

Geboorte, Dood en Gebed

Deze tekst is uitsluitend voor persoonlijk gebruik.
Commercieel gebruik is niet toegestaan. Evenmin is het toegestaan de tekst te wijzigen, bewerken, geheel of gedeeltelijk te publiceren, of anderszins te vermenigvuldigen. Toegestaan is het kopiëren van citaten of kleine tekstgedeelten voor studie- en discussiedoeleinden.

© Copyright 2023 - Stichting Ars Floreat

www.arsfloreat.nl

info@arsfloreat.nl

Geboorte, Dood en Gebed

Uit de Gesprekken met

Z.H. Sri Shantananda Sarasvati,
Shankaracharya van Jyotir Math



Ars Floreat

© Copyright 1993 The Study Society, London, England

Oorspronkelijke titels: Birth and Death *en* Prayer

Vertaling: School voor Filosofie, Amsterdam

© Copyright 1994, 2023, Stichting Ars Floreat

© Copyright 2023, School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit

Eerste druk, 1994

Tweede druk, 2023 (online)

© Copyright 1994, 2023, Stichting Ars Floreat

www.arsfloreat.nl

Behoudens uitzonderingen door de Wet gesteld mag zonder schriftelijke toestemming van de rechthebbende(n) op het auteursrecht niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, of anderszins, hetgeen ook van toepassing is op de gehele of gedeeltelijke bewerking. De uitgever is met uitsluiting van ieder ander gerechtigd de door derden verschuldigde vergoedingen van kopiëren, als bedoeld in artikel 17 lid 2, Auteurswet 1912, en in het K.B. van 20 juni 1974 (Stb. 351) ex artikel 16b Auteurswet 1912, te innen en/of daartoe in en buiten rechte op te treden.

Copyright is reserved. Subject to the exceptions provided for by law, no part of this publication may be reproduced and/or published in print, by photocopying, on microfilm, or in any other way, without the written consent of the copyright holder(s); the same applies to whole or partial adaptations. The publisher retains the sole right to collect from third parties fees payable in respect of copying and/or take legal or other action for this purpose.

ISBN: 978-90-72141-20-2

**ZIJNE HEILIGHEID
SPREEKT OVER
GEBOORTE, DOOD EN GEBED**

Dit boek bevat uitspraken van Zijne Heiligheid Shantananda Sarasvati over geboorte, dood en bidden. De uitspraken zijn antwoorden op vragen die hem door verschillende mensen werden voorgelegd. Het boek is in de volgende hoofdstukken onderverdeeld:

I	Angst voor de dood	7
II	Dood is een toneelspel	13
III	Leven na de dood	21
IV	Het ontvallen	27
V	Redenen voor wedergeboorte	31
VI	De aard van het volgende leven	35
VII	Vorbereiding voor de dood	43
VIII	Eeuwige verbinding	53
IX	Gebed	57

Als men iets kan begrijpen van het mysterie dat dood en geboorte heet, dan ontdekt men tevens een nieuwe betekenis, een nieuw doel van het leven.

Vogels en andere dieren eten en drinken, bouwen een nest, planten zich voort, zorgen voor hun nakomelingen enzovoort, maar de grote genade van een menselijke belichaming is dat je je innerlijke oog kan openen en je eigen ware Zelf kunt zien...

Als je het doel van een menselijke belichaming in dit leven kan vervullen, dan heb je er een succes van gemaakt.

I ANGST VOOR DE DOOD

*Het individu (de Jiva) is een deel van het Absolute.
Daarom is het individu in wezen eeuwig.
Het individu is in wezen alle kennis, alle vreugde.
Maar zie hoe Eeuwigheid de dood vreest!
Zie hoe kennis alle Kennis ontbeert!
Zie hoe vreugde alle Vreugde mist!*

In werkelijkheid is de individuele mens (de Jiva) niets anders dan een deel van het Absolute. Dit betekent dat wat in het Absolute aanwezig is, ook aanwezig is in de individuele mens. Maar de mens staat onder de invloed van Maya, terwijl dat voor het Absolute niet het geval is. Het Absolute is de bevelhebber en meester van Maya. De individuele mens is de slaaf van Maya. Uit Zijn eigen vrije wil kan het Absolute ervoor zorgen dat Maya Hem vormgeeft, hoewel Hij zelf vormloos is. Evenzo kan Hij die vorm weer loslaten en terugvloeien in Zijn natuurlijke staat van vormloosheid wanneer het doel van de wens die aan de vorm ten grondslag lag, volbracht is. Maar de individuele mens is slaaf van Maya en zal hulpeloos ronddobberen in een nimmer eindigende cirkelgang van geboorte en dood, van plezier en pijn, totdat hij loskomt van de banden van Maya.

Als individu ondergaat de mens drie soorten gevoelens: ten eerste de angst voor de dood, ten tweede het verlangen naar kennis, ten derde het verlangen naar geluk. Wat de angst voor de dood betreft, hiervan moet gezegd worden dat die angst hoogst onnatuurlijk is. Daarom heeft de Natuur het zo geregeld dat voordat de dood werkelijk zijn werk doet, er eerst een algehele gevoelloosheid optreedt zodat men de dood niet kan 'voelen'. Evenmin kan een schepsel het moment van geboren worden 'voelen'.

Maar de angst voor de dood is zo sterk dat men meestal de dood ten koste van alles wenst te vermijden, zelfs wanneer het lijkt dat het leven erger is dan de dood.

Een man van 95 jaar had kinderen, kleinkinderen en heel veel bedienden. Hij was heel rijk en woonde in een paleis van een huis, maar door zijn ouderdom was hij nergens meer toe in staat. Omdat hij niet erg geliefd was, bekommerde niemand zich om hem. Hij werd aan tafel als laatste bediend en op een dag vergat men hem zelfs zijn maaltijd te brengen, zelfs toen het al vier uur in de middag was. En daar zat hij dan, op een stoel op het terras, met tranen in de ogen. Op dat moment kwam er toevallig een heilige man langs, die hem vroeg waarom hij er zo triest en treurig uitzag. Toen de heilige man het verhaal te horen had gekregen bood hij de oude man aan met hem mee te gaan naar de Ashram, waar hij alle zorg en comfort zou krijgen, op voorwaarde dat hij voortdurend de Naam van God zou herhalen. De oude man ging daarmee akkoord. Een paar kinderen die in de buurt aan het spelen waren, hadden het gesprek gehoord en renden het huis in om iedereen te vertellen dat een Mahatma de oude man meenam. Daarop kwam de schoondochter het huis uitrennen en vroeg hem om niet weg te gaan en het huis niet te verlaten, terwijl de kinderen hem kusten en om het hardst riepen: 'Grootvader blijf toch alstublieft, ga niet weg!' Daarop werd de oude man zo door Maya, de valse liefde voor kleinkinderen, gegrepen, dat hij besloot om toch maar te blijven, zelfs als hij niet verzorgd werd. Zo kwam het dat hij tenslotte de zorg en aandacht van de Mahatma weigerde te aanvaarden.

Evenzo, door te weigeren de heerschappij van Maya op te geven, zadelen we onszelf op met allerlei kwalen en moeilijkheden.

De mens is deel van het Absolute en daarom is hij in wezen eeuwig. De mens is in wezen alle kennis, alle vreugde en geluk. Maar zie hoe het Eeuwige de dood vreest! Zie hoe kennis ware Kennis ontbeert. Zie hoe vreugde ware Vreugde mist!

Het is nu eenmaal de aard van Maya om de dingen op hun tegendeel te laten lijken. Daardoor wordt de mens misleid en zo lang mogelijk vastgehouden en gevangen. Maar overgave aan God neemt de misleiding van Maya weg. Dan daagt ware Kennis en we gaan inzien dat er geen dood voor ons bestaat, dat kennis niet voor ons verborgen is, en dat de volheid van vreugde en geluk altijd bij ons is. Iemand vroeg me eens wat er gebeurt wanneer ware kennis daagt. Ik antwoordde: 'Niets'. Alles gebeurt vóórdat ware kennis daagt, daarna `gebeuren de dingen' niet meer.

Een jager speelt op zijn fluit en de wilde dieren luisteren graag naar zijn spel. Daarom lopen ze niet weg en worden ze door de jager gedood. Een insect is verzot op de geur van een bloem en gaat erheen. Dan sluit de bloem zich en het insect komt om. Zo worden wij geruïneerd door de blinde begeerte die door Maya wordt opgeroepen, en we merken het pas als het te laat is.

Iemand vroeg weer over de angst voor de dood, die zelfs de moedigste mensen achtervolgt. Zijne Heiligheid ging er nogmaals op in. Hij zei dat een ieder de dood vreest, of men nu groot of klein is, geletterd of ongeletterd, maar er bestaat niet zoiets als de dood. De zogenaamde `dood' is niets anders dan het natuurlijke gevolg van het verschijnsel dat geboorte heet. De enige manier om de dood te vermijden is geboorte te vermijden. Het is niet mogelijk geboren te worden en niet te sterven.

In feite is het Zelf van de mens, dat in het lichaam aanwezig is en er woont, onsterfelijk. Het geeft een oud lichaam op om een nieuw lichaam aan te nemen. Precies zoals we onze oude kleren wegdoen en nieuwe aantrekken. Als we het fijn vinden om oude kleren weg te doen en nieuwe aan te trekken, dan is er geen enkele reden om ongelukkig te zijn wanneer het Zelf een oud lichaam afdankt en een nieuw lichaam aanneemt.

Een Indiër ging naar Afrika. Toen zijn geld op was, ging hij naar een geldschieter voor een lening. Op dat moment was er juist iemand overleden bij een Indiase familie in de buurt, en de familieleden jammerden en huilden. De geldschieter vroeg de Indiër waarom zijn landgenoten in dat huis zo jammerden. Hij antwoordde dat het in zijn land een gewoonte was om luid te jammeren en te wenen wanneer er een dode in de familie te betreuren viel. Daarop vroeg de geldschieter: 'En wat doen jullie dan bij een geboorte?'. De Indiër antwoordde dat men dan erg blij was. Daarop antwoordde de geldschieter: 'Als jullie tot degenen behoren die blij zijn als je iets ontvangt, maar treuren wanneer je het weer terug moet geven, dan zal ik je zeker geen geld lenen!'

Niemand die dood is gegaan heeft ooit geschreven wat hem daarna overkomen is. Het enige dat voor ons open staat, is de informatie over de dood en het hiernamaals in de Heilige Geschriften. De Geschriften bevatten veel informatie over deze onderwerpen en over alles wat ermee te maken heeft. De Bhagavad Gita heeft het volgende over de dood te zeggen:

Vergeet het verleden. Heb evenmin vrees voor de toekomst. Wijd het 'nu' aan vereniging met het Universele Zelf, de Param-Atman. Iemand die aan Param-Atman is toegewijd, komt nimmer om.

Laat gedurende tweemaal een half uur per dag alle verplichtingen en taken los en geef je over aan de volledige toewijding voor en de bescherming van Param-Atman. Param-Atman zal u van alle narigheden verlossen, en daarin ligt het einde van alle bezorgdheid en treurnis.

Wie Param-Atman in alles en iedereen ziet en alles en iedereen ziet in Param-Atman, zal nimmer Param-Atman uit het oog verliezen en Param-Atman zal hem evenmin uit het oog verliezen.

Wij vrezen de dood omdat we onder de heerschappij van Maya staan en zo ons Zelf vergeten zijn. Het vergeten van het Goddelijke Zelf is de oorzaak van al onze moeilijkheden. Er bestaat geen God die de oorzaak is van onze problemen.

II DOOD IS EEN TONEELSPEL

*De wereld is een groot schouwtoneel,
dat God op de planken brengt in de vorm van de schepping.*

Maar het is niet meer dan een show.

