hij wil wel een bepaalde macht bezitten. We zien dat ook in de bloemen- en dierenwereld. We zien het in de mensenwereld. Het gaat erom dat van binnenuit een bepaalde heerschappij gewenst wordt. Het komt omdat het bewustzijn van nature oppermachtig is. Het is het machtigste dat er is; het heerst overal. Het houdt alles en iedereen in dit universum in een bepaalde orde, in een bepaalde beheertheid. Er is een natuurlijk verlangen in de mens om iets onder beheersing te hebben. Als alles chaos was en we hadden nergens het idee dat we ergens vat op hadden, dan zouden we van binnen ook heel chaotisch zijn en dienovereenkomstig heel ongelukkig. Uit al deze aspecten die we in ons dagelijkse leven tegenkomen, kunnen we zien dat het Bewustzijn of het Zelf gefragmenteerd te zien is. Ieder van ons heeft op bepaalde gebieden fragmenten van kennis; geen volledige kennis.

Door Brahman te kennen of te zijn, weet men alles. Er is dan niets dat niet gekend is. Het komt omdat al hetgeen te kennen is, gebaseerd is op de Al-kennis, het Al-bewustzijn. Hetzelfde geldt ten aanzien van heersen. Er is een natuurlijke neiging om te heersen. Als het in aanraking

komt met het beperkende vermogen van het ego, komen daaruit grote strijden voort. Wanneer we echter die fragmenten van beheersing zien dan weten we dat het uiteindelijk zijn basis heeft in het Al-bewustzijn; in de opperste Heerser. In het Engels wordt dat 'Lord' genoemd en in het Nederlands 'Heerser'. het wordt een 'opperste Heerser' omdat het om het goddelijke gaat. De moeder en de vader heersen over de kinderen. Wat groter of wijzer is, heerst over iets dat kleiner is of minder wijs. Dat is omdat het Bewustzijn opperheersend is en we vinden het in fragmenten overal terug in de wereld. De beperking, het ego, is niet zo machtig en heersend maar het ego beperkt de opperste Heerser. Niet werkelijk maar schijnbaar. Vanwege de associatie denkt het ego dat het heerst. Hetzelfde geldt voor andere facetten: liefde, vrede, geluk, bestaan, leven; al deze componenten die wij in ons dagelijkse leven in beperkte facetten kunnen waarnemen, vinden hun basis in het Alomtegenwoordige. Hoewel we nu 'leven' alleen maar begrijpen in termen van: 'ik leef' en 'jij leeft', weten we dat het slechts fragmenten zijn van een alomtegenwoordig Leven; een Leven dat voorbijgaat aan dit beperkte leven, meer omvattend en groter is dan dit beperkte leven.

De mens kan angstig zijn bijvoorbeeld als er iets met zijn lichaam gebeurt door ziekte of verzwakking. Zodra het denken zich enigszins kan losmaken van de identificatie met het lichaam, ziet het onmiddellijk dat dit niets met het lichaam te maken heeft. Het komt omdat het bewustzijn, het kennen en de innerlijke vrede absoluut niets te maken hebben met de uiterlijke vorm, het lichaam. Men kan als mens ziek zijn geweest of zich pijn hebben gedaan of de tegenovergestelde uiting, een groot genoeg hebben ondervonden door

middel van het lichaam. Het zijn verschillende vormen van afflicties, beter gezegd identificaties. Het is belangrijk dat we in staat zijn aan die identificaties voorbij te gaan door middel van onze intelligentie. Een intelligentie die weliswaar grof is ten opzichte van het absolute Bewustzijn, maar heel subtiel in verhouding tot het lichaam. De identificatie met het lichaam stopt onmiddellijk zodra we in staat zijn ons terug te trekken in de intelligentie die deze kennis bevat. We ondervinden dan geen zorgen of verdriet meer van het lijden van het lichaam en ook niet van het tegenovergestelde, plezier hebben. We verbreken dus het contact tussen het identificerende vermogen en het ego. Gezien vanuit een bepaald aspect wordt dan het contact verbroken met een bepaalde uiting van plezier in het lichaam of van het tegenovergestelde, pijn of ziekte. Het betekent niet dat door het verbreken van het contact het denken dan ophoudt. Het bovenstaande maakt duidelijk dat er een onderscheid is in de subtielere wereld: het denken, het onderscheiden en het herinneren. Men kan zich nog steeds dingen herinneren. Als we bij de tandarts een verdooving krijgen, voelen we wellicht niet de behandeling van een bepaalde tand door de tandarts. Het betekent echter geenszins dat we dan niet kunnen denken, niet kunnen herinneren, niet alle slechte en goede gevoelens omhoog kunnen halen zoals vrees, angst en het tegenovergestelde. Dat vindt allemaal nog steeds plaats. Het zijn twee afzonderlijke dingen. Daaruit blijkt dat er voorbij het lichaam, als we 'voorbij' in de juiste zin opvatten, iets is dat subtieler is. Ook voorbij het denken en de intelligentie is er iets dat nog subtieler is. Wanneer we dit weten en we ondergaan een bepaalde vorm van identificatie waarvan we ons bewust worden dat we dat niet willen, dan kunnen we proberen ons terug te trekken zoals we dat met slapen doen. We trekken ons echter niet terug door in

slaap te vallen maar door de intelligentie te gebruiken. Je kunt dit doen door in jezelf te zeggen: "Ik ben niet het lichaam maar ik ben het absolute Bewustzijn. Ik ben absoluut Geluk. Ik ben Absolute Zaligheid". En je kunt tegen jezelf zeggen: "Het lichaam kan pijn ondergaan of het lichaam kan iets plezierig vinden, maar ik ben die identificatie niet. Ik ben dat lichaam niet. Ik ben niet die zorg of dat verdriet. Ik ben dat plezier niet. Maar ik ben de absolute Zaligheid zelf". Zodra de disconnectie plaatsvindt met het ego, dat zich vastmaakt aan het lichaam en zijn zorgen, is men vrij. Daarom kunnen refreinen, een *mantra* of een uitspraak het herinneringsvermogen aanwakkeren.

Als het lichaam ziek is, moeten we die dingen doen die goed zijn om het lichaam weer gezond te maken. We moeten het niet opzij zetten als zijnde onbelangrijk. Als er iets niet goed is in het lichaam dan moet dat verbeterd worden. Het feit dat het ego zich volledig identificeert met de zorgen, als een gevolg van ziekte, of met pijn, of met ongenoegen, of bij plezier met het genoegen, is iets waar we wat aan kunnen doen. We worden ons ervan bewust dat we ziek zijn. Dat bewustzijn kan beperkt worden, vooral door een *tamoguna* ego dat zegt: "Ik vind dit heel onprettig". En door die identificatie wortelt het, het zet zich vast in die overtuiging, in het bewustzijn dat zegt: "Ik heb pijn". In ziekte, in pijn en ongenoegen is een bepaalde zwaarte, er is een bepaalde vorm van *tamoguna* in aanwezig. *Tamoguna* is altijd iets waar men zich moeilijk aan kan onttrekken. Dat komt omdat het zo kleverig is, en het versluiert het absolute Bewuste oftewel het positieve Bewuste als we deze term willen noemen. De *tamoguna* moet dus doorbroken worden. We zien dat heel duidelijk in de *hathayoga*. Alleen met een bepaalde inzet, met een bepaalde kracht en met een bepaalde overtuiging kunnen we in een

bepaalde houding komen. Vaak moeten we hiertoe aangezet worden en/of daarbij geholpen worden door een ander zoals een leraar. Het is voor het lichaam heel moeilijk om op eigen houtje op te staan wanneer het lichaam en het ego beiden in een staat van *tamoguna* zijn zoals 's nachts. Waarom? Omdat het lichaam zwaar is. Het lichaam is in een staat van *tamoguna*. Het ego, waarin het *tamoguna*-bewustzijn aanwezig is, zegt: "Ik ben moe. Ik voel mij loom. Ik ben slaperig". Het is zich bewust: "Ik wil slapen". Het *tamoguna*-ego, dat enerzijds gevoed wordt door het bewustzijn, wordt beperkt door de *tamoguna* die in het ego aanwezig is. Dat *tamoguna*-ego zegt: "Ik ben slaperig" en geeft tegelijkertijd de opdracht aan de intelligentie: "Zorg nu maar dat je een argument hebt om niet op te hoeven staan".

Het absolute bewustzijn is ook aanwezig in het beperkte bewustzijn in de zin van: "Ik ben mij bewust dat ik slaap". Het absolute Bewustzijn wordt echter beperkt door onwetendheid, het kan derhalve alleen door middel van kennis verkregen worden. De onwetendheid uit zich in bijvoorbeeld het ego. Het ego is het identificerende (vereenzelvigende) vermogen. Niet identificerend in de zin van: "Ik identificeer dat dit een appel of een peer is" maar: "Ik identificeer (vereenzelvig) mij met die appel of met die peer als zijnde iets dat ik wil hebben; iets dat ik aangenaam of onaangenaam vind". Wij zeggen daarom in plaats van: "Ik ben dit absolute Bestaan, ik ben dit absolute Bewustzijn" andere dingen zoals: "Ik ben dit lichaam; ik ben deze pijn; ik heb slaap; ik heb dit huis enzovoort". Het ego beperkt het absolute Bewustzijn via de onwetendheid. De beperking uit zich in het dagelijks leven zoals in de bovenstaande voorbeelden. Hoe meer *tamoguna* in het ego aanwezig is, des te meer het absolute Bewustzijn beperkt lijkt te worden. Er is al eerder gesproken over de identificatie

zoals: "Ik ben mij ervan bewust dat andere mensen naar mij kijken en daarom maak ik fouten, word ik ongelukkig, word ik verlegen". Het hulpmiddel dat de geschriften geven is door te zeggen: "Ik ben niet dat lichaam; ik ben niet ziek maar ik ben zaligheid". Dat geeft de mens de mogelijkheid om boven die fragmentarische bewustwordingen uit te stijgen; om uit de beknelling van de kortstondige en beperkte bewustwordingen te komen tot een veel grotere bewustwording.

