

Werking van de geest – wie ben ik?

Voor eerst: Spiritualiteit is een individuele zaak.

Niemand kan beloven dat hij, op spiritueel vlak, de manier heeft, voor iedereen toepasbaar, en het eindresultaat gegarandeerd bereikt zal worden. Enkel hier een kruisje zetten, en dit bedrag overschrijven ... 😊 -> we herkennen hier de boodschap van Krishnamurti, “de waarheid is een land zonder wegen die er naar toe leiden...”

Uit zijn toespraak bij de ontbinding van de Orde van de Ster: de waarheid is een land zonder pad, dat door geen enkele religie, sekte of langs wat voor weg dan ook benaderd kan worden.

Dat is mijn standpunt en daar houd ik mij absoluut en onvoorwaardelijk aan.

De waarheid is grenzeloos en absoluut, niet te benaderen langs welk pad dan ook.

Zij kan niet georganiseerd worden.

Het is zinloos organisaties in het leven te roepen die langs een bepaald pad leiden.

Geloof is een strikt individuele aangelegenheid en kan en mag daarom nooit worden georganiseerd.

We kunnen u dan ook niets beloven, het is aan ieder voor zich om zich open te stellen voor “de waarheid”. We kunnen wel proberen een richting aan te geven, maar uiteindelijk is het een kwestie van ervaren, en niemand kan het in uw plaats doen, iedere beschrijving van het beleven is ook maar een beschrijving. -> Vertellen hoe een aardbei smaakt aan iemand die er nog nooit een gezien of geproefd heeft kan nooit de ervaring vervangen van er daadwerkelijk eentje te proeven (liefst een mooie, lekker zoete) . Laten we even proeven van yoga, meditatie en “Zijn”.

De werking van de geest.

Patanjali wordt overal aangehaald als “De” referentie over Yoga, en er is geen Yoga school – vormingsschool die in strijd zou gaan met wat Patanjali geschreven heeft. Er zijn natuurlijk vele interpretaties -> de waarheid is één, de wijzen spreken erover op verschillende manieren (dit geldt ook voor onze lessen, als jullie ergens anders een andere uitleg vinden, andere schema’s, betekent dit niet dat de ene verkeerd is en de andere automatisch juist, er zijn vele wegen om naar Rome te gaan, en iedere gps of app durft wel een andere route uit te stippelen, daarom zijn de andere niet verkeerd ;)

De Yoga van Patanjali wordt ook ‘Koninklijke Yoga’ genoemd, of nog, de Yoga van het achtvoudige pad.

De naam ‘Yoga van het achtvoudige pad’ wordt ook gebruikt voor Ashtanga Yoga (Ashtanga =8), al is er weinig overeenkomst. De Yoga van Patanjali is vooral een meditatieve yoga, de Ashtanga Yoga is de voorloper van Power Yoga, een beetje de twee uitersten in de beoefening van yoga.

Patanjali schreef de Yoga Aforismen (of soetras).

- ➔ Aforismen zijn zinnen zonder werkwoord, je zou het kunnen vergelijken met steno, of gewoon enkele losse woorden die de essentie moeten aanduiden. Daarom zijn er ook meerdere interpretaties mogelijk, los van het feit dat ze in het sanskriet geschreven zijn.
- ➔ Ook zouden er mogelijks achteraf nog aforismen aan toegevoegd kunnen zijn, die mogelijks minder relevant zouden zijn, laat staan niet stroken met de oorspronkelijke boodschap, volgens sommigen bvb het laatste hoofdstuk (4).