Geboorte is een show. Dood is een show.

Maar eigenlijk is er geen geboorte en geen dood.

Weet dat en wees gelukkig!

De gebruikelijke visie is dat de wereld alles is en dat Param-Atman niets voorstelt. Dit is een grote misvatting, een misdaad, en de straf is de gevangenschap in dit fysieke lichaam. In gevangenschap kan men niet gelukkig zijn.

De aard van de geest is zodanig dat die altijd bezig is ergens aan te denken. De geest kan niet inactief blijven. En als de geest niet aan Param-Atman denkt, moet hij wel aan de wereld denken. Zich de Param-Atman te herinneren leidt tot geluk. Aan de wereld te denken leidt tot ongeluk.

Wat is de wereld? Wat is waarheid? Wat bent u? Dat willen we allemaal weten. U bent 'Sat-Chit-Ananda', dat wil zeggen: tijdloze werkelijkheid, vol kracht, vol gelukzaligheid. Maar hoe kan dat? Denk maar eens na of u enige herinnering heeft aan hoe en wanneer u geboren werd. U herinnert u de datum en het tijdstip van uw geboorte alleen maar door wat anderen u verteld hebben. Zelf hebt u het tijdstip van geboorte helemaal niet ervaren. Neem dan maar aan dat u helemaal niet geboren bent. En wat niet geboren is, kan ook niet sterven. U bent dus ongebooren en zonder dood. U bent 'Sat-Chit-Ananda'.

Er bestaat niet zoiets als geboorte en dood. Het is als een toneelstuk; dood wordt gespeeld, geboorte wordt gespeeld. Maar in feite is er geen geboorte en geen dood. Als de Atman

sterft, hoe zou die de dood dan voelen? Geboorte en dood hebben betrekking op het lichaam, niet op de mens Zelf.

Het bijzondere van de menselijke belichaming is het feit dat de mens daarmee over een zuiver oordeel, over een zuiver onderscheidingsvermogen kan beschikken. Wie hiervan gebruik maakt, zal in gezelschap van wijsheid kunnen verkeren en zal zo de sleutel vinden die alle geheimen ontsluit. Het gebeurt vaak dat wanneer een geheim ontdekt wordt, allerlei andere geheimen ook onthuld worden. In de ogen van weldenkende mensen zijn bevrijding en gevangenschap slechts onderdeel van een spel, want in feite is niemand gevangen. Als dat wel het geval was, zou niemand eraan kunnen ontkomen. Wij denken alleen maar dat we gebonden zijn. Bevrijding is slechts het wegnemen van dat idee. Geboorte en dood zijn ook onderdeel van het spel. Niemand kan zijn eigen dood of geboorte ervaren. We horen erover van anderen, maar die uitspraken kunnen onjuist zijn en zijn dus niet betrouwbaar.

In de eeuwige opvolging van de tijd lijkt het futiel om nota te nemen van alle gebeurtenissen die voortdurend, in een eindeloze opeenvolging, komen en gaan. Niet zo lang geleden waren wij bezig met de voorbereidingen voor het Mela-feest. En nu zijn we bezig het feest weer af te sluiten. Alles wat begint heeft ook een einde. Wie de wereld binnentreedt, moet de wereld ook weer verlaten.

Veel mensen zeggen dat er geen wedergeboorte is. Maar iedere geboorte draagt het doods-lot in zich en iedere dood schrijft het lot van de geboorte. De Gita zegt dat er geboorte noch dood is, maar veeleer een cirkelgang van verandering, een schijnbare verandering die steeds maar doorgaat. Wie het onveranderlijke ziet in de voortdurende verandering heeft het juiste eind te pakken. Het lichaam wordt geboren en sterft. De Atman woont in het lichaam maar is zelf niet onderhevig aan

geboorte of dood. *Het is genoeg om dit te weten. Maar al te vaak proberen we alles te begrijpen en tenslotte begrijpen we helemaal niets meer.*

De Param-Atman zelf incarneert ook, maar Zijn vleeswording is, anders dan bij de gewone mens, goddelijk. De reden dat Zijn geboorte goddelijk is en die van de gewone mens niet, ligt in gebondenheid. Twee voorbeelden om het verschil tussen beide te illustreren:

Wanneer iemand ambtenaar wordt en bij de overheid in dienst treedt, moet hij een verklaring tekenen dat hij zijn werk eerlijk en onpartijdig zal verrichten. In vele overheidskantoren hangt een portret van Mahatma Gandhi, die met de ene hand zijn staf vasthoudt en zijn andere hand met de vijf vingers opgeheven houdt om de mensen te zegenen. Maar oneerlijke mensen wijzen naar het portret en zeggen: 'Kijk! Gandhi toont vijf vingers om aan te geven dat hij zich voor één rupee niet laat omkopen. Het moeten er minstens vijf zijn!'

Zo is het gewone gedrag van de mens. Maar het gedrag van een goddelijke incarnatie is anders:

Toen Krishna nog heel klein was, wilde hij met de andere jongens de koeien gaan hoeden, maar omdat hij nog te jong was om de hele dag weg te blijven, wilde niemand hem toestemming geven. Maar hij bleef aanhouden. Tenslotte gaf Yashoda, zijn moeder, wat koekjes aan de jongens mee om die aan hem te geven als hij honger had en zij vroegen goed op hem te passen, in verband met hitte en vermoeidheid. Toen gingen de jongens samen met Krishna naar de oevers van de rivier de Yamuna om de koeien te laten grazen. Maar in plaats van de koekjes op te eten, bleek Krishna het zand van de rivier in zijn mond te

stoppen. En toen hem gezegd werd dat niet te doen, ging hij ermee door. Toen ze 's avonds terugkwamen, klaagden de jongens bij Yashoda over Krishna's gedrag. Zij riep Krishna bij zich en vroeg hem ernaar, maar hij ontkende glashard. Toen pakte zij Krishna beet en nam een stok in de hand om hem een pak slaag te geven. Maar Krishna zei: 'Moeder, kijk in mijn mond. Als ik zand heb gegeten moet er zeker nog wat van over zijn.'

Yashoda keek in Krishna's mond. Eerst zag ze alleen zijn prachtige roze lippen en zijn parelwitte tanden. Maar al spoedig zag ze in zijn mond het hele dorp - met hun eigen huis en nog een Yashoda die nog een Krishna vasthield, en nog een aarde en nog een luchtruim, samen met bergen, rivieren en al het andere. Zij was stomverbaasd en werd doodsbang. Toen Krishna zag hoe zij in totale verwarring raakte, nam hij het visioen weg en hernam zijn gewone gedaante.

Dit is een voorbeeld van een goddelijke incarnatie.

Dat een incarnatie van Param-Atman goddelijk is en die van gewone mensen niet, heeft te maken met gebondenheid:

1. Param-Atman incarneert uit vrije wil. Gewone mensen worden geboren als gevolg van hun eigen daden.
2. Param-Atman incarneert om mensen naar Hem toe te trekken en voor hun welzijn. Gewone mensen worden weer geboren om te oogsten wat zij gezaaid hebben.
3. Param-Atman incarneert met volledige beheersing van Maya. Maar gewone mensen worden voortdurend beheerst door Maya.
4. Param-Atman wordt niet gebonden door de resultaten van zijn handelingen. Gewone mensen wel.
5. Param-Atman is voorbij plezier en pijn, terwijl een gewoon mens daaraan onderworpen is.

Pijn is onvermijdelijk voor belichaamde wezens, maar men kan vrij zijn van lijden als men gebondenheid opgeeft. We moeten ons lijden niet verwerpen, maar leren verdragen. Als we een schuld aangaan, moeten we die terugbetalen en niet opgeven.

Om goddelijke incarnaties te herkennen en te ervaren, moet een discipel al het andere laten varen. Door alles op te geven zal hij alles bezitten. Hier is nog een verhaal:

Swami Vishuddhananda was een heilig man die in de Himalaya woonde. De Koning van Tehri, een staat in de Himalaya, was hem zeer toegewijd. Op een dag vroeg hij de Mahatma: 'Meester, hoe herkent men iemand die de wereld heeft opgegeven?' Daarop gooide de Mahatma hem zijn hut uit met de woorden: 'Verdwijn! Hoe durf je naar de eigenschappen van een asceet te vragen wanneer je zelf alle stof en vuil van de wereld nog bij je draagt!' De koning ging naar buiten, maar bleef daar wachten gedurende de hele nacht. Om drie uur 's ochtends kwam de Mahatma toevallig naar buiten en vroeg wie daar zat. 'Degene die u eruit hebt gegooid', antwoordde de koning. Daarop vroeg de Mahatma hem: 'Zie je nu de tekenen van iemand die afstand heeft gedaan van de wereld? Die mens kent in het geheel geen vrees, zodat hij zelfs een koning eruit kan smijten.'

Een gerealiseerd mens heeft alles opgegeven, en daarom denken de mensen dat hij wel erg moet lijden als hij misschien wel het absolute minimum aan levensbehoeften moet missen. Maar hij lijdt er in het geheel niet onder. Hij ervaart alle geneugten van de hemel met het weinige dat hij heeft of zelfs in het geheel niet heeft. Pijn en lijden zijn niet hetzelfde. Pijn is een fysieke ervaring. Lijden is iets van de geest. Alle belichaamde wezens zijn onderhevig aan pijn. De Atman ziet het

plezier en de pijn van het lichaam, maar is er in het geheel niet aan onderworpen. Plezier en fysiek comfort zijn bestemd voor degenen die vinden dat werelds genot het eindpunt is. Een toegewijd discipel geeft er weinig om.

Als men het plezier van zintuiglijk genot najaagt, verliest men het voordeel van de menselijke belichaming. Vogels en andere dieren eten en drinken ook en bouwen nesten, planten zich voort, zorgen voor hun nageslacht, enzovoort. Maar het voordeel en de genade van een menselijke belichaming is dat een mens zijn innerlijk oog kan openen en de werkelijkheid kan zien. Dieren kunnen dit niet.

De aloude geschriften zeggen dat er vierentachtig miljard soorten levende wezens zijn. Een individu zwerft rond van vorm naar vorm totdat de Param-Atman, uit medelijden met het lijden dat aan zo'n bestaan verbonden is, het individu een menselijke belichaming geeft. Wie het doel van de menselijke belichaming in dit leven tot vervulling brengt, maakt er een succes van.

Goddelijke incarnaties hebben macht over de loop der gebeurtenissen en zelfs over de Natuur. Zij zijn zeldzaam; Sri Krishna is een voorbeeld. Hun Incarnatie kan volledig zijn of gedeeltelijk, zoals het geval is wanneer Hij zich toont in de ziel van een toegewijde discipel. Dat is een voorbeeld van openbaring in plaats van incarnatie. Maar in zekere zin kan het ook een gedeeltelijke incarnatie worden genoemd. Zulke gevallen moeten echter zorgvuldig worden onderscheiden van louter zinsbegoochelingen van zwakke geesten.