Het kind denkt in termen van: "Ik ben, ik wil, ik heb honger, ik heb dorst". De ouders zijn er om te zeggen dat die bewustwording wat groter moet worden. In feite bestaat de hele jeugd uit het vergroten van dat bewustzijn. Het bewustzijn in de trant van: "Ik wil drinken en, mijn vader moet voor mij zorgen". Er bestaat niets anders daaromheen. Langzamerhand, met het uitgroeien van het denken en door het onderricht van de ouders, ontstaat er een bewustwording dat ouders ook moeten drinken en eten evenals broers en zussen, burens en andere mensen. De enkeling die door zijn opvoeding de bewustwording en dit bewustzijn van: "ik wil drinken en eten" uit kan breiden naar de hele wereld, zal het ego van "ik wil drinken" in de juiste context en beperking zien. Hij zal als een gevolg daarvan meer kennis hebben en veel minder de neiging hebben zelfzuchtig te zijn, de dingen alleen maar naar hemzelf toehalen, niet aan anderen denken. Hij zal derhalve juist wel aan anderen denken. Vanaf het baby zijn hebben we geleerd om het beperkte bewustzijn van: "ik wil drinken en eten" uit te breiden naar het ruimere bewustzijn dat we niet alleen zijn in onze verlangens en wensen en dat anderen ook moeten eten en leven".

Zo leren we ons aan te passen aan de structuur die er is binnen de sociale structuren waarin we leven. Het wezenlijke hiervan wordt geleerd als er ten aanzien

van religie en sociale gevoelens geleerd wordt dat het nog verder kan gaan dan alleen het aanpassen aan de sociale structuur, namelijk de essentie dat ieder mens eenzelfde mogelijkheid moet hebben om te eten en te drinken om zijn basisnoden voor het bestaan te kunnen vervullen. We leren dat we elkaar, inclusief onszelf, de gelegenheid moeten geven om die basisnoden te vervullen. De menselijke basisnoden zijn het onderhoud van het lichaam zoals: voeding, schoonmaken, het lichaam onderhouden; het onderhouden van sociale contacten, elkaar liefhebben, voor elkaar zorgen. Dat zijn geen dingen die we alleen maar uit verlangen willen hebben. Het zijn basisnoden voor de mens. Voor individuele mensen kunnen er specifieke individuele noden zijn. Bijvoorbeeld voor een musicus is het een individuele noodzaak dat hij over een bepaald muziekinstrument beschikt of een leraar heeft die zijn talenten als musicus traint. Tegelijkertijd is er ook de noodzaak dat er met elkaar, vanuit sociaal oogpunt, muziek beoefend wordt en dat ernaar geluisterd wordt. Zo is het niet alleen met de talenten van een musicus maar in het algemeen met alle talenten die wij omzetten in een bepaalde beroepsvaardigheid. Elke beroepsvaardigheid die er binnenin ons ligt, is in principe een behoefte om het te ontwikkelen en niet alleen te ontwikkelen maar ook om tijdens en na de ontwikkeling het met elkaar te delen. Stel dat je *hatha-yoga* leert. Je leert de *hathayoga* uit te dragen en deelt dat dan ook met anderen. Dit zijn noden, basisnoodzakelijkheden in het leven van de mens. Het vervullen van deze noden helpt tegelijkertijd om het bewustzijn iets te vergroten; van 'ik' naar 'wij', van 'wij' naar 'iedereen' en van 'iedereen' naar 'alles en iedereen'. Dit is de natuurlijke gang van zaken bij bijvoorbeeld de *hathayoga* of welk onderwerp je ook hebt geleerd. Een ander voorbeeld: het eten. We hebben geleerd te eten en later leren we

dat aan degene die we opvoeden. Zouden we dat niet doen dan zou het bewustzijn, waarvan onze ouders juist hebben geleerd het iets te verruimen, weer inkrimpen. Het inkrimpen van bewustzijn zien we vaak genoeg; wellicht in onszelf of in de maatschappij of in het algemeen. We gaan bijvoorbeeld de maatschappij in om een beroep uit te oefenen en het enige bewustzijn dat we daarbij hebben is dat 'ik' er baat bij moet hebben. Als je dus net van je ouders hebt geleerd je talenten met elkaar te delen en met die instelling je beroep uit te oefenen, kun je dat ruimere bewustzijn ook weer laten inkrimpen. Dat doe je zodra je zegt: "Ik heb dit beroep en ik heb het nodig om geld te verdienen, om enkel mijn eigen lichaam te onderhouden en misschien ook het lichaam van bijvoorbeeld mijn familieleden".

Het natuurlijke proces inzake het uitbreiden van het beperkte bewustzijn wordt in het dagelijks leven voortdurend aangesproken in de trant van het te verruimen van 'ik' naar 'wij', van 'wij' naar 'alles en iedereen'. Dat is nodig omdat het absolute Bewustzijn in alles en iedereen aanwezig is. Hoe verder we ons terugtrekken van het absolute Bewustzijn, hoe meer we zeggen: "ik ben mij bewust van mijn honger maar ik wil mij niet bewust zijn van jouw honger; ik ben mij bewust van mijn talenten maar ik wil mij niet bewust zijn van jouw talenten". Krimp je het bewustzijn weer in dan wordt het bekrompen. Hoe meer wij ons terugtrekken van het absolute Bewustzijn of van het sociale bewustzijn, hoe ongelukkiger we zullen worden. Hoe fanatieker we zullen worden en hoe zelfzuchtiger we zullen worden. Het betekent niet dat er geen bewustzijn is als je zegt: "Ik ben mij ervan bewust dat ik honger heb". Maar het bewustzijn, de beperking, het ego, is dan niet getraind om zich uit te breiden naar anderen. Het blijft beperkt, beperkt tot jezelf. Door egoïsme

en egocentriciteit sluiten we anderen uit. In principe hebben we de anderen nodig en omdat we hen uitsluiten, is er een totale onvrede. Je wordt steeds meer bekrompen en fanatieker als je niet weet dat egoïsme jou afsluit en anderen uitsluit terwijl je de anderen juist nodig hebt. De normale gang van zaken is als volgt: het kleine kind is zich alleen bewust van: "Ik moet eten". De ouders leren het kind vervolgens op welke wijze te eten, eerst voor zichzelf. Dan leren zij het kind langzamerhand het bewustzijn uit te breiden, dat het willen eten ook voor anderen geldt. Het bewustzijn van het kind omtrent zichzelf wordt daardoor veel beter; het wordt in een veel betere context geplaatst. Het kind kan dan veel beter zichzelf onderzoeken, herkennen, begrijpen.

In stilstaand bewustzijn, zoals in stilstaand water, wordt alles verward, vervuild en verontreinigd. In het individuele bewustzijn uit zich dat als: 'ik wil', 'ik heb honger', 'ik heb hier zin in'. Dat bewustzijn wordt beperkt en ogenschijnlijk vervuild en men wordt verward en ongelukkig en ook eenzaam en verlaten. Het zich openstellen voor anderen is op zich niet een belangrijk iets maar wel het leren hoe dat te doen. We leren eten, we leren lopen. We kunnen ook eten zonder het te leren. We leren echter te eten op een wijze waarop het lichaam daar het beste mee gebaat is. Dat moeten we leren. We volgen anders de zintuigen, we volgen het lichaam dat als het honger heeft de dingen opschrokt en dat is niet goed voor het lichaam. Er moet bijgevolg geleerd worden hoe te eten. Er moet ook geleerd worden hoe naar andere mensen te kijken. Er moet geleerd worden hoe het bewustzijn te vergroten, dat er ook een ander is. Al deze belangrijke en onbelangrijke dingen in het leven moeten onderwezen worden. Ze moeten geleerd worden. We zijn allemaal verschillend. De ene is een gevoelige mens die zich openstelt voor anderen en alleen de slechte dingen opneemt.

Er zijn mensen die heel gevoelig zijn en die alle verdriet van de ander opnemen. Daar zijn we echter niet mee gebaat; daar heeft niemand iets aan. Het denken neemt ook gemakkelijk het verdriet van de ander op of neemt het over omdat er veel verdriet in het menselijke denken aanwezig is (dat is een tendens in het menselijke denken). Neem bijvoorbeeld een film op de televisie waarin een scene plaatsvindt die heel dramatisch en heel droevig is. Veel mensen gaan huilen alleen al door er naar te kijken. Als je dan vraagt: "Heb jij dat ook meegeemaakt" behoeft dat niet zo te zijn. Het je op zo'n manier openstellen is niet anders dan een identificatie met bijvoorbeeld zo'n scene, en verder wordt er niets mee gedaan. Door te kijken naar die filmscene kun je niets voor de mensen doen en bovendien is het voor de acteurs alleen een kwestie van acteren. Het is niet zo dat zijzelf in een problematische situatie verkeren.

Onze ouders en leraren leren ons hoe bewust naar de ander te kijken zoals wanneer iemand gelukkig is, op welke manier we dan gelukkig kunnen zijn met en voor die ander. Er wordt ons geleerd niet jaloers te worden als iemand anders gelukkig is. Bijvoorbeeld wanneer bij iemand anders een bepaald talent de gelegenheid krijgt zich te ontplooien. Er wordt ons geleerd naar die ander te kijken op een wijze dat we niet jaloers worden maar juist heel blij voor de ander zijn. Waarom? Omdat hij blij is; hij is gelukkig; hij is gelukkig met het feit dat hij iets in zichzelf heeft kunnen ontwikkelen dat hem helpt bij zijn mens worden, in zijn menszijn. We kunnen echter ook een bewustwording in onszelf ontwikkelen in de trant van: "hij is gelukkig, maar ik ben niet gelukkig. Hij heeft dat talent, maar ik wil dat talent. Hij kan dat talent ontvouwen, maar wie helpt mij, niemand helpt mij". Worden we op zo'n manier bewust van onszelf en kijken we zo naar de ander dan zullen we jaloers wor-

den, haatdragend en boos worden op de ander en alleen maar de negatieve dingen in de andere mens zien. Er wordt ons door de wijze mensen om ons heen, zoals de ouders, geleerd dat we niet op die manier naar de mens moeten kijken.”.