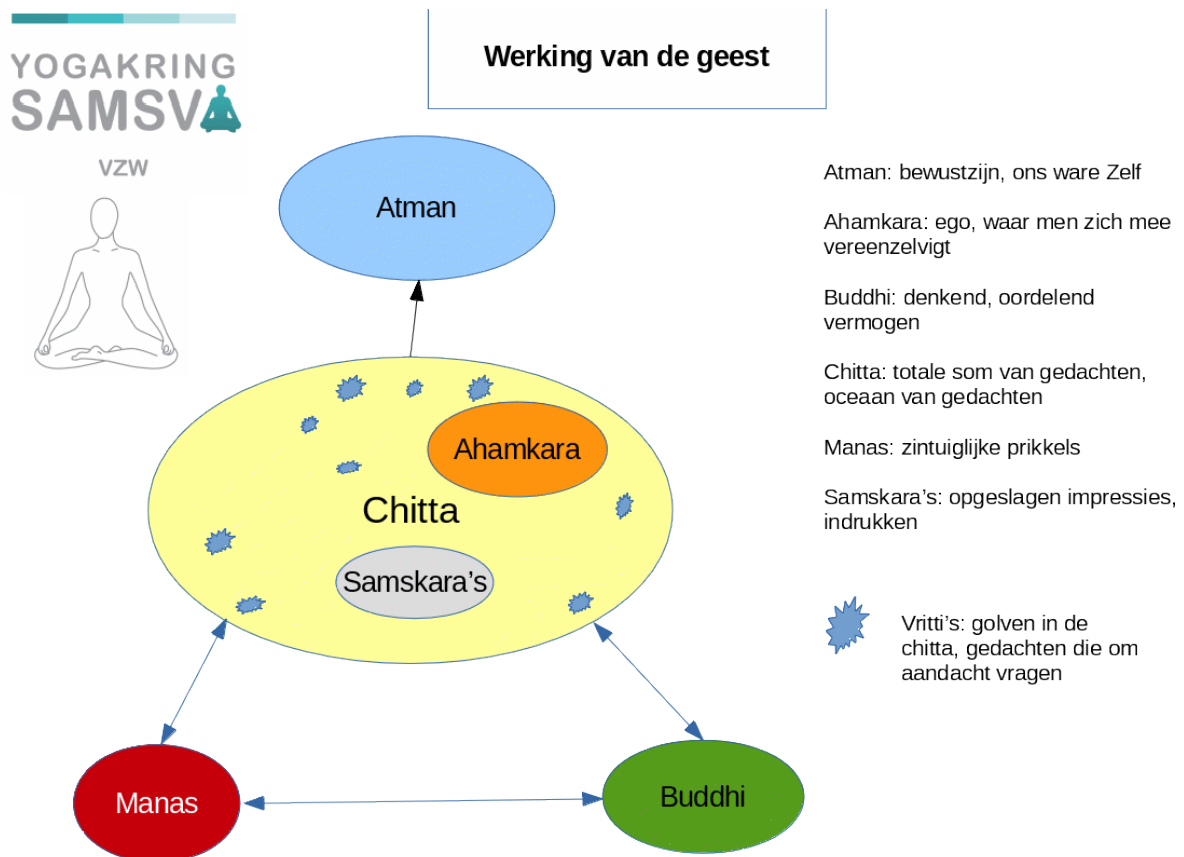
In zijn tweede aforisme zegt Patanjali: **Yogash chitta vritti nirodhah.**

Hier is alles mee gezegd, de rest is bijkomstig, of verduidelijking.

Toch even vertalen: **Yoga is het beheersen van de golven van de geest.**

Of nog ... **Yoga is de beheersing van mentale bewegingen, van de veranderingen van de geest, het stopzetten van ...**

Hij gaat verder met **1.3. Dan rust de waarnemer in zichzelf.**
1.4. op andere ogenblikken identificeert de waarnemer zich met de golven in de geest.



Toch nog even een kanttekening over het ego: Het gaat hier niet zo zeer om 'egoïsme', dit is immers voor iedereen overduidelijk dat dit niet deugd, ook niet het ego dat beschreven wordt als een vorm van volwassenheid en onafhankelijkheid, dit ego is eerder iets positiefs, en hoeft niet losgelaten te worden.

Het ego waarover in de Yoga, Advaita Vedanta en Boeddhisme wordt gesproken als zijnde het obstakel bij uitstek, is in feite een denk-activiteit, een jezelf als denkend identificeren met een figuur die optreedt, die zich de handelingen toegeëigend en dus kan beoordeeld worden. Een hoofdkenmerk van dit ego is de gehechtheid aan de meningen over zichzelf, een zelfbeeld dat opgebouwd is en niet wil oplossen -> de term ahamkara, 'ik-maker' past hier wel degelijk goed bij.