Wie eenmaal weet dat dit leven een toneelspel is, en dat men geacht wordt van de voorstelling te genieten, zal het niet langer ellendig noemen. Wie het toch een ellendig bestaan noemt, zal ontdekken dat zelfs Indra, de Heer van het Univer-

sum, en Brahma, de Schepper zelf, hun eigen zorgen hebben, op hun eigen niveau. Zo bezien is er geen plek in de schepping die geen ellende kent. De keuze ligt er dus: het is een gelukkig bestaan òf het is een ellendig bestaan; het hangt er maar vanaf hoe je het bekijkt. Wie de voorstelling door gebondenheid voor de werkelijkheid houdt, zal overal misère zien. Maar wie er niet aan gehecht is, en weet dat het slechts een toneelvoorstelling is waarin hij een rol te vervullen heeft, zal geluk ervaren. Iedereen zal ooit sterven. Dat is de grootste angst van ieder wezen, zelfs van Indra, want dan zal hij plaats moeten maken voor een andere Indra. Maar zodra je dit alles als een toneelstuk kunt zien, is er slechts rolwisseling, en dan is er geen lijden. Hier volgt een verhaal over de wereld van schepping:

Men zegt dat Brahma de Schepper is van ons universum en misschien wel van alle verschillende universa. Op een dag kwam hij op het idee dat hij het wel erg druk had en dat hij wel heel hard werkte. Hij was aan vakantie toe, als beloning voor zijn harde werken en zijn belangrijke rol. Hij ging naar Brahman (het Absolute) en diende een verzoek in voor een paar snipperdagen. Brahman stemde toe en liet hem gaan. Toen hij uit de scheppende sfeer stapte, zag hij duizenden mensen bij de poort staan. Hij ging erop af om te onderzoeken wie zij waren, vooral omdat zij allemaal zo sprekend op hem, Brahma, leken. Op zijn vraag wie ze waren antwoordde er één: 'Wij mogen niet zeggen wie we zijn.' Maar hij hield aan, want hij wilde nu echt weten waarom die menigte daar was. Toen gaf een van hen toe en antwoordde: 'Wij solliciteren allemaal naar de functie van de Brahma. Wanneer een Brahma zich terugtrekt, wordt één van ons verkozen en gepromoveerd. Alle anderen moeten blijven wachten bij de poort.' Toen Brahma dat hoorde, schrok hij en hij haastte zich terug naar Brahman om hem te vragen zijn vakantie in te trekken, omdat hij

alweer helemaal klaar was om aan de slag te gaan. Een van de dienaren van Brahman zei: `Denk niet dat u ergens te groot voor bent of te belangrijk, want deze schepping is veelvoudig. Er zijn ontelbare scheppingen en ontelbare Brahma's, die er allemaal op wachten een schepping over te nemen. Er is geen einde aan. U bent maar een heel klein radertje in het geheel van dit grote spel.'

Als men er zo naar kijkt, kan men zien dat de hele Schepping immens groot is en dat het maar een spel is. Zo moeten we de schepping dan ook zien, als een spel. Dan raken we er niet al te zeer bij betrokken en worden we niet al te zeer meegesleept in misère, of in het afwijzen van religie en spiritualiteit.

III LEVEN NA DE DOOD

Deze eeuwigheid is Eén.

*Op deze onderliggende draad van eeuwigheid
spint het bewustzijn vele vormen, door verandering.*

Vraag: Het idee van leven na de dood, in de vorm van wedergeboorte of op andere wijze, blijft een raadsel. Zijn de onzichtbare draden die de mensen binden aan de schepping en de Schepper eeuwig, of is die eeuwigheid afhankelijk van de daden van de ziel tijdens de cycli van het bestaan? Anders gezegd, wordt de ziel die omhoog stijgt en zich ontwikkelt voor eeuwig geïntegreerd of verenigd met de Schepper, terwijl vegeterende zielen onvermijdelijk voor eeuwig van Hem afgescheiden blijven, totdat of tenzij ze een uitweg vinden?

Antwoord: Als men de ware betekenis van leven na de dood zou begrijpen, dan zou leven na de dood, in welke vorm dan ook, geen raadsel zijn. In het Sanskriet wordt dit Purarjanma genoemd. Janma of geboorte betekent 'het verschijnen van een vorm op een bepaald moment'. Men kan gemakkelijk zien dat in de wereld van verschijningsvormen, de zichtbare wereld, niets verdwijnt. Men zal altijd vinden dat een vorm transformeert naar een fijnere substantie, of dat hij uiteenvalt in grovere substanties. Dit proces wordt beheerst door de wet dat iedere zichtbare vorm altijd op zoek is naar zijn eigen oorzaak, en tijdens die speurtocht vele vormen aanneemt.

De hele schepping bestaat uit twee dominante factoren die materie en bewustzijn worden genoemd. De materiële wereld bestaat dankzij bewustzijn, maar bewustzijn kan uitsluitend tot manifestatie komen dankzij materie. Ze ondersteunen elkaar. Op basis van deze twee factoren komt de hele schepping tot een afgewogen manifestatie en wanneer die zijn doel heeft vervuld, keert hij terug tot zijn oorzaak. Dit wordt de wet

van oorzaak en gevolg genoemd. Iedere oorzaak brengt het resultaat voort dat erin besloten ligt, en ieder resultaat verbergt zijn eigen oorzaak in zich. Achter de wet van oorzaak en gevolg liggen twee staten. De ene is de ware staat, waarin alleen het bewustzijn wordt ervaren, en dat resulteert in gelukzaligheid. De andere is de 'Laya' staat, waarin de vormen stil zijn en niets kunnen ervaren. Deze twee staten worden Turiya en Laya genoemd. De substantie van de schepping beweegt zich tussen Turiya en Laya, en alle waarneembare vormen komen hiertussen tot manifestatie. Dit tussengebied is de stroom van de schepping in de eeuwigheid. Deze eeuwigheid is Eén. Op deze onderliggende draad van eeuwigheid spint het bewustzijn vele vormen, door verandering. Het punt waar een verschijningsvorm, die qua substantie de eeuwigheid zelf is, naar buiten treedt, noemen we geboorte en het punt waar de vorm verandert, wordt dood genoemd. Wanneer men dit idee van geboorte en dood eenmaal begrijpt, wordt het gemakkelijk om ook het idee van wedergeboorte, dat op deze voortdurende beweging gebaseerd is, te begrijpen.

De andere punten waarnaar gevraagd was, betroffen integratie en afscheiding in verband met de eeuwigheid. In feite kan er geen sprake zijn van integratie of afscheiding, want alles is bewustzijn. Alle wezens worden vastgehouden in bewustzijn. Dat bewustzijn is het Zelf, de Atman. Dat Zelf is volmaakt en enkelvoudig en kent integratie noch afscheiding. De Atman is eeuwig geluk. Men gebruikt de termen 'integratie' en 'afscheiding' als gevolg van gebrek aan inzicht op het niveau van de geest. De integratie is meer een proces van verfijning, in de zin van het verminderen van de stofwolken in de geest. Dit is alleen mogelijk dankzij goed gezelschap. Als men niet binnen de kring van goed gezelschap komt, is het erg moeilijk om te ontsnappen aan de stroom van beweging die door de schepping loopt. In het gewone leven raken de mensen betrokken bij de beweging en daardoor kunnen ze de substantie van de

schepping niet zien. In goed gezelschap wordt men soms gezegend met momenten van stilte en dan kan men de dingen zien zoals ze zijn. Als men die momenten van stilte vermeerderd, zal men de eenheid gaan zien die er altijd is. Echte kennis en werk onder discipline helpen iemand om stil te zijn. Met betrekking tot afscheiding kan verwezen worden naar de vraag die Arjuna aan Sri Krishna stelde: 'Wat is het dat een mens met geweld wegsleurt van de Werkelijkheid en hem dwingt te doen wat hij eigenlijk niet wil doen?' Het antwoord was dat uiteindelijk wensen en verlangens hier de oorzaak van zijn. Hoewel verlangens als zodanig niet goed of slecht zijn, leert men goede of slechte dingen te wensen door het gezelschap waarin men verkeert.

Slecht gezelschap is de werkelijke oorzaak van afscheiding. In de Sanskriet Universiteit van Benares is een zeer geleerde heer die alle zes filosofische systemen kent. Maar toen hem gevraagd werd om te zeggen waarin hij wèrkelijk geloofde, antwoordde hij dat hijzelf in grote twijfel en verwarring verkeerde en zich niet tevreden maar zeer onzeker voelde, hoewel hij als een groot geleerde te boek stond en heel gemakkelijk over alle filosofische systemen kon spreken. Dit voorbeeld toont dat het heel goed mogelijk is om kennis op te slaan en toch afgescheiden te zijn. Uiteindelijk gaat het erom de dingen aan zichZelf te vragen. Wie geld heeft, vertrouwt erop dat hij kan kopen wat hij nodig heeft. Wie geen geld heeft, kan daar niet op vertrouwen en kan niet kopen wat hij nodig heeft. Dit vertrouwen is eigen aan ieder mens, en is onvervangbaar. Wie goed gezelschap gevonden heeft en genoeg Goddelijke rijkdom heeft verworven, kan doen wat hij denkt dat nodig is. Wie dat niet verworven heeft, heeft niets te bieden en voelt zich alleen en afgescheiden. Wie goed toneel kan spelen, kan natuurlijk doen of alles in orde is en een deftig gezicht opzetten, maar innerlijk zal men altijd onzeker zijn.

Kortom, wanneer men inziet dat wedergeboorte een feit is, dan zijn integratie en afscheiding niet meer dan een dunne of dikke wolk van onwetendheid. Kennis en discipline zijn allebei nodig om de integratie te bewerkstelligen. Het ontkennen daarvan is afscheiding. Goed gezelschap is de enige uitweg.

Vraag: Zou Zijne Heiligheid zeggen dat er geen algemene of individuele overlevingskans is voor *iedereen*? De mensen zijn verschillend en verschillen ook met betrekking tot de wijze waarop zij hun levens herhalen, met betrekking tot overleving zonder herhaling, enzovoort. Onze eerste Leraar, de heer Ouspensky, zei over het leven na de dood dat geen mens in staat is om een geheel onjuiste theorie op te dissen. Alle theorieën bevatten een kern van waarheid, omdat zij op verschillende mensen betrekking hebben.

Antwoord: In het algemeen is deze uitspraak aanvaardbaar. Er bestaat geen volledig draaiboek dat men kan napluizen, omdat er talloze verschillende soorten wezens zijn, en binnen iedere soort verschillende individuen. Het verschil in individualiteit is zelf een bewijs. De geboorte of verschijning van een wezen op een bepaald moment kan verschillende redenen hebben. Men kan geboren worden voor plezier, of men kan geboren worden voor pijn en lijden. De een kan een bepaalde vorm hebben gekregen als straf en een ander kan die hebben gekregen als beloning, dat alles gebaseerd op de handelingen die in één of in vele vorige levens zijn uitgevoerd.

Maar men kan zeggen dat er twee soorten van geboorte zijn. De ene vindt plaats op basis van daden en handelingen uit het verleden, en in meerdere of mindere mate is dit dwangmatig. Anderen worden niet voor plezier en pijn geboren, maar vanuit volkomen rust en vrede, om de lijdende mensheid te hulp te komen. Goden, Yogi's en Causale mensen verschijnen veelal op deze wijze. De eerste soort wordt gedwongen tot een

bestaan in gebondenheid en beperkingen, terwijl de andere de beperking van de menselijke vorm aanvaardt en daarmee functioneert. Wezens van de laatste soort komen om nieuwe impulsen te geven en het peil te verhogen, en wanneer hun taak volbracht is, gaan zij heen zonder een krimp te geven. Voor hen hebben geboorte en dood geen geldigheid, want geboorte brengt geen gebondenheid en dood brengt geen verlossing. Zij zijn altijd vrij. Als men een gevangenis beschouwt, kan men de verschillende typen herkennen:

Binnen de muren van de gevangenis zijn er drie soorten gevangenen. De grootste boosdoeners zijn de criminelen die er een sport van maken om te terroriseren en geweld te gebruiken omdat zij daar schik in hebben. En zelfs in de gevangenis, waar zij zitten om hun leven enigszins te beteren en om enige maat en discipline te leren, zullen zij er alles aan doen om met geweld uit te breken, om zo hun toekomstige gebondenheid en beperkingen alleen maar te vergroten. Dat zijn degenen die door Tamas worden beheerst. Een ander type is degene die door Rajas wordt beheerst en die in de gevangenis terecht is gekomen omdat hij op de een of andere manier een misdrijf heeft begaan. Deze mensen zullen zich in de gevangenis goed gedragen en hun straf uitzitten, en soms kunnen zij op grond van goed gedrag wat eerder uit de gevangenis ontslagen worden. Zij zullen in de gevangenis wat meer vrijheid genieten en een betere behandeling krijgen. Het derde type is Sattvisch van aard en belandt in de gevangenis omdat hij wetten overtreedt die hij als verouderd of als onrechtvaardig beschouwt. Hij geniet veel respect en vertrouwen en kan zich vrij bewegen. Maar toch zijn allen onderworpen aan de beperkingen van de gevangenis.