We zijn ons bewust van ons mens-zijn en van het menszijn in de ander. We beseffen dan dat de ander als mens groeit als hij gelukkig is en zijn talenten kan ontplooiën. Wij onderhouden elkaar omdat wat de natie en de maatschappij betreft al onze talenten tezamen ten uitvoer worden gebracht. We weten hoe belangrijk het is dat anderen de gelegenheid krijgen hun talenten te ontplooiën, zelfs als zij dat beter kunnen dan wij. Een van de bewustwordingen is dus dat we door onze eigen allereerste emotie heen moeten van: “O, hij loopt harder dan ik. O, hij kan het beter dan ik” enzovoort. Probeer dat bewustzijn om te zetten in een blij zijn dat de ander het kan. Als iemand anders zwakker is dan wij en niet de gelegenheid krijgt om zijn talenten te ontplooiën, terwijl wij wel de gelegenheid hebben gekregen om dat te ontplooiën, om een baan te hebben, om een goed inkomen te hebben, een goed huis te hebben enzovoort, zeg dan niet: “Ha ha, ik ben veel beter dan jij, blijf jij maar zitten waar je bent. Daar zit je goed. Dan kan ik rijker worden. Dan kan ik gelukkiger zijn”. In plaats daarvan is het veel beter om de menselijke kwaliteit van medeleven op te roepen. Probeer bewust te worden van het feit dat iemand zwakker is, armer is, zieker is. Wanneer iemand in een minder rooskleurige toestand verkeert dan wij en er van nature van binnenin dat gevoel van liefde en medeleven is, dan is dat hetgeen in een moeder en een vader van nature naar boven komt als hun kind ziek is, vermoeid thuiskomt, ongelukkig thuiskomt van school, een examen niet heeft gehaald en daardoor van slag is. Het is een natuurlijk gebeuren in de mens dat medeleven om-

hoog te laten komen. We moeten leren dat we het niet alleen omhoog moeten laten komen ten opzichte van onze kinderen en de mensen in onze directe omgeving waar het gemakkelijk en natuurlijk verloopt. Laat het medeleven onmiddellijk omhoog komen wanneer de ander ongelukkig is, hij niet heeft wat wij wel hebben. Kijk maar onder kinderen. Het ene kind heeft een speelgoedje en alleen omdat de ene het speelgoed heeft, wil de andere het ook hebben. Niet noodzakelijkerwijs omdat het zelf dat speelgoed wil. Want in het geval dat je het kind dat speelgoed zou geven, gooit hij het weg omdat er geen werkelijke belangstelling is voor datgene wat de ander heeft. Er is echter belangstelling voor het feit dat de ander gelukkig is en jij niet gelukkig bent. Dat wordt gerelateerd aan hetgeen de ander doet of heeft. Wanneer zulke gevoelens opkomen, wordt ons geleerd ons bewust te zijn dat de ander een mens is, dat de ander ook moet groeien en dat het van belang is voor de ander maar ook voor ons allemaal. Het is voor ons allemaal van belang als iemand, waar dan ook, groeit in zijn talenten, in zijn kunnen, in zijn kennis, in zijn bewustzijn, in zijn kracht, in zijn gezondheid, in zijn spiritualiteit. Alles wat op de juiste manier groeit, elk bewustzijn dat iets groter wordt, wat minder bekrompen wordt door het ego, is voor iedere persoon van belang.

Het door een periode heen moeten van vergroting van kennis, is heel gevaarlijk. Een klein beetje vergroting van bewustzijn heeft zijn gevaarlijke kanten. Dat komt omdat het vergrote bewustzijn nog niet het absolute Bewustzijn is. Het is niet zo dat het bewustzijn gevaarlijk is, maar datgene waaraan het gekoppeld is. Een voorbeeld maakt dit meteen duidelijk. Stel, een kind heeft op school een nieuw vak geleerd. Het komt thuis en is er helemaal van onder de indruk. Het vergeet alles en iedereen en staat er niet bij stil dat ande-

ren het ook belangrijk vinden hun moeder te vertellen dat ze iets geleerd hebben. Wat het kind heeft geleerd, is wellicht alleen maar ‘veel’ in relatie tot helemaal ‘niets’ leren. In relatie tot het in zijn geheel kennen van het vak en het weten, is het echter nog helemaal niets. Zou men er vervolgens vanuit gaan dat men alles geleerd heeft omdat men plotseling iets heeft begrepen, dan is dat heel gevaarlijk want men heeft niet alles geleerd. Men heeft misschien geleerd hoe op een fiets te rijden, dat betekent echter nog niet dat men dan met de fiets overal, op alle wegen kan rijden. Weten we bijvoorbeeld hoe we moeten trappen door middel van de pedalen, dan weten we nog niet hoe we ons met die fiets door het verkeer kunnen begeven. We hebben wel iets geleerd maar nog niet alles. Het is niet gevaarlijk zolang we weten dat we nog maar een klein beetje hebben geleerd, zolang we het ego maar klein houden en weten dat er een absoluut Bewustzijn is. Het wordt echter gevaarlijk als we denken dat het kleine beetje bewustzijn het absolute Bewustzijn is. Het wordt gevaarlijk als gedacht wordt dat het kleine ego binnenin ons het absolute Bewustzijn is. Dat is het gevaar!

We leren van de ouders en de leerkrachten en later door onze ervaring en van vrienden en kennissen om het bewustzijn: ‘ik ben’, ‘ik wil’, ‘ik weet’, — het ego dat om het bewustzijn is gekronkeld — altijd ootmoedig te houden ten opzichte van het absolute Bewustzijn of ten opzichte van de mensen die dat absolute Bewustzijn kennen of ten opzichte van die aspecten in mensen die meer weten dan wij, als dat duidelijk is. Wanneer het bewustzijn er is aangaande ‘ik weet’, ‘ik wil weten’, ‘ik wil daar een bepaald prestige bij hebben’ dan kun je niet uitstaan dat anderen hetzelfde weten of meer weten of zelfs maar een klein beetje weten. Zo werkt het beperkte bewustzijn in ons dagelijkse leven. In algemene zin is het de onwetendheid die zich

uitdrukt in verschillende vormen van ego. Het ego is net als het wolkendek dat ons ervan weerhoudt de zon te zien. We zien nauwelijks enig licht als we op aarde staan en omhoog kijken en er is een zwaar donker wolkendek. We zien nauwelijks dat er een zon is. Dat is de staat waarin we zeggen: “Ik voel me ongelukkig. Ik ben bedroefd. Ik heb pijn. Ik ben ziek”. Gaan we echter met het vliegtuig van de intelligentie omhoog, boven het wolkendek dan is er meteen een volle zon. Een prachtige zon.

Onlangs, tijdens mijn vliegreis van Leeds naar Amsterdam, was er een heel vreemde gewaarwording. We vlogen net door de wolken heen. Boven de wolken was de zon en onder de wolken was de zonsondergang; een hele oranje lucht. Boven de wolken was de gehele zon; een stralende lichte zon. Zo is het ook in ons eigen leven. De wolken staan voor het ego, voor de onwetendheid. Wanneer wij onder de wolken van het ego, de onwetendheid, staan dan kunnen we niet zien dat er een absoluut Bewustzijn is. Er is dan slechts een bewustzijn in de trant van: “Ik voel mij ongelukkig, ik ben donker, ik heb pijn enzovoort.” Zodra we weten dat er boven de wolken, boven dat bepaalde ego, een totaal beeldverschil is, gaan we meteen met de intelligentie, met de kennis, door de wolken heen en zien we de hele verruiming van kennis. We kunnen daarin misschien wel waarnemen dat er wolken zijn, maar in eerste instantie zien die wolken er heel anders uit. Die wolken zien er vanaf de bovenkant heel licht uit; als watten zo wit. Maar van onderen zien die wolken er zwart en dreigend uit. Hoewel het een voorbeeld is, is het precies zo in ons eigen denken. Wanneer het ego als een wolkendek in ons denken hangt dan is alles zwaar. Maar boven die beperking, boven dat wolkendek is alles licht en datgene waar het licht op straalt, zoals op het wolkendek, zoals op het ego, wordt dan ook duidelijk als zodanig herkend en gezien

Uitwerking door Cees krijger

ŚANKARA

Śankarāchārya is de belichaming van Yoga en de Upaniṣadische waarheden. Hij is briljanter dan de zon, aangenamer dan de volle maan, dieper dan de oceanen, doordringender dan de ruimte of het licht en een oceaan van medeleven en wijsheid. Hij is de totaalsom van de intelligentie van heden, verleden en toekomst. Hij is bestaan – bewustzijn – zaligheid in de vorm van een universele leermeester. Zijn boek heeft een geweldige invloed gehad op de grote verwerkelijkte zielen van de twintigste eeuw in India, Svāmi Ramatirtha en Ramana Maharishi.

Svāmi Sadānanda Sarasvati

Geen metafysica is superieur aan die van Śankara
Prof. Karl Jaspers (1954)

Śankarā bouwt een subtiële en ingewikkelde theorie van kennis op die, uitgaande van bepaalde vooronderstellingen, stap voor stap, door middel van logisch argumenteren, leidt naar het volledige systeem van Advaita oftewel non-dualisme. De individuele ziel is geen afgescheiden eenheid maar de absolute Ziel zelf hoewel in enkele opzichten beperkt. Dit wordt vergeleken met de ruimte in een pot, terwijl de Ātman universele ruimte is. Voor praktische doeleinden kunnen ze als afzonderlijk van elkaar behandeld worden maar deze onderscheiding is alleen schijnbaar, niet werkelijk. Vrijheid bestaat in het verwerkelijken van deze eenheid, deze eenheid van het individu met de absolute Ziel.