Ramana Maharshi stelt dat het 'ik', het ego, een ongrijpbare verbinding is tussen het lichaam en het 'Bewustzijn'. Het is niet werkelijk. Zolang je niet nauwkeurig kijkt blijft het je last bezorgen. Als je echter werkelijk je aandacht er naar toe brengt blijkt het niet te bestaan. Er is een verhaal dat dit illustreert. Volgens de traditie duurt een Hindoe-bruiloft wel 5 of 6 dagen. Het gebeurde wel eens dat er op een bruiloft een vreemdeling door de familie van de bruid werd aangezien voor de getuige van de andere familie, en hij werd daardoor met veel respect behandeld. Toen de familieleden van de bruidegom dit zagen, dachten zij dat hij een belangrijk persoon was voor de andere familie, en zij behandelden hem daardoor net zo eerbiedig. De vreemdeling genoot met volle teugen. Wel was hij zich bewust van de hachelijke situatie. Toen dan ook de bruidegoms familie navraag ging doen en hem ging zoeken, rook hij meteen onraad en maakte zich uit de voeten. Precies zo is het met het 'ik' (ego), als je het echt zoekt, verdwijnt het. (Philip Renard in "'Ik' is een deur").

Toen Ramana Maharshi in 1950 stierf, hadden waarschijnlijk weinig mensen het vermoeden dat zijn leven en leer de aanzet zouden vormen voor een nieuwe bloeiperiode van de Advaita Vedanta, duizend jaar na Shankara.

Ramana's variant van de weg van het inzicht was eenvoudig, voor iedereen toegankelijk en aangepast aan de situatie van de twintigste eeuw. Hij raadde zoekers nooit aan om zich terug te trekken in een klooster of gebergte. Integendeel, hij adviseerde hen om hun gewone leven te blijven leiden, en zich te midden van hun dagelijkse bezigheden af te vragen: 'Wie ben ik?' Hij vond het belangrijk dat men zich onderwierp aan de omstandigheden van de maatschappij en het tijdperk waarin men leefde.

Hij verkondigde geen nieuwe godsdienst, en was ook niet uit op herstel van een bestaande religie. Wat hij voorstond was het openen van een nieuwe spirituele weg, aangepast aan de omstandigheden van een snel veranderende wereld - een weg die voor iedereen overal op aarde te bewandelen zou zijn.

<http://hanvandenboogaard.nl/eigen-werk/ramama-maharshi-en-de-jnana-marga>

BG II-46 Voor een verlichte Brahmaan zijn alle Vedas (Schriften) van evenveel nut als een waterput in een overstroomde plaats.

Volgens Ramana Maharshi (1879-1950) dienen we ons dus maar één vraag te stellen: Wie ben ik?

Je moet wel open staan voor het antwoord, luisterend open staan, laten gebeuren, en niet verwachten dat het intellect met een antwoord voor de proppen komt.

Je kan dit als meditatie beoefenen, als je wil, denk je “Wie ben ik”, of kan je de sanskriet-versie gebruiken, ‘Ko Ham’. Bijvoorbeeld je tijdens, of juist voor het inademen, de vraag stellen, in gedachten, of lispelend en tijdens de uitademing en de eventuele adempauze open staan voor de intuïtie, de ervaring...

Het ‘Ik’ van Ramana Maharshi staat voor het pure bewustzijn (zie tekening), het Atman, het Brahman, allemaal namen, maar als het bij namen blijft, spreek je over de aardbij, maar heb je er nog geen gegeten. Je moet het beleven, het proeven, Hier en Nu...

Over het Hier en Nu ...

Woorden leiden vaak tot misverstanden.

Onlangs in de krant en op het nieuws: De mensen leven teveel in het hier en nu, ze zouden meer moeten sparen (spaarzamer om gaan met hun geld)...-> hier en nu betekent voor die auteur “alle behoeften/ bevestigingen bevredigen/ verzadigen”

Ook gehoord, een kind die volgens een therapeut teveel in het ‘hier en nu’ was, omdat ze constant tv keek en op haar smartphone bezig was ...

Dit is natuurlijk niet wat wij met Hier en Nu bedoelen, onze Hier en Nu is onze beleving van onze yogales, bewust ‘zijn’, en ons niet laten verstrooien door allerlei begeerten of emoties.