Dan zijn er nog anderen die naar de gevangenis komen om te dienen. Dat zijn de gevangenenbewaarder, de dokter, enzovoort, die de gevangenen discipline willen leren. Zij

kunnen naar believen de gevangenis in- en uitlopen.

Zo is het geregeld en ieder mens krijgt een plaats die bepaald wordt door wat hij heeft gedaan. Het enige verbindende en gezamenlijke gegeven is dat alles en iedereen - met uitzondering van de Zelfgerealiseerden - onderworpen is aan wedergeboorte. Voor het overige heeft een ieder zijn eigen toekomst en mogelijkheden.

IV HET ONTVALLLEN

*Wanneer iemand sterft, keert hij terug tot de Vader.
Dat is een moment van vreugde, niet van verdriet,
omdat hij de uiteindelijke plaats bereikt.*

Vraag: Wanneer iemand met wie men tijdens het leven nauw verbonden was en die men heeft liefgehad, sterft, dan zal men de dood van het lichaam direct aanvaarden, terwijl er een veel langere tijd nodig is om de geestelijke banden los te laten. In die periode zijn er veel gelukkige herinneringen, en ook spijt voor niet terugbetaalde schulden. Zou Zijne Heiligheid kunnen aangeven hoe deze periode in positieve zin gebruikt zou kunnen worden, wellicht voor beide partijen? Is het mogelijk gedurende enige tijd te communiceren met een overledene? Heeft dergelijke communicatie zin, of is het iets dat vermeden moet worden en zo snel mogelijk moet worden afgebouwd?

Antwoord: De directe communicatie op subtiel niveau tussen levenden en doden is zeker niet nodig en zelfs ongewenst. Het is ook onnodig en onnatuurlijk om de herinnering aan iemand uit de geest te bannen, in de hoop er zo los van te komen, of er zelfs allebei los van te komen. De herinnering aan de overledene is niet wederzijds, maar zal aanvankelijk nog heel levendig zijn. Dat komt door het verlies van de band met die persoon, terwijl er nog geen nieuwe banden voor in de plaats gekomen zijn. Maar dat blijft niet altijd zo. Na verloop van tijd zal de nagedachtenis wegebben en vervangen worden door andere herinneringen, die voortkomen uit nieuwe bindingen. Men moet dus niet proberen de herinnering weg te drukken, noch om die levend te houden. Dat is allebei onmogelijk.

Vraag: Zijne Heiligheid zegt dus dat zulke gevoelens niet wederzijds zijn en dat al die subtiele activiteiten, de herinneringen dus, de doden niet helpen?

Antwoord: Wanneer een mens sterft, verblijft hij in het astrale, etherische gebied, tot hij een nieuw lichaam krijgt. Zolang hij nog geen nieuw lichaam heeft gekregen, is het heel goed mogelijk dat de nagedachtenis zijn aandacht zal trekken. Voor hoe lang dat mogelijk is, is niet te zeggen, maar het kan alleen zolang hij nog geen nieuw lichaam heeft aangenomen.

Er is natuurlijk een constante factor: de herinnering aan het Absolute. Die herinnering zal nooit verdwijnen, wat er ook gebeurt. Als iemand zich dus verbindt met het Absolute en probeert zijn geest te vullen met de herinnering aan het Absolute, dan zal de herinnering aan deze voorbijgaande wereld, waar alle dingen komen en gaan, de mens niet langer kwellen.

Vraag: Dit antwoord zal binnen onze eigen familie van grote waarde zijn, maar hoe komt het dat sommige families geplaagd worden door tragedies, terwijl andere daar geen last van hebben? Hoe moet men hierover denken?

Antwoord: Een tragedie heeft ook een positieve kant. Wanneer men in deze wereld komt, komt men uit een andere wereld. Wanneer men zijn leven in deze wereld geleefd heeft, moet men terugkeren naar die andere wereld. Vanuit het universele (Samashti) wordt men geboren in het individuele (Vyashti).

Wanneer iemand sterft, keert hij terug tot de Vader en dat weerzien geeft vreugde, geen droefheid, want die mens keert terug tot de hoogste staat. Hier is een verhaal dat hiermee te maken heeft:

In Oost-Afrika leefden heel wat mensen uit India. Op een dag stierf één van hen. Zijn lichaam werd door zijn familie in een processie naar de crematieplaats gebracht en sommige familieleden klaagden, huilden en jammerden. De stoet voerde langs een plek waar een Indiër juist bezig was een geldlening te bedingen van een Afrikaan. Toen de Afrikaan het gejammer hoorde, vroeg hij zijn klant waar-

om die mensen zo jammerden, want zij leken uit het zelfde deel van wereld te komen als hij. De Indiër antwoordde dat er kennelijk iemand overleden was, dat zij waarschijnlijk op weg waren naar de crematie en dat ze daarom uiting gaven aan hun verdriet. De Afrikaan vroeg wat er gebeurt als er in een Indiaas gezin een geboorte plaatsvindt. 'Huilen en jammeren ze dan ook zo?'

'Welnee!', antwoordde de Indiër, 'Integendeel, dan is iedereen verheugd en blij omdat we met dat wezen verenigd worden. We hebben verdriet als iemand sterft vanwege het afscheid. We worden dan gescheiden van het wezen dat we hebben liefgehad.'

De Afrikaan antwoordde dat als dat de Indiase traditie was, hij hem geen geld wilde lenen. De Indiër vroeg wat de geldlening te maken had met de rouw en de vreugde van de Indiërs. De geldlener antwoordde dat Indiërs blijbaar verheugd zijn als ze iets krijgen, maar treuren wanneer ze het moeten teruggeven. 'Ik wil u dat verdriet niet aandoen. Ik wil u beschermen tegen toekomstig verdriet en dus zal ik u geen geld lenen.'

Men moet dus geen verdriet voelen wanneer iemand overlijdt. Die mens keert terug tot de werkelijke Vader, ook al worden de tijdelijke en fysieke vader en moeder achtergelaten. We moeten onszelf troosten en onze aandacht richten op de echte Vader van allen, wiens gezin over de hele aarde verspreid is. Wanneer iemand teruggeroepen wordt, moeten we die persoon met blij gemoed laten gaan. Als we steeds maar aan hem blijven denken, vallen we hem lastig omdat hij een gehechtheid, een binding zal voelen door ons verdriet.

Vraag: ... Ik had het gevoel dat de subtiele wereld zóveel groter is dan de fysieke wereld, dat de dood van het fysieke lichaam niets te betekenen heeft. Ik wist dat in theorie, maar ik had er nooit echt van geproefd. Nu proefde ik het werkelijk.

Antwoord: Dit is precies de staat waar werkelijke liefde begint. Het is het punt waar de liefde voor het fysieke lichaam ophoudt en de weg vrijkomt voor werkelijke liefde. Hoewel deze boodschap keer op keer wordt doorgegeven, is het erg moeilijk voor de mensen om boven de liefde voor het fysieke lichaam uit te stijgen. En toch hebben we het fysieke niet lief om het fysieke, maar om de Atman die erin woont. Maar op de een of andere manier raken we verstrikt en beperken we alles tot het fysieke lichaam. Wanneer het genoeg van iemands fysieke nabijheid wegvalt, voelen we verdriet, maar dat verdriet is onnodig en het is een belemmering voor echte liefde. Laat echte liefde stromen. Dan is er geen barrière voor communicatie met de Geliefde. Er is een voorbeeld in de Ramayana:

Op een dag werd een zekere Bali gedood door Rama. De vrouw van Bali, Tara genaamd, was erg bedroefd. Rama had de man niet willen doden, en hij wilde de vrouw geen verdriet aandoen. Dus wilde hij haar troosten. Hij vroeg haar wat haar zo bedroefd maakte. Wie had zij werkelijk lief? Wie was de man met wie zij verenigd wilde zijn? Was het de fysieke mens die zij liefhad, de subtiele mens, of de Atman zelf?

Tara werd gedwongen na te denken. Rama zei dat als zij het fysieke lichaam, dat nog steeds voor haar lag, liefhad, zij het nog steeds lief kon hebben. Maar als zij de Atman van deze man liefhad, de Atman die zeker altijd en overal leeft, zag ze dan niet dat zijn Atman in haar Atman aanwezig was? Was er geen eenheid? Was ze hem vergeten? Tara begreep de vraag en de situatie waarin zij verkeerde. Ze antwoordde dat zij zeker de Atman liefhad en niet het lichaam. Met deze erkenning kwam het begrip dat zij haar echtgenoot niet kwijt was geraakt, maar alleen het levende lichaam dat vroeg of laat toch zou moeten gaan.

V REDENEN VOOR WEDERGEBOORTE

*Het soort gezelschap waarin men verkeert
is het soort gezelschap waarin de natuur de mens doet terugkeren.
Dit is de cyclus die zich steeds weer herhaalt.*

Vraag: Kan men uit wat Zijne Heiligheid ons gezegd heeft, concluderen dat de mens, als evenbeeld van het universum, over verschillende energieniveaus beschikt, van fijn naar grof, maar dat het bewustzijn van de mens zich door onwetendheid bindt aan het grovere in plaats van aan het fijnere?

Is het juist dat de mens door de dood bevrijd wordt van het grovere niveau, zodat hij terugkeert tot de fijnere niveaus waarop hij niet is voorbereid, waardoor hij weer terug wil naar het grovere niveau waaraan hij gewend is? En als hij dan terugkeert op het grovere niveau vergeet hij alles wat hij heeft meegemaakt. Is dit de wijze waarop de mens gebonden is aan het rad van dood en geboorte? En is het juist dat het licht van bewustzijn dat tijdens het mediteren oprijst de mens voorbereidt op de vrijheid die na de dood ervaren kan worden?

Antwoord: De motiverende energie is liefde, die door de fysieke, subtiele en causale lichamen heen werkt in verschillende lagen van fijnheid. De mens in onwetendheid is gebonden aan de grove niveaus in plaats van de fijne, en daardoor keert hij steeds weer terug naar de fysieke vorm, geboorte na geboorte. Dit hoort bij de regels en wetten van de natuur. Het gezelschap waarin men verkeert, is de omgeving waarin de natuur de mens terugbrengt. Wanneer iemand sterft in onwetendheid zal hij eerst naar het fijne gebied gaan, maar al snel terugkeren naar het grove niveau waaraan hij gewend was. De natuur dwingt die mens naar het grove niveau terug te keren en zo de prijs te betalen voor zijn behaaglijke gebondenheid. Dit is de cirkelgang die steeds doorgaat. Toch kan deze vicieuze cirkel van geboorte-dood-geboorte doorbroken worden.