De wereld van fenomenen die we om ons heen zien, wordt zo louter een reflectie van die werkelijkheid, als een schaduw die door deze op het empirische vlak wordt geworpen. Dit is *Maya* genoemd dat verkeerd vertaald is als 'illusie'. Het is echter geen non-existentie. Het is een intermediaire (tussenvorm tussen zijn en niet-zijn). Het is een soort relatief bestaan en zo brengt de idee van relativiteit ons misschien dichter bij de betekenis van *Maya*. Wat is dan goed en kwaad in deze wereld? Zijn deze ook louter reflecties en schaduwen zonder enige substanties? Wat ze ook mogen

zijn in de uiterste analyse van deze empirische wereld van ons, deze esthetische onderscheidingen hebben een validiteit en belangrijkheid. Ze zijn relevant waar individuen als zodanig functioneren.

Deze eindige individuen kunnen zich het oneindige niet voorstellen zonder het te beperken; ze kunnen er slechts beperkte en objectieve concepten van vormen. Toch rusten zelfs deze eindige vormen en concepten uiteindelijk in het oneindige en absolute. Hiervan uitgaande wordt de vorm van de godsdienst een relatieve aangelegenheid en ieder individu heeft de vrijheid zich zulke concepten te vormen als waartoe hij in staat is.

Over Śankara's houding en filosofie heerst een gevoel van wereldontkenning en een terugtrekken van de normale activiteiten van de wereld, op zoek naar die vrijheid van het zelf die voor hem het laatste doel was voor ieder mens. Er is ook een voortdurende aanzet tot zelfopoffering en onthechting.

En toch was Śankara iemand met verbazingwekkende energie en uitgebreide activiteiten. Hij was geen escapist die zich in zijn schulp of in een hoekje van het woud terugtrok om zijn eigen individuele perfectie te zoeken, zich niet bewust van wat er met anderen gebeurde. In Malabar, in het verre

zuiden van India geboren, reisde hij onafgebroken over heel India, talrijke mensen ontmoetend, argumenterend, debaterend, redenerend, overtuigend en hen vervullend met een deel van zijn eigen passie en reusachtige vitaliteit. Duidelijk was hij iemand die zich intens van zijn missie bewust was, iemand die naar geheel India keek, van Kaap Comorin tot de Himalaya, als zijn werkterrein en als iets dat cultureel samenhang en

nog duidelijk is.

Hij was een vreemde mengeling van filosoof en geleerde, agnosticus en mysticus, dichter en heilige; en bovendien een praktische hervormer en een bekwaam organisator. Hij bouwde, voor het eerst binnen de schoot der Brahmanen, tien religieuze ordes op en vier hiervan zijn vandaag de dag nog springlevend. Hij vestigde vier grote *matha* oftewel kloosters en plaatste hen ver



van dezelfde geest bezielde was, hoewel dit vele uiterlijke vormen kon aannemen.

Hij streefde er hard naar om een synthese te brengen in de diverse stromen die het denken van India in zijn dagen bemoeilijkte, en een eenheid op te bouwen in het uitzicht op de diversiteit. In een kort leven van tweëndertig jaar volbracht hij het werk van vele lange levens en liet een zodanige indruk van zijn krachtige geest en rijke persoonlijkheid op India na dat deze tegenwoordig

van elkaar, bijna op de vier hoeken van India.

Één van deze was in het zuiden in Sringeri in Mysore, een andere Puri aan de oostkust, de derde in Dvaraka in Kathiawad aan de westkust en de vierde in Badrinath in het hartje van de Himalaya.

OM

Jawaharlal Nehru,
de vroegere premier van India
uit: 'The discovery of India'
(Luminary maart 1973)

EXCERPT UIT HET ARTIKEL 'EENHEID VAN LEVEN IN DE BHAGAVAD GITA'

Uit: Self-knowledge, nr 61 - 2010
ingezonden door: Mrdáni de Jong-Tubben

De Gīta is het centrale geschrift van het Hinduïsme en is beschreven als een samenvatting, de melk van de koe van de Upanishads, van de leringen van de oude geschriften genaamd de Upanishads. Bhagavad Gīta betekent 'het lied van de Heer'.

Shri Krishna, de goddelijke incarnatie over wiens lippen de leringen zijn gegeven, beschrijft een wijs mens als volgt:

Hij (is een) die de eenheid van leven beoefend, ziet zijn eigen Zelf in alle wezens en alle wezens in zijn eigen Zelf, en kijkt naar alles met een onbevooroordeeld oog ... Hij die Mij ziet in alles en alles in Mij, hem zal ik nooit verlaten, noch zal mij verliezen.

Is dit Zelf persoonlijk of onpersoonlijk? De Upanishads noemen het Zelf 'Brahman', dat betekent het onpersoonlijke Absolute. Echter, één belangrijk verschil tussen deze oude geschriften en de Bhagavad Gita is de aanwezigheid van Krishna, die wel degelijk een persoon is. Krishna is, net als Jezus, zowel God als mens, alhoewel deze relatie toch wel anders begrepen wordt dan in de christelijke traditie. Hij nodigt zijn discipelen uit om toegewijd te zijn aan Hem, om 'Mij-toegewijd' te zijn, net zoals Jezus hen uitnodigt om 'trouw aan Hem te blijven'. Hij spreekt ook over zichzelf tot zijn krijger Arjuna op een manier zoals niemand het zou doen; net als Jezus doet in de Vierde Gospels.

In hoofdstuk 7, beschrijft Shri Krishna zijn lagere en hogere natuur, oftewel praktiti. De lagere natuur is achtvoudig verdeeld in aarde, water, vuur, lucht, ruimte, denken, intellect en ego. In dit concept zijn vijf fysieke elementen. Ieder fysiek object is noodzakelijkerwijs gemaakt uit verschillende delen van deze elementen. Een vogel

heeft daardoor meer lucht in zijn compositie dan een schildpad. Dit is een oerwetenschappelijk idee, en tegenwoordig heeft men steeds meer exacte kennis van de chemische elementen waar de dingen van zijn gemaakt. Maar de achtvoudige onderverdeling was niet bedoeld om daaromtrent informatie te geven. Het zorgt voor een holistische en ego-reducerende manier van denken: de mens en het universum zijn gemaakt van deze acht niveaus of elementen, elk iets subtieler dan de voorgaande.

Shri Krishna vertelde ons dat hij twee naturen had, de lagere achtvoudige mens, maar ook een hogere praktiti. In de hoofdstukken 7, 9 en 10 vertelt hij ons direct wie en wat hij is. Wij moeten deze woorden onthouden: 'Ik ben het Zelf, gezeteld in de harten van alle mensen.' Hij is het goddelijke binnen in ons allemaal, datgene in ons dat niet geplakt zit aan de wereld en haar beroeringen.

"Niets is hoger dan Ik. Alles hangt aan Mij als rijen parels aan een snoer. O Arjuna! Ik ben het vloeibare in water, het licht in de zon en de maan. Ik ben de mystieke lettergreep OM in de geschriften, het geluid in de ruimte, de kracht in de mens. Ik ben de geur van de aarde, de gloed van het vuur. Ik ben de levenskracht in alle wezens en de eenvoud van de asceten. Ik ben het eeuwige zaad van zijn. Ik ben de intelligentie van het intellect, Ik ben de grootsheid van alle pracht. Ik ben de kracht van al het sterke, van hen die vrij zijn van gehechtheid en verlangen, en, O Arjuna! Ik ben het verlangen naar rechtvaardigheid."

Shri Krishna laat ons hier zien hoe wij over het Zelf moeten denken, mijn zelf, jouw zelf. Hij zegt niet: "Ik ben al die dingen en jij bent het niet", omdat hij ons zegt: "Ik ben de Atma (het meest innerlijke Zelf) gezeteld in het hart van alle wezens", net

zoals hij Arjuna vertelt: "Ik ben Arjuna tussen de Pandavas." Hij geeft uitdrukking in de beste manier, in de ware poezie, in de aard van de werkelijkheid. Vraag jezelf af, is de realiteit in mij echt anders dan de realiteit in het universum? Hoe kan dat? Wij zeggen dat deze realiteit hetzelfde is als het werkelijke Zelf, en zijn aard is bewustzijn.

Deze manier van denken is de moeite waard om ter harte te nemen. In plaats van te zeggen: "Ik heb hoofdpijn, ik heb een pijnlijke knobbel, ik heb mijn geld verloren, ik maak me kwaad over dit of dat, of waar dan ook maar over, denk aan Shri Krishna's woorden:

"Ik ben de Vader van het Universum en ook de Moeder, Ik ben degene die hem koestert en zijn Grootvader, ik ben het gekende en de zuivere. Ik ben OM Ik ben het doel, Ik ben de Steun, Ik ben de God en de Getuige, Ik ben het Thuis, de Schuilplaats, de Geliefde en de Oorsprong ..."

Dit "Ik" refereert niet aan een persoon waarvan een memoire of biografie zou worden geschreven. Er kan worden vastgesteld dat de diepere lagen van ons wezen heilzaam zullen reageren op de diepe reflectie van deze woorden.

Shri Krishna geeft uitdrukking aan zijn hogere natuur en er is een hoofdstuk waaraan hij twintig verzen besteedt om uiting te geven van zijn goddelijke kwaliteiten. In principe is het over het algemeen zo dat wat mensen vereren als het beste, het meest krachtige, waarop ook hun bewondering en ontzag drijft, het een aspect is van Shri Krishna's hogere natuur, een venster in zichzelf. En met ongeëvenaarde gulheid zegt hij: 'Ik ben het Zelf gezeteld in het hart van alle wezens ... Ik ben Shri Krishna onder de Vrishni-clan en Arjuna onder de Pandavas.' Zo verklaart hij precies de persoon waarmee hij spreekt. Welk cadeau kan groter zijn dan de gave van iemands zelf?