Er zijn drie vormen van hulp beschikbaar: de Gerealiseerde Mens, de Geschriften en het Zelf. Men kan deze drie zien als vormen van genade, of als leermeesters. De aanwezigheid van een Gerealiseerd Mens is een levende kracht en genade. Zijn wijsheid en het levende voorbeeld bevrijden de mens van zijn gehechtheden. De Geschriften zijn passieve bronnen van genade. Zij leggen uit hoe het proces van bevrijding plaatsvindt en wanneer een discipel ernaar luistert en de kennis toepast, kunnen de banden van onwetendheid en gehechtheid doorbroken worden. De meest verborgen bron is het Zelf of de Atman, die altijd aanwezig is, maar onbekend blijft. Als men tot de diepere lagen in zichzelf kan doordringen en erop reflecteert, dan zullen de ware inzichten die oprijzen de mens aansporen en helpen om de vicieuze cirkel te doorbreken, door verlichting. Deze drang, dit verlangen naar bevrijding van de cirkelgang van geboorte en dood wordt uitgedrukt door dit drievoudige gebed:

*Leid mij van illusie naar werkelijkheid,
van duisternis naar licht,
van dood naar onsterfelijkheid.*

(Uit de Brihadaranyaka Upanishad)

Het Zelf is de werkelijkheid, het licht, en het onvergankelijke. Wie volhoudt zal die verlichte staat bereiken van waaruit men niet meer hoeft terug te keren om door geboorte tot een grover bestaan te vervallen. Dit soort gebeden gaat uit van een onderzoekende houding en het stellen van vragen, en ook van het weten dat er een waarheid is, een licht en een onsterfelijkheid, die door de genade van de leermeester, de Geschriften of de Atman, verwerkelijkt moet worden.

Wie zoekt zal vinden. Maar er zijn mensen die zo trots, arrogant en hypocriet zijn, dat ze weigeren zich tot de waarheid te

wenden. Dat zijn degenen die in hun zelfgenoegzaamheid tevreden zijn met wat zij *bezitten* en die door hun gehechtheid daaraan gestraft worden met het eeuwig draaiende rad van fortuin, van geboorte en dood, leven na leven. De uitweg is door het gezelschap van de Gerealiseerde Mens, de Geschriften, of het Zelf. Hier is een voorbeeld van hoe deze genade werkt:

Iemand raakte verlamd en kon zich niet meer bewegen. Hij was geheel afhankelijk van anderen. De mensen vonden dat maar lastig. Zij hadden genoeg van zijn bidden en smeken, en dreven de spot met hem. Op een dag kwam er een heilige man langs en de verlamde vroeg hem om raad. Maar alvorens te antwoorden, vergewiste de heilige man zich ervan dat zijn raad nauwgezet zou worden opgevolgd. Daarop nam hij de verlamde op en zette hem onder een boom, waar hij hem zo goed mogelijk installeerde. Hij gebod hem gedurende drie opeenvolgende dagen geen enkele hulp of gave te aanvaarden.

De dorpingen hadden gezien hoe de heilige man hem onder de boom had geïnstalleerd. Ze werden nieuwsgierig en vroegen de man of zij hem konden helpen, maar hij sloeg alle hulp af. Zelfs toen zij hun hulp opdrongen, weigerde hij, omdat hij de heilige man uit respect gehoorzaamde. Dit vertrouwen op het Zelf maakte hem sterk en zijn gezicht begon te stralen. Binnen drie dagen begonnen de dorpingen zijn innerlijke kracht op te merken, omdat hij zich niet langer ergens druk over maakte en al zijn bezorgdheid en frustratie verdwenen was. Dit veranderde alles en zij begonnen werkelijk voor de man te zorgen. Hij hield zijn blik gevestigd op zijn innerlijk Zelf en op de kracht en genade ervan. Zo gaven de dorpingen hem alles wat een heilig man nodig heeft en hij gaf de dorpingen alles wat zij nodig hadden om ook 'naar binnen te gaan'. Het gezelschap van een Gerealiseerd Mens is vol-

doende om de loop van een armzalig leven om te buigen naar een leven in heiligheid en eenheid. Het advies dat Ik niets nodig heb, veranderde alles.

VI DE AARD VAN HET VOLGENDE LEVEN

*Het is geen toeval dat wanneer men zich grotendeels
met goede dingen heeft bezig gehouden,
men zich op het moment van heengaan iets goeds zal herinneren.
De mens zal zich datgene herinneren wat hij zich tijdens het leven
ook herinnerd heeft, of waaraan hij tijdens zijn leven
de hoogste prioriteit heeft gegeven.
Wanneer je eenmaal het gevoel hebt gekregen
van het belang van iets, dan zal dat bij je blijven.*

Het is niet gemakkelijk te zeggen waar de fysieke wereld op-
houdt en de subtiele wereld begint. Maar hoewel de overgang
niet beschreven kan worden, is het toch mogelijk de feitelijk-
heid van deze verschillende substanties af te leiden.

Bijvoorbeeld:

Wanneer men gaat slapen, vergeet men alles met betrekking
tot het fysieke lichaam en in feite leeft men dan alleen in de
subtiele wereld van de geest. Toch is het niet zo dat men het
fysieke lichaam geheel `verlaat'. Wanneer men 's ochtends
ontwaakt, neemt men de wereld van de fysieke elementen
weer ter hand; men staat op en beweegt zich weer in die
wereld. Op precies dezelfde wijze verlaat het subtiele lichaam
na verloop van tijd het fysieke lichaam, terwijl het alle kennis
en ervaring die het heeft opgedaan meeneemt, want zo is de
aard van de subtiele wereld. De kennis en het subtiele lichaam
blijven bij elkaar en worden elders weer opnieuw geboren, in
een nieuwe fysieke vorm, waarin de combinatie van kennis en
essentie die door alle levens heen is verzameld en opgebouwd,
wordt voortgezet. Omdat er verschillende vormen en niveaus
van wezens in de wereld verschijnen, kan men inzien dat er
een bepaalde wezenlijke kennis beschikbaar moet zijn voor
individuele wezens, waardoor hun taak en functie in de schep-
ping en het niveau van hun intelligentie, worden bepaald.

Dit is het gebied van Prakriti, het proces van komen en gaan in de fysieke wereld.

Het idee van geboorte en dood is verbonden met de verschillende bestaansniveaus in de wereld, die beschikbaar zijn door verschillende soorten handelingen. Als mensen goede handelingen verrichten, dan zijn er voor hen zeker goede resultaten beschikbaar. Als mensen schadelijke dingen doen, dan zullen ze de schadelijke gevolgen van hun daden onder ogen moeten zien. Op grond hiervan kan men zeggen dat hemel en hel te maken hebben met de verschillende niveaus die een mens kan ervaren, en die bepaalde vormen aannemen. Dus wie goede dingen heeft gedaan zal een goede en schone vorm hebben, met alle faciliteiten die erbij horen. Of hij kan de goddelijke vorm aannemen; goddelijk niet in de zin van een bepaalde godheid, maar van wezens die in staat zijn de fijnere staten van de elementen te appreciëren en de fijnere vormen van deugd. Anderzijds kan men degraderen naar de lagere vormen van het dierenrijk en zelfs regelrecht naar de hel. Hieruit kan men opmaken hoezeer zowel de fysieke als de subtiele wereld een rol speelt, maar het is heel moeilijk om een rechtstreekse relatie tussen die twee te leggen.

Er zijn drie manieren om de realiteit van die werelden vast te stellen: allereerst zijn er de Shastra's, de kennis van de Veda's waarvan men zegt dat die door goddelijke inspiratie tot ons zijn gekomen. Dus als de Shastra's iets zeggen, dan geloven we het. Ten tweede is er het gezag van de kennis die we zelf vergaard hebben. Van daaruit kunnen wij kennis krijgen van de fysieke, subtiele en causale bestaansniveaus, en ook van de Atman, die alles doordringt. Ten derde komt het voor dat sommigen een goddelijke ingeving of een inzicht gegund wordt. Alleen *zij* zijn dan in staat om de beperkingen van het fysieke bestaan te boven te komen, de subtiele wereld waar te nemen en rechtstreeks informatie te verkrijgen, door inzicht.

Meestal krijgen de mensen op deze drie manieren enige informatie over dit onderwerp.

Uit dit alles kan men tot de conclusie komen dat de wereld van het fysieke lichaam een beperkte wereld is. Deze beperkte wereld heeft geen werkelijke waarde. Men kan vanuit de fysieke wereld geen rechtstreekse verbinding maken met de subtiele, causale of spirituele werelden, behalve door gebruik te maken van kennis. Dit is het meest redelijke idee en men kan erop vertrouwen. Zij die gelukkig en tevreden zijn, leiden een goed leven in deze wereld en nemen die goedheid mee naar volgende levens, door de andere werelden heen. Hier is een voorbeeld van Koning Janaka:

Op een keer onderbrak Koning Janaka zijn reis en ging slapen. In zijn slaap droomde hij dat hij een dorp inliep. Op het moment dat hij een huis in het dorp binnenliep, kwam er een hond van achteren op hem af en beet hem in zijn been. Er vloeiende bloed uit de wond en het deed erg pijn. De mensen stroomden toe en er werd een dokter bijgehaald. De dokter haalde een zalf tevoorschijn en smeerde die op de wond. Maar de zalf was nogal bijtend, zodat de pijn alleen maar erger werd. De koning schreeuwde het uit van de pijn en daardoor ontwaakte hij uit zijn droom.

Toen hij wakker was geworden, bleek er geen dorp te zijn, geen mensen, geen hond en zelfs geen pijnlijk been! Hoe kan dit gebeuren? Waar kwam de hond vandaan? Wie riep de dokter? Wie riep de mensen bij elkaar en wie maakte het dorp? De enig mogelijke conclusie is dat het subtiele lichaam, de geest, zijn eigen wereld schept en een toneelstuk opvoert. Zo'n gedroomd drama komt voort uit de wensen die men koestert en die in het causale lichaam worden vastgehouden. Deze onvervulde wensen scheppen op de een of andere manier een droomwereld die de onvervulde wensen tot uitdrukking brengt. De ervaring

van de droom is een bewijs van het bestaan van een subtiële en een causale wereld.

Hetzelfde geldt in het leven en bij geboorte en dood. Op het moment van sterven kan het subtiële lichaam niet langer gebruik maken van het fysieke lichaam. Het subtiële lichaam verzamelt onmiddellijk alle ervaringen uit dat leven en springt over naar een nieuwe vorm. Zo springt het van lichaam naar lichaam. Alle ervaringen uit de verschillende belichamingen worden geregistreerd in de subtiële en causale lichamen. De Atman zelf sterft natuurlijk niet, noch wordt Hij geboren.

Als men geboorte en dood beziet in het licht van de drie bestaansniveaus (fysiek, subtiel en causaal), dan is het eenvoudig te begrijpen. In ons gewone leven zijn er ook verschillende staten van bewustzijn, zoals soms bewusteloosheid, slapen, dromen, wakker zijn en Samadhi, de verlichte staat. Al die staten kunnen hier in dit fysieke lichaam worden ervaren. Evenzo geldt in het grotere geheel dat bij dood en geboorte een bepaald niveau achtergelaten wordt, wanneer men het verlaat en naar een ander niveau gaat. De oorspronkelijke verbinding blijft altijd bestaan door de Atman, maar de meeste ervaringen worden achtergelaten, net als we de ervaringen uit een droom achterlaten. Toch nemen we er iets van mee.

Vraag: Bewustzijn is iets ongrijpbaars. Zo is het nog hier, en zo is het verdwenen als het lichaam de laatste adem uitblaast. Wat is de substantie van bewustzijn? Waaruit bestaat het?

Antwoord: De substantie van bewustzijn is *Sat*, of *Ik Ben*.

Sat, Bewustzijn, of Kennis, is ongeschapen; het verschijnt uit zichzelf door de Wil van het Absolute. Je kunt een tafel maken van hout, maar het hout zelf kun je niet maken. Het hout komt tevoorschijn uit een zaadje, in de vorm van een boom. Hak de boom om en het hout is beschikbaar. Maar er is een groot verschil tussen datgene wat vanzelf verschijnt en datgene wat

eruit wordt gemaakt. De vijf elementen komen voort uit de Wil van het Absolute. Vanuit deze vijf elementen (ruimte, lucht, vuur, water en aarde), rijzen alle fysieke vormen van de schepping op, om er dan weer in terug te vallen. Op deze manier veranderen de vormen voortdurend.

Hetzelfde principe geldt voor het menselijk vermogen door wilskracht en door gebruik van alles wat in de natuur beschikbaar is, natuurlijke grondstoffen zoals klei, hout, en dergelijke, te transformeren in andere vormen. Ook die andere vormen zullen uiteindelijk weer uiteenvallen in de vijf elementen. Alle vormen ontstaan vanuit de vijf elementen en keren weer terug tot de vijf elementen. De drie lichamen komen voort uit de wisselwerking tussen deze elementen. Maar bewustzijn verschijnt alleen door de Wil van het Absolute en werkt door alle vormen die in de schepping beschikbaar zijn heen.

Hetzelfde geldt voor de mens. Mensen verschijnen door de Wetten van de Natuur, en ze zullen blijven verschijnen. Maar de mens is niet in staat een mens te scheppen zoals de Natuur dat doet. Op zijn best kan men een mens nabootsen in klei, steen, was, metaal, of welk ander materiaal dan ook, en zo een natuurgetrouwe kopie maken. Maar het is onmogelijk een mens te scheppen anders dan door de Wetten der Natuur, de wetten van seksuele omgang en voortplanting. Een bloem rijst op uit de Wetten der Natuur. Als mensen bloemen willen maken, zullen ze andere materialen moeten gebruiken en zullen ze nooit verder komen dan een kopie van de echte bloem. Ze zullen nooit in staat zijn de oorspronkelijke bloem te herscheppen. Als de echte bloem moet verschijnen, dan zal dat slechts plaatsvinden door de Natuur. Zo kan men ook inzien dat al wat geschapen wordt en het spel binnentreedt, zal moeten sterven.

Maar de bron van dit alles, het bewustzijn, is niet verbonden met substanties. Want alle substanties rijzen op uit bewustzijn.

Mensen moeten volgens een bepaald plan te werk gaan, maar het is niet nodig het plan in één dag uit te voeren. In de loop van een dag moeten mensen eten, zich wassen, hun kamers doen, de kost verdienen en allerlei andere werkzaamheden doen. Door al die dingen iedere dag te doen, voeren zij in feite dat grote plan uit, dag in dag uit. In de spirituele wereld geldt hetzelfde. Als men bijvoorbeeld het prijzenswaardige besluit neemt om een schuld terug te betalen, dan zal men dagelijks moeten betalen. En als men een dag in luiheid doorbrengt moet men geen schuldgevoel hebben, maar zich erop verheugen door te gaan met terugbetalen.

Neem een ander geval. Iemand krijgt aan het eind van zijn leven 'de geest' in de vorm van een goede impuls, maar mist de energie en ook de tijd om zijn besluit te verwezenlijken. Moet die mens zich dan schuldig voelen? Nee, dat is niet nodig, want als zijn lichaam sterft, zal hij zeker in betere omstandigheden terugkeren om zijn eerdere besluit weer op te nemen.

In de Bhagavad Gita wordt ook gezegd dat als een Yogi sterft voordat hij volledige realisatie bereikt, hij in gunstige omstandigheden geboren zal worden om het werk af te maken. Dit is heel duidelijk, want men kan vaak zien dat er op het goddelijke pad van Bevrijding zowel ouderen als jongeren zijn die tot spirituele waarheid komen. Soms zijn ook jonge kinderen erg geïnteresseerd in dit werk en ermee bezig. Dat kan alleen maar doordat zij in hun vorige levens of in dit leven een goede impuls hebben gekregen om aan het werk te gaan. Laat het werk doorgaan en zich ontwikkelen op een natuurlijke manier. Als zich een belemmering of tekortkoming voordoet, zie het dan alleen maar, vergeet het en voel geen spijt, maar maak zo goed mogelijk gebruik van het volgende moment dat zich aandient, om het genomen besluit te ondersteunen. Treed dat moment hoopvol en in alle openheid tegemoet.

Vraag: Als men vaak gebruik maakt van de Mantra gedurende de dag, tussen twee handelingen in, is er dan een goede kans dat wanneer die mens weer geboren wordt, de eerste klank waar hij aan zal denken de Mantra zal zijn?

Antwoord: Wanneer men in het gewone leven met een probleem bezig is en ermee gaat slapen, dan zal men na zes of zeven uur bij het ontwaken ontdekken dat hetzelfde probleem weer in de geest opduikt. Hetzelfde principe geldt bij transmigratie van de ziel. Wat bij de mens in zijn laatste momenten overheerst, zal weer opkomen wanneer hij een nieuwe belichaming aanneemt. Dit betekent dus dat wanneer iemand zijn volgende leven wil beginnen met de Mantra, hij die in zijn geest moet vasthouden en hij zich zozeer met de Mantra zal moeten bezighouden, dat hij de wereld verlaat met de Mantra. Dan zal hij de Mantra weer terugkrijgen.

Vraag: Dat is een sterke aansporing, want misschien moeten we in een volgend leven enige tijd wachten en moeilijkheden overwinnen voordat de meditatie ons weer gegeven wordt.

Antwoord: Het is zeker dat wanneer bij iemand een bepaald idee overheerst, dat idee zich zal tonen in de laatste momenten van zijn leven. Het is geen toeval dat als men zich voorname-lijk met iets goeds heeft beziggehouden, men zich iets goeds zal herinneren wanneer men op het punt staat de wereld te verlaten. Men zal zich nu eenmaal datgene herinneren wat men zich zijn leven lang heeft herinnerd, of wat men tijdens zijn leven als het belangrijkste beschouwde. Zodra er een gevoel van belangrijkheid is, zal dat de mens niet verlaten. Het is dus een soort natuurwet dat alleen als je *nu* belang hecht aan de Mantra, de Mantra bij je zal zijn op het laatste moment. Als de Mantra bij je is in de laatste momenten, dan zal hij er ook zijn in de eerste momenten van het volgende leven. Degenen die meer belang hechten aan hun lichaam en aan lichamelijke

relaties in de wereld zullen zoiets niet meekrijgen vlak voor hun dood. Meestal hebben zij het te druk met alle relaties die zij gedurende hun levens zijn aangegaan. Omdat zij zich hun lichaam herinneren en alles wat daarbij hoort, zullen zij in het volgende leven geen belichaming krijgen die werkelijk ontvankelijk is voor spirituele groei. Daarom is het van het allergrootste belang zich *nu* met goede dingen bezig te houden en daarmee door te gaan; dan volgt de rest vanzelf. Dan zal in het volgende leven het meeste worden volbracht en kan men in het volgende leven veel verder komen.

VII VOORBEREIDING VOOR DE DOOD

*Alles wat men kan doen is zich voor te bereiden
en zo goed mogelijk zijn plicht te doen.
Als men heeft geleerd iedere dag zijn best te doen,
dan is het niet nodig aan de laatste reis te denken,
want wat het ook is dat men heeft kunnen doen, is genoeg.
Meer had men niet kunnen doen en
het ontbrekende zal door het Absolute worden bijgepast...*

Vraag: Wat is het belangrijkste dat men vóór de dood kan doen om van een blijvende verbinding met Zijne Heiligheid en onze eigen organisatie verzekerd te zijn, en om voor dit werk als geheel zo nuttig mogelijk te zijn?

Antwoord: Een Gerealiseerd Mens had een jonge discipel. De Wijze Man was al heel oud en stond op het punt om deze wereld te verlaten. De jonge discipel was bezorgd en vroeg zijn leermeester wat hem te doen stond om tot bevrijding te komen, nu de Wijze Man op het punt stond de wereld te verlaten. De meester antwoordde dat hij zich hierover geen zorgen hoefde te maken. Wanneer eenmaal een verbinding tot stand is gebracht tussen leraar en leerling, zullen ze samen worden bevrijd. Lichamen lijken elkaar te verlaten, maar in werkelijkheid komt de leraar keer op keer terug om de leerlingen voor te bereiden en dan worden allen gezamenlijk bevrijd.

Vraag: Zijne Heiligheid sprak over bevrijding in verband met het voorbereiden op de dood. Kan Zijne Heiligheid hier nog meer over zeggen, vooral in verband met de dood van het fysieke lichaam?

Antwoord: Het lichaam is gemaakt van materiaal dat in de loop van de tijd tot ontbinding moet overgaan. Het is dan ook natuurlijk dat wat geboren wordt, moet sterven.

Degene waarvan men zegt dat hij met een lichaam wordt geboren, dankt dat lichaam alleen maar af ten tijde van de zogenaamde dood. De dood is niet het einde voor degene die het lichaam bezat. Degene die het lichaam aanneemt en afdankt is een bewust wezen. Zoals mensen oude kleren wegdoen wanneer die versleten zijn, zo neemt het bewuste wezen een nieuw lichaam aan na het oude weggeworpen te hebben. Dit is de enige relatie tussen het fysieke lichaam en het bewuste wezen. Een ander soort relatie is de relatie tussen bewuste wezens. Die relatie wordt gevestigd op de Weg. De leraar en zijn leerlingen hebben zo'n relatie. Die relatie is niet gebonden aan tijd en ruimte. Zolang beiden niet bevrijd zijn blijft de relatie. Bij de bevrijding eindigt de relatie door eenheid. Alleen in dualiteit kan er sprake zijn van relaties; in eenheid is er geen relatie, want alles is één.

Vraag: Wanneer bevrijding een feit is, hoeft het bewuste wezen geen belichaming meer aan te nemen?

Antwoord: Het aannemen en verlaten van een lichaam staat niet in verband met bevrijding. De bevrijding houdt het inzicht in van 'Ik ben niet het lichaam'. Wie tot dat inzicht komt, wordt van alle gehechtheden verlost, dat wil zeggen van al die relaties.

Vraag: In de heilige geschriften - zoals het evangelie van de Christenen - wordt dood vaak beschreven als een bruiloft of vereniging met de Heer als bruidegom en we weten nooit wanneer Hij komen zal. Er is een verhaal waarbij iemand van het bruiloftsmaal werd weggestuurd in 'de buitenste duisternis' omdat hij geen bruiloftskleren had aangetrokken. Wat zijn die bruiloftskleren? Gelukzaligheid misschien en het vereren van de Heer?

Antwoord: Het is juist dat sommigen na de dood een huwelijk aangaan met de Heer. Dit is een vereniging met de Heer. Maar men kan niet zeggen dat iedereen die vereniging ten deel zal vallen. Het hangt er allemaal van af hoe men in deze wereld, waar men is neergezet, heeft geleefd. Waar men zijn hart aan uitgehuwelijkt heeft, dat zal bepalen wat er in het hiernamaals zal gebeuren.

In India worden huwelijken gearrangeerd, en de meisjes weten van te voren helemaal niet in wat voor huis zij terecht zullen komen. Dan breekt de tijd aan dat zij van het ouderlijk huis weggaan om in het huis te trekken dat zij niet kennen. Dan zijn zij bedroefd en bang. Die vrees uit zich in tranen en de bruid huilt omdat haar geliefde relaties worden verbroken en de nieuwe nog moeten worden gevestigd.