Als tegenstelling vinden we de beperkte

versie van het Zelf, het nauwe zelfzuchtige zelf, gehegeld in hoofdstuk 16. Dit hoofdstuk laat de twee culturen zien, het goddelijke en het duivelse, de strijd tussen goed en kwaad. Het is een oorlog die wordt uitgespeeld in het hart van de mens wanneer hij worstelt tussen zijn sensualiteit en spiritualiteit. Veertien vernietigende kritische verzen zijn tweeduizend jaar geleden geschreven, en het is opmerkelijk hoe goed het de mens van nu beschrijft zonder haar te kennen. Shri Krishna zegt:

"Alle wezens zijn van twee klassen, goddelijken en goddelozen. De goddelijken heb ik beschreven; ik wil nu de anderen beschrijven. De goddelozen weten niet wat ze moeten doen, of hoe te onthechten. Ze kennen zuiverheid noch waarheid. Ze begrijpen de juiste gedragswijze niet... Zij geven zichzelf over aan onbevredigende passies, hypocrisie, zelf-genoegevoering en arrogantie, koesteren valse voorstellingen gebaseerd op misleiding, zij werken alleen om hun eigen onheilige doelen uit te dragen. Angstig bestuderen zij slechte voorstellen, die alleen maar eindigen in de dood, zij zoeken alleen het genot van verlangens als het hoogste goed, zijn niet in staat verder te kijken."

Zulke mensen zijn gelukkig zeldzaam, maar toch kennen we nog genoeg voorbeelden. Nu werkt de strijd tussen goed en kwaad, deugd en ondeugd, goed en fout, op ons allemaal in en speelt het zich af op de manier zoals wij omgaan met en reageren op andere mensen, in de keuzes die we dagelijks maken, en bij welke gelegenheid. Er zijn vele verborgen zaken verloren gegaan aan fouten en gebreken, en niet te vergeten, wat je had kunnen doen in die verloren tijd - iets creatiefs of educatiefs. Educatief betekent constructief. Voor alle constructieve bezigheden zijn inspanningen en verplichtingen noodzakelijk, terwijl het simpele principe achter alle slechte gewoonten is dat je iets kunt krijgen - geluk, plezier, vervoering, sensatie - zonder iets te doen.

Maar er is iets voorbij goed en kwaad, en dat is wijsheid. Wijsheid leert dat goed en kwaad onlosmakelijke met elkaar verbonden zijn, en je steeds moet werken aan het goede. Arjuna werd geconfronteerd met zijn taak om zijn eigen geliefde leraren te doden, hij kon het goede niet van het kwade onderscheiden. Maar, hij leerde dat hij steeds een goede en deugdzame strijd moest strijden. Hij leerde te vechten zonder gehechtheid en in vrede. De mens die zichzelf in alle wezens ziet en alle wezens in zichzelf is niet verontrust door de strijd tussen goed en kwaad, zelfs wanneer hij daaraan deelneemt.

In de Advaita filosofie wordt door middel van vele metaforen deze wijsheid duidelijk gemaakt. Stel je een collectie gouden figuren voor, allen hebben een menselijke vorm. Stel je verder voor dat ze levend zijn. Een van hen zegt: "Ik ben langer dan jij!". Een ander bluft: "Maar, ik ben sterker!". Een ander zucht: "Ik heb niet zoveel vrienden als hij." En weer een andere verklaart: "Ik verdien meer geld dan jullie allemaal!". Een echte goddeloze verkondigt: "Ik heb een vijand gedood, ik zal anderen doden, ik ben waardig er van te genieten, ik ben de Almachtige, ik ben volmaakt, machtig en gelukkig." Hij identificeert zich niet alleen met zijn kleine zelf, maar hij is misleid in zijn relatie met anderen. Vroeger of later zullen zijn trots en boosheid een grotere trots doen ontwaken in de figuren rondom hem en zal hij vernietigd worden. Onder hen is een wijs mens die zichzelf in alle wezens ziet, en alle wezens in zichzelf. Hij zegt: "Gooi ze allen in een oven en je zult zien dat deze vormen niets anders zijn dan goud. Ze waren goud toen ze trots op zichzelf waren en ook toen ze bescheiden waren; ze waren goud toen ze vochten en toen ze in vrede waren. Ik ben ook puur goud." Vergeleken met het feit dat het goud is, zijn alle kleine verschillen als het spel van kinderen.

Wat is dan de substantie waarvan we allemaal zijn gemaakt? Wat is de oermaterie?

Deze leer geeft een antwoord. Bewustzijn is de fundamentele substantie, in de Upanishads wordt het Brahman genoemd. Wetenschappers denken na over de vraag wat bewustzijn is, maar het is moeilijk om precies in woorden en symbolen uit te leggen wat het is. Dit komt omdat woorden afhankelijk zijn van het bewustzijn, terwijl bewustzijn niet afhankelijk is van woorden. Bewustzijn heeft veel gemeen met licht. Toen Shri Krishna zei: "*Ik ben de vloeistof in het water, Ik ben de glorie van de zon en de maan, Ik ben de potentie in de mens, Ik ben de leeuw onder de dieren en de arend onder de vogels*", benoemde hij de kwaliteiten van het oerbeeld van de dingen. Zoals rood, oranje, geel, groen, blauw, indigo en violet - de kleuren van de regenboog - onzichtbaar zijn in het witte licht, zo blijven alle kwaliteiten en oerbeelden die onze bewondering, verwondering en verering oproepen onzichtbaar in zuiver bewustzijn. En dit zuivere bewustzijn daarvan zijn wij gemaakt, om zo maar te zeggen. Het is wat we zijn, en beter nog, als Shri Krishna het Zelf is van alle wezens, het is wie we zijn.

Hoe kunnen we deze waarheid realiseren? Het onderwijs in Yoga behandelt alle kanten van de menselijke natuur en de hele menselijke conditie. Een gewone leraar zal helpen persoonlijke vaardigheden te ontwikkelen zoals dansen, koken enzovoort. Yoga omvat de innerlijke wereld die opleiding behoeft, dus wordt er gewerkt aan wilskracht, gevoelens en intellect. Maar boven alles onderwijst Yoga vrede, geluk en zaligheid als onze ware natuur.

We hebben een gedachtenlijn beschouwd over de werkelijkheid in ons zelf en de natuur van het ware Zelf. Er zijn vele nuttige gedachten hier en daar gevonden, en een van de geheimen van het leven is om ze je eigen te maken door er diep over na te denken, of misschien, nóg dieper over na te denken. Iedereen die zich de gedachten van de Bhagavad Gita eigen maakt, zal zich verenigen met Shri Krishna's lied van bevrijding.

DENKEN EN BEWUSTZIJN (I)

(Mind and Consciousness)

herdrukt uit 'Vedānta voor Oost en West'

Svāmi Ghanānanda

ingezonden stuk door Jyoti Heinemans

Het concept

Introductie: —

De psychologie van het hedendaagse Europa is geen echte psychologie in de strikte betekenis van het woord omdat zij het bestaan van de psyche, de ziel, niet erkent. Schopenhauer observeerde terecht: "De studie van psychologie is vergeefs want er is geen psyche." Het kan slechts fysiologische-psychologie worden genoemd. Professor Hiram Corson van de Cornell Universiteit noemde het meestal somatologie. Indiase psychologie aan de andere kant, is zowel uitgebreid als diep. In Oost of West is geen psychologisch-filosofisch systeem zo compleet en zo diepzinnig als het systeem van Patanjali. Er is opvallend onderscheid in het concept van 'denken en bewustzijn' in de Indiase psychologie en de psychologie van het Westen.

Denken is materie: —

Het is heel nuttig onszelf te oefenen in het associëren van Sanskriet termen met hun exacte betekenis omdat het bijna onmogelijk is bepaalde Sanskriet termen te vergelijken met Engelse woorden. 'Denken' en 'bewustzijn' zijn twee typische voorbeelden. Meestal wordt '*manas*' vertaald als 'denken' (E. mind) maar de betekenissen van deze twee zijn beslist niet hetzelfde. *Manas* is materie en object in de Indiase psychologie. Het zijn niet de hersenen, die zijn grofstoffelijke materie en een instrument van *manas*. De hersenen verdwijnen bij de dood van het lichaam, echter niet *manas* dat gemaakt is van subtiele materie en dat derhalve het lichaam verlaat ten tijde van de dood. Zelfs een fervente westerse idealist die het denken beschouwt als

een uitscheiding van de hersenen, zal niet erkennen dat het denken materie is. Hij kan het afgescheiden bestaan als entiteit daarvan ontkennen, maar hij kijkt ernaar als een subject en niet als object. Bijgevolg kan het woord '*manas*' niet worden vertaald als 'denken' (E. mind) zonder dat het belemmerende associaties doet rijzen in het denken van de lezer, die niets van doen hebben met de werkelijke betekenis van de Sanskriet term. In dit artikel is dus vastgehouden aan '*manas*' zonder vertaling. Deze *manas* verbindt zichzelf met de zintuigen en ontvangt de sensaties die geproduceerd worden door de voorwerpen van de uiterlijke wereld. Ten tweede, het woord '*buddhi*', dat is ook tamelijk moeilijk te vertalen, maar zijn betekenis kan aangeduid worden door een omschrijving: 'het determinerende vermogen' of 'het vermogen van onderscheiding'. Ten derde, *ahaṅkāra* (egoïsme) is zelfbewustzijn en we weten dat zelf-bewustzijn de basis is van alle kennen zoals: "Ik zie dit", "Ik zie dat". Deze *ahaṅkāra* echter is een werking van materie hetgeen objectief is en niet van het Zelf, het subject. Ten vierde, het woord 'bewustzijn' (E. consciousness) is niet gebruikt in de zin van een mentale toestand maar in de zin van iemands gewaarwording van mentale toestanden, los van de toestanden zelf — in de zin waarin Huxley, en ook Ribot, Binet en anderen van de Franse school van psychologie het woord hebben gebruikt.