De gelukkigen die een liefdesrelatie met de Heer hebben opgebouwd en die Hem op de een of andere manier het hof hebben gemaakt, bijvoorbeeld door het bestuderen van de geschriften, door het volgen van een bepaalde discipline, of op welke manier dan ook, en als in die hofmakerij liefde is opgezezen, dan maken zij zich dat bruiloftskleed vóór zij sterven. Wanneer zij doodgaan helpt het bruiloftskleed hen om zich met de Heer te verenigen. Men moet zich dus voorbereiden. Die voorbereiding, waarbij men Hem leert kennen en Hem probeert te ervaren op de drie manieren waarop dat mogelijk is, is de introductie tot de Heer. Wanneer die relatie eenmaal gevestigd is en er is liefde, dan kan men ervan verzekerd zijn dat men dat huwelijk in het hiernamaals zal meemaken. Maar de meeste mensen hechten zich aan allerlei wereldse zaken; aan andere mensen, aan hun huis, geld of carrière, en op het moment van sterven worden die gehechtheden dominant. Als zij daaraan denken op het moment van doodgaan, dan worden ze teruggeworpen in dezelfde omstandigheden als waarin ze

sterven. Dan komen zij niet dicht bij het Absolute voor het huwelijk, of voor wat dan ook. Tenzij ze in dit leven leren en proberen een relatie met de Heer op te bouwen, zullen zij geen bruiloftskleed hebben om aan te trekken. Dan kan het huwelijk niet voltrokken worden.

Vraag: Mijn eigen dood is niet meer veraf; daarom wil ik er zeker van zijn dat het denken aan Param-Atman en het opdragen van handelingen voldoende is om het bruiloftskleed te maken.

Antwoord: U bent al verloofd en u hoeft in het geheel niet aan zulke dingen te denken. U hebt de initiatie voor de meditatie ontvangen en door te mediteren hebt u al iedere dag de bruiloftskamer bezocht. Die vereniging is er al. Wanneer de dood, die ons allemaal zal bezoeken, komt, is het enige dat men zich voor de geest moet houden, dat het lichaam afgedankt wordt. Behalve het afleggen van het lichaam is er niets aan de hand. Er verandert niets en omdat u gedurende al deze jaren uw relatie al heeft gevestigd, denk ik dat u zult ontdekken dat wat er daarginds ook gebeurt, het niet vreemd voor u zal zijn. Integendeel, u zult het allemaal erg vertrouwd vinden. U zult naar een vertrouwde plaats gaan die niet nieuw voor u is en u zult in het geheel geen twijfel of angst voelen wanneer u dat gebied binnentreedt. Het enige advies dat op dit moment te geven valt, is om alle gevoelens van angst voor het onbekende af te schudden en in gedachten te houden dat het verlies van het fysieke lichaam op geen enkele wijze een echt verlies is. U hebt, gegeven de mogelijkheden van dit lichaam, er het beste van gemaakt en dat is genoeg. De komende reis zal voor u geen probleem opleveren.

Vraag: Tijdens een van de bijeenkomsten in deze Ashram heeft Zijne Heiligheid gezegd dat Bhakti (toewijding) zuivert, schoonmaakt en een mens op zijn best aan de Param-Atman

presenteert. Kan men deze uitspraak in verband brengen met het moment van de fysieke dood, aangezien de laatste wens van de stervende zijn volgende leven bepaalt?

Antwoord: De vraag naar eenheid met het Absolute heeft meerdere facetten. Men kan stellen dat ieder mens in de wereld iedere dag enige eenheid met het Absolute ervaart. Als dat niet het geval was en als er geen enkele communicatie was, dan zou het vrijwel onmogelijk zijn om het leven in stand te houden. Niets in deze schepping kan gebeuren zonder dat er ergens een verbinding is met het Absolute. In de diepe slaap vindt een zekere vereniging plaats met het Absolute en wordt het lichaam daardoor weer opgeladen, zodat het fris aan de volgende dag kan beginnen, zonder vermoeidheid. Hier is ook sprake van vereniging, maar niet van een bewuste vereniging. Het is slechts een natuurlijke zaak, maar toch vindt er vereniging plaats. Dan is er de initiatie in de Meditatie en de volle betekenis van de Geschriften. Wie mediteert treedt iedere dag dat onbekende gebied binnen en vestigt zo zijn relatie, niet door de diepe slaap, niet in onwetendheid, maar met enig bewustzijn. Hierdoor vestigt men een relatie met het Absolute. Naarmate de tijd voortschrijdt zal het moment komen dat men dit fysieke gebied te boven zal moeten komen om de diepere relatie aan te gaan. Wanneer men bij deze relatie of vereniging stilstaat, zal men vinden dat die niets te maken heeft met het fysieke lichaam en dat ook de geest erbuiten blijft. In feite blijft alles erbuiten, behalve de mens Zelf. De vereniging is een kwestie van eenheid van de mens Zelf met de Param-Atman. Al het andere wordt achtergelaten. Maar zelfs als nog niet alles verwerkelijkt is en er nog werk overblijft, dan zal het Absolute gunstige omstandigheden scheppen in het volgende leven, zodat men beter voor de totale vereniging kan werken. Wanneer we eenmaal de smaak te pakken hebben, kunnen we doen wat we denken te moeten doen, meer hoeven we niet te doen. We kunnen niets opeisen, we hoeven niet bevreesd te

zijn. Het Absolute beschikt en we moeten erop vertrouwen dat Hij goed zal doen aan ieder die geprobeerd heeft de relatie met Hem aan te gaan.

Vraag: Hoe kan men de prana's onder beheersing brengen vóór en tijdens het sterven? Kan Zijne Heiligheid hier iets over zeggen?

Antwoord: Prana is het fysieke aspect van ons bestaan. Het is geheel fysiek; een verfijnd aspect van lucht. Op het moment van heengaan wordt de prana, de levensadem, weer universeel, wordt weer opgenomen in de prana die de hele schepping bij elkaar houdt. De prana gaat eenvoudig op in de universele prana en daar is niets aan te doen. Het is nutteloos te proberen dat proces te beheersen of te veranderen op het moment van doodgaan. Men moet het laten voor wat het is en dan zal het heel natuurlijk zijn eigen gang gaan.

Maar wat we moeten begrijpen is dat het subtiële lichaam de mens naar het volgende leven draagt. Alleen dat gaat op weg. De bewegingen van de prana's worden beheerst door Manas, de denkende geest, en in het stervensuur is het enige wat telt en wat het volgende leven beïnvloedt, de ideeën en gedachten die men dan in de geest koestert. Wat men op dat moment ook in gedachten houdt, vormt het plan van het volgende leven. Als er op dat moment iets te regelen valt, dan is het enige waar men naar moet streven helderheid van geest en zuiverheid van het denken. Maar men moet zich voorbereiden, zodat men steeds zuivere gedachten heeft en zich de waarheid en het Absolute herinnert. Bovendien moet men geen enkel verlangen meer koesteren en geen gehechtheid aan iets dat bij de fysieke of de intellectuele wereld hoort. Dat is wat men zich moet proberen te herinneren. Als men zich op die helderheid van geest en zuiverheid van gedachten heeft voorbereid, dan zal van daaruit het volgende lichaam worden gevormd. De regel is - en die wordt ook in de Bhagavad Gita vermeld - dat

de gedachte die men koestert op het moment van doodgaan het volgende lichaam zal scheppen. Het is erg moeilijk om vlak voor de dood goede gedachten vast te houden als men zich niet geïoefend heeft om altijd goede gedachten te hebben. Het laatste moment laat zich niet altijd beheersen. Dus moet een mens zich langzamerhand en stap voor stap oefenen om zuivere gedachten te hebben. Prana is fysiek, want het werkt ook wanneer men slaapt en er geen beheersing over heeft. Prana is een mechanisch aspect van het leven en het is niet van belang in verband met het hiernamaals.

Vraag: Na vele jaren verbonden te zijn geweest met de Study Society, zowel fysiek als geestelijk, komt de tijd dat men niet meer in staat is aan alles mee te doen. Kan Zijne Heiligheid iets zeggen over Zelfrealisatie wanneer men zich in fysieke zin moet terugtrekken? Zou Zijne Heiligheid ook kunnen spreken over de ware betekenis van Heilig Gezelschap?

Antwoord: Er zijn drie niveaus van gezelschap. Er is het gezelschap van het Zelf, de Param-Atman binnenin. Ten tweede is er het gezelschap van de Gerealiseerde Mens. De derde vorm is het gezelschap van de Geschriften, dat wil zeggen de Heilige Geschriften of de adviezen die de Society van Zijne Heiligheid heeft ontvangen. De eerste vorm is de allerheiligste: het gezelschap van het Zelf. Maar doorgaans vinden de mensen dat gezelschap niet. Niet omdat het er niet is; het is er altijd, immanent en beschikbaar voor iedereen, maar de mensen kunnen het niet vinden. Heilige literatuur kan hen helpen het te vinden en het gezelschap van goede mensen is noodzakelijk; soms kan men een Heilige bezoeken en in Zijn gezelschap zijn.

De werkelijke reden waarom men het gezelschap van het Zelf niet kan vinden, is gelegen in de Buddhi, het onderscheidingsvermogen. Als de Buddhi meer gehecht is aan wereldse zaken, dan zal men zich bezig houden met de wereld en dan heeft

men het veel te druk om naar binnen te kijken. Wie het gezelschap van het Zelf niet vindt, maakt eenvoudig niet voldoende tijd vrij om bij het Zelf te zijn. Als de Buddhi zich echter heeft omgedraaid naar het innerlijk, dan zal men vinden dat het Zelf daar aanwezig is en dat men zich ermee kan verbinden. Dan zal het Zelf ook in verbinding treden en op vele manieren hulp verlenen ten aanzien van de vraag hoe men zijn leven moet leiden. Eén ding is heel zeker: het Zelf zal nooit een slecht advies geven. Het Zelf bedriegt niet.

De antwoorden die in de loop der jaren zijn gegeven omvatten alle mogelijke situaties. Het enige wat er nog te doen staat, is er gebruik van maken. De antwoorden zijn er, de bewijzen zijn er. De antwoorden zijn niet opgelegd, maar kunnen geverifieerd worden vanuit de argumentatie die met de antwoorden meegegeven werd. Dan zal men vinden dat ze van toepassing zijn op vragen en problemen die kunnen oprijzen in het leven van de mensen afzonderlijk, in het leven van een gemeenschap of van een heel land. Alle situaties worden erdoor gedekt. Men hoeft er alleen maar gebruik van te maken.

Wanneer men zich terugtrekt, moet men deze drie soorten gezelschap onderhouden. Omdat er dan minder te doen valt, is het van groot belang spirituele kennis een betere kans te geven, want op een dag zal men zich uit de fysieke wereld terugtrekken. Wie zich niet goed op de volgende wereld heeft voorbereid, zal zichzelf als een leeg vat terugvinden en zal bij gebrek aan substantie heen en weer geslingerd worden, als een speelbal op de golven van de zee. Nú is dus de tijd om gebruik te maken van het goede gezelschap dat beschikbaar is.

Vraag: Ik zou graag een persoonlijke vraag willen stellen. Net als de dichter Valmiki vind ik het op oudere, vreedzame leeftijd gemakkelijker mij voor het werk in te spannen dan in de wilde jaren van de jeugd. Maar een hogere leeftijd betekent tevens het naderen van de dood. Hoe moet men hiermee omgaan? Ik kan zien hoe de naderende dood mij tot een

grotere inspanning aanzet. Ik kan de dood nu zien als een universele kans die niet gemist mag worden. Zijn er, naast een grotere inspanning, nog andere stappen die gezet moeten worden?