Manas (dat deel van het denken dat indrukken ontvangt van de uiterlijke wereld), *buddhi* (het determinerende vermogen), *ahaṅkāra* (egoïsme) en *citta* (het onderbewustzijn of dat deel van het denken waarin reeds in het verleden

ontvangen indrukken of beelden zijn opgeslagen) is het gestel dat de *antahkarana* (letterlijke betekenis: het inwendige orgaan van waarneming) wordt genoemd en maken deel daarvan uit. We mogen het woord 'denken' (E. mind) gebruiken voor *antahkarana*.

Als ik een bloem zie, raken stralen die eruit voortkomen het oog dat slechts een uitwendig instrument is van het zintuig van zien. Het oog zendt de zintuiglijke waarneming naar het gezichtszintuig hetgeen de optische zenuw in de hersenen is. Dit zenuwcentrum stuurt het door naar de *manas* (inderdaad, de *manas* verbindt zichzelf met het gezichtszintuig, maar als men mentaal afwezig is, wat betekent dat de *manas* zichzelf niet verbindt met het gezichtszintuig, kan ik de bloem niet zien ofschoon mijn ogen wijd open kunnen zijn). De *manas* zendt dan het beeld of de indruk naar de *buddhi* (de determinerende factor). De werking van *buddhi* is met de snelheid van het licht over de vakjes van de *citta* (het onderbewuste denken) gaan waarin herinneringen zijn opgeslagen van ontelbare voorwerpen en bezien of de nieuwe indruk overeenkomt met een van de oude indrukken. Wanneer de nieuwe indruk overeenkomt en de identiteit van de nieuwe indruk wordt herkend als die van een bloem en niet van iets anders, presenteert de *buddhi* (de determinerende factor) de indruk

aan iets permanents in de mens dat overeenkomt met het bewegingloze scherm in de bioscoop, waarop stralen worden geprojecteerd om beelden te vormen. Dit is de ziel van de mens, de *Purusa*, de Ziener. Vervolgens heeft een 'reactie' plaats en de indruk reist terug van het ego naar de *buddhi*, van de *buddhi* naar de *manas*, van de *manas* naar het optische zenuwcentrum in de hersenen en vandaar uit naar het oog, en alleen dan is het proces¹ waarbij zien plaatsvindt, volledig. (¹Zie Svāmi Vivekānanda's Complete Works, II. 265-7).

Vedānta houdt voor dat het ego evenals *manas*, *buddhi* en *citta* van zichzelf onbewust en onwetend is. Al deze vier delen van de *antahkarana* (het inwendige orgaan van waarneming) liggen binnenin de schoot van materie en zijn gemaakt van subtiel materiaal. Zij zijn bijgevolg verstoken van bewustzijn. Dit betekent het als het ego bewustzijn naar buiten flitst, wat er gebeurt, is dat het licht van Bewustzijn, van het Zelf in de mens, hetgeen immaterieel is, op de *antahkarana* valt en het gehele mentale proces doet oplichten en datgene teweegbrengt wat gekend is als ego-bewustzijn. Zonder het licht van Bewustzijn zou geen waarneming mogelijk zijn. Als een mens zich bewust wordt van de waarneming, is dit bewustzijn van hem de weerspiegeling van het licht van Bewustzijn op zijn denken en zintuigen.

DEUGDEN VAN DHARMA

★De ware naam van ons filosofische systeem is *Sanātana Dharma* oftewel de Eeuwige Wet. Het dateert niet van een bepaald tijdstip of begint bij een bepaalde stichter. Eeuwig zijnde, is het eveneens universeel. Het kent geen territoriale jurisdictie. Alle geboren wezens en wezens die nog geboren worden, behoren ertoe.

★Niemand kan ontsnappen aan deze wet, of zij toegeven aan zijn bindende kracht of niet. De eeuwige waarheid die vuur doet branden, is voor zijn geldigheid niet afhankelijk van onze trouw daaraan. Als wij de waarheid accepteren, des te beter voor ons. Als we dat niet doen, des te slechter voor ons. In beide gevallen is de wet daar, onveranderlijk, universeel en eeuwig. Zo is ons *Sanātana Dharma*.

Uit: Gouden Woorden, leringen van Jagadguru Sri Chandrasekhara Bharati Mahasvāmīgal

OORDELEN, BEOORDELEN, VEROORDELEN EN VOORORDELEN

door Cees Krijger

We kennen allemaal het woord oordeel. Het oordelen over iemand. Zoals bij de rechtbank waar een oordeel uitgesproken wordt of iemand wel dan niet schuldig bevonden wordt aan een misdrijf. In de (katholieke) kerk spreekt men van het Laatste Oordeel of de Dag des Oordeels. Dat is de jongste dag waarop volgens de Bijbelse leer, God een eindoordeel zal uitspreken over de mens. Je kunt ook op het werk beoordeeld worden of je aan de verwachtingen voldoet en aan welke punten er gewerkt zou moeten worden ter verbetering. De woorden oordeel, beoordeling hebben nogal gauw een wat negatieve bijklank in onze oren. Het wordt snel geassocieerd met: afgewezen worden, falen, niet voldoen aan de gestelde eisen, het gevonnist worden. Veel mensen voelen zich niet behaaglijk als er bijvoorbeeld op het werk weer een beoordelingsronde zit aan te komen. Je weet maar nooit hoe er over jou gedacht, geoordeeld zal worden, hoe je beoordeeld zal worden. Oordelen wordt derhalve in ons gedachtepatroon al heel gauw geassocieerd met veroordeling, het veroordeeld worden. Misschien hebben velen diep in zichzelf wel een soort van constante verwachting door anderen veroordeeld te zullen worden.

Het bovenstaande handelt dus meer over een ietwat passievere vorm: anderen die over jou oordelen, die jou beoordelen of misschien wel veroordelen. Maar zelf kunnen we er misschien ook wel wat van. Hoe snel staan we misschien zelf niet met ons oordeel klaar over mensen die er niet dezelfde gedachten, gewoonten en interesses op na houden als wijzelf. Hoe snel staan wij soms niet klaar om een misschien wel hard en afwijzend oordeel over een ander of anderen uit te spreken. De Bijbel heeft hierover ook een paar mooie en passende spreuken: "Oordeelt niet opdat gij niet zelf onder het oordeel valle." En ook: "Gij ziet wel de splinter in andermans oog, maar geenszins de balk in het eigen oog." Hetgeen vertaald betekent: je kunt

een heel scherp oog hebben voor de kleinste gebreken in de ander, maar tegelijkertijd steekblind zijn voor grote fouten in je zelf.

Het oordelen, beoordelen, veroordelen van de ander kan zijn omdat hij er anders uit ziet, anders gekleed is, anders geaard is, anders loopt, een anders huidskleur heeft, uit een ander land of milieu komt enzovoort. Het is een vorm van projectie, van opvattingen in onszelf die we in de ander niet kunnen verdragen of accepteren. De ander voldoet niet aan ons beeld dat wij hebben waar die ander echter wel aan zou moeten voldoen, wil hij of zij niet onder ons oordeel vallen. Hij is niet een van ons; hij valt er buiten, is een outsider misschien zelfs een outcast. Hij moet dus veroordeeld, afgewezen worden. De ander komt niet overeen met de wensen en verlangens die wij in ons hebben waar de ander aan zou moeten voldoen. Je projecteert jouw maatstaven op de ander. Maatstaven heeft met meten te maken. De ander wordt gemeten naar jouw ongetwijfeld superieure maatstaven.

Uit de Bhagavad Gīta kennen wij het verhaal van Arjuna. Arjuna is een prins en een machtige krijger conform zijn *dharma*, en zijn capaciteiten. Als hij echter op het slagveld staat en moet vechten, raakt hij van zijn stuk en wil hij zijn taak niet uitvoeren. Een taak die nodig is om onrechtvaardigheid te bestrijden. Krishna wijst hem erop dat het zijn taak is om te vechten en dat hij niet bang moet zijn anderen te doden of zelf gedood te worden. Dat ligt nu eenmaal in het *dharma* van krijgerschap besloten. Krishna wijst hem er ook op dat wanneer hij zijn taak verzaakt, hij zijn opgebouwde eer en reputatie zal verliezen en dat hij geminacht zal gaan worden.

Hieronder uit Luminary mei-juni 1981 het commentaar van Svāmi Sadānanda Sarasvati op Bhagavad Gīta, II

vers 34 : Niettegenstaande

dat, zullen de mensen uw eeuwigdurende ongenade naver-tellen. Ongenade is erger dan de dood, voor een man met een grote reputatie

Commentaar: Dit vers legt de gevolgen uit van zijn neutrale houding tegenover zijn eigen dharma.

“De mensen zullen heel lang met afkeer over u spreken, bijna eeuwig, zolang de wereld bestaat. Smaad leeft meer, is effectiever en actiever dan faam omdat de mensen in het algemeen alleen geïnteresseerd zijn in dingen die zij begrijpen en ook voor hen uitvoerbaar is. Naam en faam is voor de meeste mensen niet bereikbaar vandaar dat zij heel erg geïnteresseerd zijn in het afbreken van karakters. De mensen zullen zo’n gelegenheid nooit voorbij laten gaan, zelfs al zou de naam en faam reiken tot aan de blauwe hemel of schitteren als de glans van de maan. Wanneer de mensen een ogenschijnlijke fout bij iemand kunnen ontdekken, zelfs in hun verbeelding, zullen ze deze net zo lang aandikken totdat hun naam en faam verduisterd is. Dat is hun aard. Mensen verraden zichzelf door hun gehechtheid aan slechte dingen in anderen en in zichzelf. Zij zullen nooit profijt hebben van de wijsheid van vele wijze mannen. Zij denken er zelden aan zichzelf te verbeteren, maar streven er altijd naar hun eigen slechte karakter te rechtvaardigen door op andermans fouten te wijzen. Daarom zijn ook sommige personen zeer handig in het vinden van een fout bij iemand die door de mensen als groot wordt beschouwd, en ze zijn er in geïnteresseerd deze te verspreiden.

“Daarom, als u hen die kans geeft, zullen ze beslist kwaadspreken van de duidelijke blunder, voortvloeiend uit uw neutrale houding, en al uw grootheid vergeten. Dit zal duren, zolang de wereld bestaat. Een heerlijke geur duurt maar kort maar een smerige lucht blijft lang hangen. Om het slachtoffer te worden van zo’n blunder zoals uw neutrale houding is erger dan de dood voor iemand die naam en faam

door eigen verdiensten verworven heeft. Eer, naam en faam is een groter bezit voor een mens met een gezin. Reputatie is van groot belang voor een persoon die een gezinsleven leidt. Maar op deze manier gaat u deze verliezen, hoewel u de hoogste reputatie hebt die u door uw eigen verdienste verwierf”.

Tot zover dit commentaar waarin duidelijk naar voren komt hoe snel mensen geneigd zijn het negatieve in de ander naar voren te halen als de kans zich voordoet. Een mooi voorbeeld van de al hiervoor aangehaalde Bijbelse spreuk: Niet de balk in het eigen oog zien, maar wel een splinter in andermans oog. Hoevelen scheppen er geen genoegen in om een respectabel mens te zien afglijden door een fout die hij of zij gemaakt heeft of vermeend gemaakt heeft. Hoe wordt er niet gesmuld wanneer bijvoorbeeld een minister of een hoge functionaris in een seksschandaal terecht is gekomen? Zoals Svāmi Sadānanda ook stelde: velen zijn niet in staat om een functie of positie die hen naam en faam verleent te bereiken. (Alhoewel naam en faam ook tot een sterke gehechtheid kan leiden). Wat men echter wel kan bereiken is het naar beneden trekken van anderen; dat is ook veel gemakkelijker. Dat kost niet zo veel moeite en je vindt er vaak ook nog een ontvankelijk oor voor bij anderen.

Een voorbeeld van veroordeling en vooroordeel: een presentatrice en ex-zangeres was bezig met de voorbereidingen van een nieuw theaterprogramma waarin het oordeel centraal staat. Waarom? Omdat oordelen vaak zo’n sterke positie in ons leven inneemt. Zij vertelt hoe zij op school vanwege haar afkomst werd veroordeeld en dat de andere persoon autoriteit afdwong door te kleineren. Het gevolg hiervan voor haar was een blijvend autoriteitsprobleem. Een ander voorbeeld: een krantenartikel over dezelfde persoon stond vol met labels zoals ondermeer: klein, te oud, een grachtengordeltype, spontaan en ex-zangeres. Mensen raakten in verwarring door de vereenzelviging met de verhalen en de roddels die werden geschreven. Had men geweten dat men alleen maar ‘is’, een ‘Zijn’

zonder toevoegingen dan zou er nooit meer een probleem of verwarring kunnen ontstaan aangaande wie men is. Want men ‘IS’ alleen maar. Meer niet.

Verder met de angst voor beoordeling, veroordeling. De angst om beoordeeld of sterker nog, veroordeeld te worden kan bij een aantal mensen maken dat men zijn authenticiteit gaat inleveren, dat men zich misschien wel oneigenlijk gaat aanpassen en conformeren aan anderen om zodoende te kunnen ont-komen aan het vernietigende zwaard van de afwijzing door de buitenwereld. In dat geval gaat men zijn binnenwereld helemaal richten op wat de buitenwereld van je verwacht. Een uiterst vermoeiende bezigheid die je kan doen vervreemden van jezelf. Iemand heeft eens gezegd: “Een van de belangrijkste lessen die we allemaal moeten leren en blijven leren is dat we niet over anderen moeten oordelen. Je kunt anderen niet altijd begrijpen, net zo min als dat de ander jou altijd kan begrijpen.”

Oordelen heeft iets van afkeuring, verwerping. Wat in de ander haaks staat op bepaalde eigenschappen in jezelf, kun je onbegrijpelijk vinden en daardoor afwijzen, verwerpen. Het kan je zelfs woedend, razend maken en tot geweld aanzetten. Een oordeel over anderen hebben kan ook met minachting te maken hebben. Wij zijn immers zelf zo geweldig? En hoe geweldig wij ons zelf vinden, des te sterker wij op de ander kunnen neerkijken. Minachting heeft met hiërarchie te maken, heeft met een rangvolgorde te maken. Het heeft te maken met wat jij superieur en geweldig in jezelf vindt en derhalve inferieur, onder de maat bij een ander. Minachting is een vorm van zelfverheffing. Oordelen vanuit minachting heeft iets hooghartigs: “Ik ben beter dan jij”. Je kijkt vanuit jouw troon, vanuit jouw verheven positie, vanuit jouw zelfopgerichte voetstuk neer op de ander. En misschien heb je het (nog) wel nodig om jezelf superieur aan de ander te voelen, bijvoorbeeld om daarmee bepaalde pijnen in jezelf niet te hoeven voelen. Als dat zo is, ga dat dan eens bij jezelf na. Je kunt ook heel veel kritiek op anderen hebben, heel oordelend en veroor-delend naar anderen zijn om jezelf zodoende buiten schot te kunnen houden. Het kan een

camouflagetechniek zijn, een afleidingsstrategie, een afweermethode. Zolang je de ander onder schot houdt kan hij jou niet beschieten. Zolang jij over anderen oordeelt hoef je niet je eigen angsten, problemen, fouten, tekortkomingen te onderzoeken en onder ogen te zien, te verbeteren. Iemand kan dus anderen beoordelen en bekritisieren om zodoende aan zijn eigen kwetsbare stukken, faalangsten, frustraties, onmacht en onkunde te kunnen ontsnappen. Ook in het een ander ongevraagd adviseren in de vorm van: “Ik weet immers het beste wat goed is voor jou” kan een stuk veroordeling schuilgaan. Hij doet het kennelijk in onze ogen niet goed genoeg. We kunnen anderen veroordelen omdat die ander in onze ogen er bespottelijke dingen op na houdt. Maar misschien vindt die ander dat ook wel van ons. Hoe zou jij het vinden als een ander jou regelmatig neerbuigend bekritisert en veroordeelt? Kun je je dan een beetje in een ander verplaatsen hoe die dat dan voelt?

Een andere vorm van oordelen, veroordelen is het oordelen over jezelf uitmondend in een veroordeling van jezelf. Men kan dus ook zichzelf veroordelen. Dat kan zelfs zo ver gaan dat men binnenin zichzelf rechtbankje speelt waarbij de uitkomst al van te voren vast staat: Schuldig bevonden. In de gewone rechtbank komt er dan nog een advocaat aan te pas, maar mensen die zichzelf vonnissen doen dat zonder innerlijke advocaat. Er bestaan voor hen geen verzachtende omstandigheden. Er is maar één eindoordeel en dat is schuldig. Men spreekt een vernietigend oordeel over zichzelf uit: Afgewezen, niet goed genoeg bevonden. Over en uit. Oordelen, veroordelen heeft met acceptatie te maken. In de eerste plaats het accepteren van zichzelf. In de tweede plaats daaruit volgend het accepteren van de ander. Het over iemand als persoon oordelen is dus niet zo goed want dat betekent dat je die ander niet accepteert als persoon. Het jezelf veroordelen is evenmin goed want dat betekent dat je jezelf af wijst. Betekent dat dan dat je niets van anderen en van jezelf kunt en mag verwachten? Is dan alles toegestaan en gepermitteerd? Uiteraard niet. Het gaat om het onderscheidingsvermogen. Slechte daden zijn slechte daden. Slecht

gedrag is slecht gedrag, zowel bij jezelf als in anderen. Slecht en onmaatschappelijk gedrag moet bekritiseerd, veroordeeld worden. Maar dat is nog was anders dan de persoon erachter veroordelen. Neem maar weer de rechtbank. De rechtbank kan terecht iemand naar de gevangenis sturen als bewezen is dat iemand in de fout is gegaan en hij straf verdient, moet boeten. In de vooroorlogse visserij trof je in de duinen van onze vissersplaatsen zogenaamde boetschuren aan. Hier zaten vrouwen en meisjes de gehele dag visnetten te boeten, te herstellen. Boeten heeft te maken met herstellen, met goedmaken. Gevangenisstraf heeft als functie bezinning, tot bezinning komen om door te later dringen waar het fout is gegaan teneinde in de toekomst nieuwe fouten te voorkomen. Een periode van boetedoening, van herstel dus. Of het altijd daar van komt is deel twee. Dat hangt er ook van af hoe boetvaardig, berouwvol iemand is of zal worden. Ook bijvoorbeeld een geldboete vanwege te hard rijden heeft als functie tot bezinning te komen. Iemand kan dus terecht veroordeeld worden vanwege gepleegde misdaden. Maar aan die veroordeling hoeft geen minachting te pas te komen. De reeds meerdere malen aangehaalde Bijbel zegt: Wie zonder zonde is die werpe de eerste steen. En elders: Wie staat, laat die erop toezien dat hij niet zal vallen.

Iedereen heeft een ander wel eens iets aangedaan. En anderen ons. Als wij richting anderen fouten hebben gemaakt, dienen wij het boetekleed aan te trekken. Weer dat boeten. Niet om onszelf een stempel van een veroordelende afwijzing op te drukken, maar om er van te leren en onze fouten trachten goed te maken. En wanneer anderen jou iets aangedaan hebben, heb je de innerlijke keuze om te verblijven in destructieve emoties zoals woede, haat, verwensingen enzovoort of om de ander te vergeven. Vergeven is in de eerste plaats een cadeau aan je zelf. Je verlost jezelf daarmee uit je eigen gevangenis van haat en andere zelfdestructieve gevoelens. Vergeven is evenwel niet hetzelfde als goedpraten. Beslist niet. Maar vergeven betekent wel dat je inziet dat wat een ander jou heeft aangedaan, gebeurd is vanuit zijn of haar beperkte kennis en dat hij of zij ook eens de gevolgen

daarvan zal ondergaan. Als je vergeeft ben je niet de zwakkere partij, een watje, de mindere, de verliezer. Je bent dan in feite winnaar van je zelf. Het heeft iets groots. Een ander vergeven kan heel moeilijk zijn. Maar jezelf vergeven kan dat soms ook. En waarom? Omdat je dan moet inzien dat je geen perfect mens bent die geen fouten kan maken. Je moet als het ware je eigen voetstuk waarop je jezelf als ideaal ziet, stuk zagen. Veel mensen slepen tonnen bagage in de vorm van schuldgevoelens, zelfverwijt en andere wroegingen met zich mee. Als je daadwerkelijk tot de conclusie bent gekomen dat je fouten hebt gemaakt kun je jezelf de vraag stellen of je met de kennis die je toen had die fouten had kunnen voorkomen en of je wel anders had kunnen handelen. Gooi de ballast van je af met de intentie dat het leven een leerproces is en dat gemaakte fouten, hoe erg ze wellicht ook geweest kunnen zijn, ook de aandrijfmotor geweest kunnen zijn, of zijn, of gaan worden om meer kennis te verzamelen en het beter proberen te doen. En soms zijn fouten niet eens zo erg geweest maar zijn ze in je denkwereld opgeklopt tot een wolkenkrabber.

Tenslotte: Waarom zit er in de mens geen gradatieverschil? Er zijn wel gradatieverschillen. De ene mens kan beter leren dan de ander. De ene mens gedraagt zich beter dan de ander. Maar op het allerdiepste niveau, de basis, is er geen verschil. Ondanks alle mogelijke vormen van gedragingen en manifestaties en capaciteiten is de basis van ieder wezen gelijk, eender. In de basis zit geen enkel gradatieverschil. De basis van een heilige verschilt niet van die van een crimineel om de uitersten te benadrukken. De basis van een dom iemand verschilt niet met die van een genie. Het is het ego dat de grote spelbreker is. Het is het ego dat anderen afwijst en dat zichzelf kan afwijzen als zijnde niet goed genoeg bevonden. Het is het ego met zijn "ik vind dit en ik vind dat". Terwijl de basis, het Zelf, alleen maar een 'Zijn' is. Een 'Zijn' zonder veroordeling en afwijzing. Alleen maar een Zijn. Men kan dus onmaatschappelijk en onaanvaardbaar gedrag in zowel zichzelf als in anderen afwijzen, maar niet iemands wezenlijkheid.

OM.

U.C.Y.L. HAṬHAYOGA KLASSEN

Leraar: ALKMAAR Āsana klas:	Pārvatī Stemmer tel: 072-5715143 'Hofstaete', Daalmeereiland 40, 1827 KX dinsdag: 19.15 - 20.15 uur
Leraar: BRITSUM Āsana klas:	Mrdānī de Jong-Tubben tel: 058-2571323 Finne 30, 9055 MN dinsdag: 18.45 - 19.45 uur dinsdag: 20.15 - 21.15 uur
Leraar: JUBBEGA	Cāndrī van Rooij tel: 0516 785076 Bramenstraat 59, 8411 RB
Leraar: WAALRE Āsana klas REUSEL Āsana klas GRIENDTSVEEN Āsana klas:	Jyotī Heinemans tel: 0497-514693 Sociaal, Cultureel Centrum 'Het Klooster' Hoogstraat 4-8 maandag: 20.00 - 21.00 uur Openbare Basisschool 'De Klimop' Dooleg 18, 5541 GH dinsdag: 20.00 - 21.00 uur Basisschool 'De Driehoek' Helenaveenseweg 56 donderdag: 20.00 - 21.00 uur
Leraar: LEIDEN Āsana klas:	Atmāratī Luyten tel: 071-5128324 Gerestraat 48, 2311 NW onder voorbehoud

ACTIVITEITENPROGRAMMA 2011

De aanvang van elke Satsanga of vivekayoga is om 10.00 uur.

28 augustus Satsanga: afflicties (Y.S. II 21-22)

Spreker: Jyotī Heinemans, Locatie Beersbeemden 12, te Duizel.

24 september Yogadag onderwerp, Y.S. sūtra 1 t/m 10 uit Vibhūti pāda

Spreker: Maheśvara Caitanya, Locatie Daalmeereiland 40, (bel nr. 10) te Alkmaar.

23 oktober Satsanga: afflicties (Y.S. II 23-24)

Spreker: Cāndrī van Rooij, Locatie Daalmeereiland 40, (bel nr. 10) te Alkmaar

27 november Satsanga: omgaan met verlangens

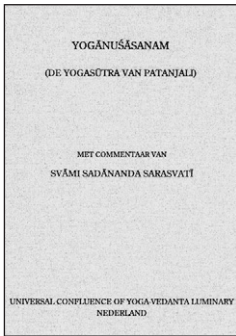
Spreker: Narendra van Raaij, Locatie Daalmeereiland 40, (bel nr. 10) te Alkmaar

18 december Kerstviering 'de betekenis van Kerstmis op mondiaal, nationaal en individueel niveau

Spreker: Margadarśini Luiten, Locatie Daalmeereiland 40, (bel nr. 10) te Alkmaar

U.C.Y.L. Nederland Publicaties

te bestellen bij uw haṭhayogaleraar of -lerares
of telefonisch 0497-514693

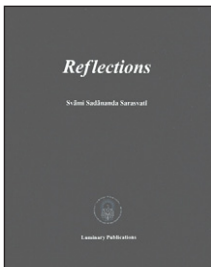
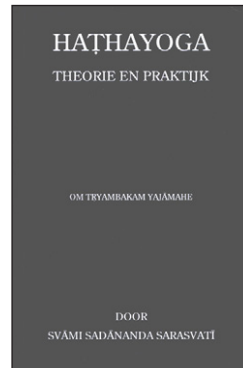


YOGĀNUŚĀSANAM

DOOR
SVĀMI SADĀNANDA SARASVATĪ
NEDERLANDSE EDITIE
PRIJS € 29,50

HAṬHAYOGA THEORIE EN PRAKTIJK

DOOR
SVĀMI SADĀNANDA SARASVATĪ
NEDERLANDSE EDITIE
PRIJS € 12,00

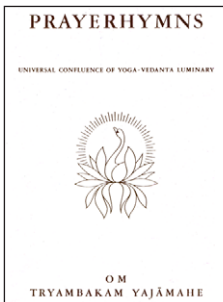


REFLECTIONS

DOOR
SVĀMI SADĀNANDA SARASVATĪ
ENGELSE EDITIE
PRIJS € 7,50

A SOLITARY TRAVELER

DOOR
SVĀMI SADĀNANDA SARASVATĪ
ENGELSE EDITIE
PRIJS € 9,00



PRAYERHYMNS VAN YOGA EN VEDĀNTA

NEDERLANDSE EDITIE
PRIJS € 3,50

U.C.Y.L. EEN SPIRITUELE ORGANISATIE

“Universal Confluence of Yoga-Vedānta Luminary” is meer dan alleen de naam van een wereldorganisatie; immers in de naam weerspiegelen zich vooral doelstellingen die voor-bij elke nationale of geografische beperkingen gaan.

“Universal Confluence of Yoga-Vedānta Luminary” beoogt het verspreiden van de idealen van yoga en vedānta in het leven van de mens en speciaal ook van de jongere mens, teneinde een goede gezondheid naar lichaam en geest te bevorderen en hun creatieve en morele denkkraft te versterken, teneinde het pad van vrede en bevrijding te verlichten en het leven voor een spiritueel ethisch welzijn op een hoger niveau te brengen.

“Universal Confluence of Yoga-Vedānta Luminary” beoogt de idealen van een spiritueel leven en baseert zich daarbij op de wetenschap, dat elke religie en alle mensen in beginsel één en dezelfde zijn, ongeacht verschillen in vorm en uitdrukking.

De organisatie werd opgericht op 24 november 1972 door Śrīmat Svāmi Sadānanda Sarasvatī, die behoort tot de Bhagavatpāda-Śaṅkarachārya. De Nederlandse tak van de U.C.Y.L. bevordert de kennis en beoefening van yoga en vedānta door middel van lessen in Haṭhayoga, yoga en vedānta. Daarnaast worden er Satsaṅga-s gegeven, conferenties, discussies en lezingen.

Het lidmaatschap van de organisatie staat open voor iedere geïnteresseerde. U kunt lid worden van de vereniging U.C.Y.L. Nederland door het onderstaande aanmeldingsformulier in te vullen met overmaking van de contributie op de I.N.G. rekening nr. 102618 van U.C.Y.L. Nederland, o.v.v. lidmaatschap U.C.Y.L. Nederland.

De contributie bedraagt € 55,00 per jaar. Bij meerdere leden uit een gezin betaalt ieder volgend lid 40%. Een student betaalt 60% en onder de 18 jaar is geen contributie verschuldigd.

AANMELDINGSFORMULIER LIDMAATSCHAP U.C.Y.L. NEDERLAND
(a.u.b. invullen in blokletters)

NAAM: _____
STRAAT: _____
POSTCODE: _____
WOONPLAATS: _____
HANDTEKENING: _____

Het ingevulde aanmeldingsformulier kunt U afgeven aan uw haṭhayoga leraar of zenden naar:

U.C.Y.L. Nederland ledenadministratie, p/a Bramenstraat 59, 8411 RB Jubbega.