Antwoord: Op de dag dat men in deze wereld komt, ligt het vertrek eveneens vast. Het is zeker dat wie geboren wordt, vroeg of laat zal moeten gaan. Maar het is alleen het lichaam dat geboren wordt en dan weer oplost. De bewoner van het lichaam komt nergens vandaan en gaat nergens heen. Daarom is de enige voorbereiding zich volledig los te maken van het lichaam. Wanneer het fysieke lichaam oplost in de elementen, wordt het overleefd door de subtiele en causale lichamen, die wachten op de volgende ronde. Zij lossen alleen op bij de totale bevrijding. Daarom is de dood van het fysieke lichaam in feite niet zo belangrijk. Alle inspanning moet gericht zijn op de voorbereiding voor totale bevrijding. Om dat te bereiken moet men alert en wakker zijn, zodat het innerlijke orgaan van de geest (de Antahkarana) gezuiverd kan worden door kennis en meditatie. Wanneer alle belemmeringen weggenomen zijn en er geen beperkingen meer overblijven, zal het zogenaamde individuele bewustzijn opgaan in het universele bewustzijn. Dit is de enige gelegenheid die het waard is aangegrepen te worden en waar men uit alle macht naar moet streven. Dit is de enige werkelijke kans die niemand zou moeten missen. Er zijn twee verschillende richtingen van werk aangegeven, om kennis en meditatie verder te helpen. Beide zijn effectief; daarnaast is toewijding een waardevolle weg. Beide leiden tot bevrijding of volle realisatie, zowel tezamen als afzonderlijk. Het is mogelijk de uiteindelijke eenheid hier en nu op beide manieren te realiseren. Het doet er niet echt toe of het fysieke lichaam vandaag gaat, of over tien jaar. Zelfs wanneer het lichaam geen fysieke activiteiten meer kan verrichten, is de Antahkarana in staat vrijheid of gebondenheid na te streven.

Bevrijding is mogelijk wanneer meditatie natuurlijk wordt en alle belemmeringen weggenomen zijn. Door kennis verwerkelijk men de gelijkheid van het Zelf, de mens Zelf, en het Absolute en zo verliest men ieder idee van beperking. Er bestaat geen andere speciale weg, maar meditatie en kennis worden bijzonder wanneer men besluit beide wegen zeer oprecht te volgen, in voortdurend gewaarzijn, zonder een moment te verliezen. In het algemeen kan men zeggen dat de weg van meditatie gemakkelijker is dan die van kennis. Maak slechts gebruik van de wilskracht die je van nature gegeven is.

Het fysieke lichaam is als een kledingstuk. Het is nuttig voor een bepaalde tijd. Wanneer het versleten is, wordt het weggegaan en vervangen door een nieuw kledingstuk. Dat gebeurt alleen omdat de Antahkarana niet schoongemaakt is en er nog steeds belemmeringen zijn. Omdat die belemmeringen vooruitgang op de weg blokkeren, moet men steeds weer een nieuw lichaam aannemen.

VIII EEUWIGE VERBINDING

*Wanneer men de gids eenmaal gevonden heeft,
heeft men hem voor altijd gevonden.*

Ruimte en tijd zijn van ondergeschikt belang.

*Of ze bij elkaar zijn of kilometers van elkaar maakt geen verschil.
In de innerlijke wereld is alles verenigd.*

Vraag: Hoe moet men over tijd denken in verband met het zoeken naar Zelfrealisatie? Heeft de mens maar een bepaalde tijd beschikbaar of is zijn tijd onbeperkt?

Antwoord: Er is geen tijdslimiet voor Zelfrealisatie. Het kan in enkele minuten plaatsvinden, of het kan zo lang duren als het neemt. Wanneer de geest stil is geworden en onzuiverheden verwijderd zijn, dan is men dichtbij het doel. De factor tijd is afhankelijk van het zijnsniveau.

Vraag: Als iemand de ladder van Zelfontwikkeling niet snel genoeg opgaat, loopt hij dan het risico de hulp van zijn leermeester te verliezen?

Antwoord: De gids is altijd bij de discipel. Er is geen sprake van dat hij hem in de steek zou laten. De gids zal hem nooit verlaten, tot de discipel Zelfrealisatie bereikt. Zelfs de dood verbreekt die band niet. Men hoeft zich dus geen zorgen te maken over de hulp van de gids. Zolang de discipel nog geen Zelfrealisatie heeft bereikt, blijft er een mentaal beeld in de geest van de Gerealiseerde Mens en wanneer de discipel het doel heeft bereikt, wordt dit beeld één met hem. Men kan van zorg in dit opzicht verzekerd zijn.

Moge uw reis vreedzaam verlopen. U zult er nu vastberaden vanuit moeten gaan dat het koninkrijk binnenin u is, dat u er zelf de rechtmatige eigenaar van bent en dat u vanuit dat rijk

zult moeten regeren. De verbinding tussen discipel en leraar wordt slechts éénmaal gelegd en blijft altijd in stand. Het lijkt op de huwelijksrelatie. Wanneer een meisje 'ja' zegt op haar huwelijksdag, dan is dat een heel belangrijk moment. Dat moment geeft vorm aan de dingen gedurende de jaren die volgen, en haar echtgenoot zal bij haar zijn. De gewone dingen van het leven vinden plaats zonder diepe indruk te maken en dat gold tot nu toe ook voor de discipel. Maar wanneer je de gids eenmaal gevonden hebt, heb je hem voor altijd. Tijd en plaats zijn onbelangrijk, want of zij nu bij elkaar zijn of kilometers verwijderd van elkaar maakt geen verschil. In de innerlijke wereld is alles één.

In de loop van de tijd zijn antwoorden op vragen gegeven. Het zijn er zoveel dat als u ze nog eens overweegt, u een antwoord zult vinden op iedere vraag die kan oprijzen. Dus voor wat betreft de kennis kunt u het vrijwel alleen af. Maar dat betekent niet dat er geen contact meer zal zijn. Er zijn twee soorten leiding. De ene is de zichtbare, fysieke leiding die hier nu gegeven wordt en die in het verleden ook beschikbaar was. Maar er is een ander niveau van leiding en zorg. Dat is de geestelijke en spirituele leiding. Die leiding is altijd beschikbaar geweest en zal altijd beschikbaar zijn.

Wat het fysieke contact betreft moet gezegd worden dat Zijne Heiligheid zich nu heeft teruggetrokken uit de organisatie waar Hij leiding aan gaf. Hij weet dat Zijn einde eveneens nadert en Hij moet zich voorbereiden voor het volgende stadium van Zijn reis. Toch zal Hij beschikbaar zijn wanneer u hulp nodig hebt, aangenomen dat Zijn gezondheid het toelaat en Hij hier verblijft en tijd beschikbaar heeft. De deuren zijn in het geheel niet gesloten, maar het kan zijn dat de bezoeken met langere tussenpozen zullen plaatsvinden en van kortere duur zullen zijn.

Meditatie is belangrijker dan voedsel. Meditatie is zelf voedsel, spiritueel voedsel. Zonder meditatie kan het innerlijk van iemands wezen niet gesterkt worden. Men kan gemakkelijk een dag of twee zonder fysiek voedsel, maar zonder meditatie zal men altijd een gemis voelen aan innerlijke kracht. Om die innerlijke kracht substantieel te maken, moet men steeds de traditie volhouden, tweemaal per dag. Als meditatie op de juiste wijze in praktijk gebracht wordt, dan bereikt men de kern van het eigen Zelf. Van daaruit komt alle fijne energie die nodig is om efficiënt te werk te gaan.

De wereld van vandaag heeft moeilijkheden op spiritueel gebied. Mensen zoeken leiding. Zijne Heiligheid meent dat de Study Society een leidende rol in het land moet kunnen vervullen, gegeven de kennis waarover zij beschikt en de oefening die uitgevoerd is. Daardoor kunt u de mensen tot meditatie brengen, zodat hun innerlijke staat beter wordt.

Het is als een wolk voor de zon, die zelf altijd straalt. De wereld bevindt zich in deze wolk en de wolk moet worden verwijderd. Meditatie en de kennis die gegeven is, moeten in staat zijn die wolk te verwijderen, zodat de straling van het Zelf beschikbaar komt voor ieder mens en voor de gemeenschap.

Door meditatie zal de liefde voor elkaar en voor de spirituele leider toenemen en naarmate die liefde toeneemt, zal het effect van meditatie en kennis ook toenemen en zich verdiepen.

IX GEBED

*Leid mij van illusie naar werkelijkheid,
van duisternis naar licht,
van dood naar onsterfelijkheid.*

Soorten gebed

Er zijn twee soorten van bidden. De ene soort bezingt de glorie en luister van het Absolute, waarbij de dichter dit in een zo mooi mogelijke vorm tracht te doen en alles bezingt wat het Absolute in deze wereld tot manifestatie heeft gebracht. De andere soort is erop gericht de gevolgen van Ahankara weg te nemen. Dan bezingt men niet de luister van God, maar spreekt men over de eigen tekortkomingen. Men zegt dan dat men niet in staat is iets tot stand te brengen. Of men heeft het een of ander verkeerd gedaan en men bidt het Absolute om genade en om verlost te worden van al deze tekortkomingen. De eerste soort, waarbij men de glorie en luister van het Absolute bezingt, is de beste. Op de andere manier wordt Ahankara wellicht kleiner gemaakt, maar er is niets positiefs in te vinden dat ervoor in de plaats kan komen. Op zich is er niet veel op tegen om altijd achteraan te lopen, maar het verhindert dat de glorie en luister direct op die mens afstraalt. Op de eerste manier zegt men van het Absolute - God - dat Hij Alwetend is, Allesdoordringend, de Bron van alle kennis, Almachtig, de Schepper van schoonheid en vorm. Omdat de mens Zijn Zoon is, vindt men het fijn om te genieten van wat Hij geschapen heeft en ook om zelf mee te doen aan het scheppingsproces. Zoals een leeuwenwelp na verloop van tijd volwassen wordt en zich als een volwassen leeuw gedraagt. Op de andere manier herhaalt men voortdurend tegen het Absolute wat in een gebed in het Sanskriet als volgt verwoord wordt: `Ik ben een zondaar en ik heb allerlei zondige handelingen verricht. Ik ben heel laag en nietig. Wilt U alstublieft zo vriendelijk zijn mij

te verlossen uit al deze zondigheid. Wilt U mij vergeven dat ik ben zoals ik ben!’ Het gebed dat zich richt op de luister en glorie is veel positiever, lichter en lonender.

Vraag: Zijne Heiligheid heeft vaak gesproken over bidden. Zo ook gisteren en vanochtend, toen Zijne Heiligheid sprak over twee soorten gebed: de lofprijzing en de schuldbekentenis. Ik zou willen vragen of er nog een derde soort is, waarbij men om hulp vraagt. En als dat zo is, zou Zijne Heiligheid dan kunnen aangeven hoe je dat zou moeten doen?

Antwoord: Nee, die derde soort is niet nodig, want Hij weet toch al wat men wenst. Niet noodzakelijk dus.

Hoe moeten we bidden?

Vraag: Wat bedoelt Zijne Heiligheid wanneer Hij zegt dat we moeten bidden? Ik heb dikwijls de behoefte gevoeld om te bidden, maar wat bedoelt Zijne Heiligheid nu precies?

Antwoord: Als we denken dat we iets verkeerd hebben gedaan, dan moeten we bidden en als we vinden dat we niets verkeerd hebben gedaan, is het niet nodig om te bidden. Wanneer we een tekortkoming in onszelf voelen, dan hebben we een aanbeveling nodig om die tekortkoming weg te nemen. Bidden is ervoor om die aanbeveling te verkrijgen. Het is een poging die aanbeveling te verkrijgen om de tekortkomingen in onszelf te verwijderen. De Param-Atman bidt niet. Het is de onvolkomen Jiva-Atman die bidt. Param-Atman hoeft niet te bidden, want Param-Atman is volmaakt. Maar omdat Jiva-Atman tekortkomingen heeft, is het nodig dat Jiva-Atman bidt.

Vraag: Hoe moeten we bidden, in woorden, in intentie of bedoeling, in verlangen, in stilte?

Antwoord: Bidden kan op al die manieren gebeuren, zolang het maar eerlijk en oprecht is. Eigenlijk moet er een gevoel van bidden zijn in alles en men kan op al die manieren bidden: door woorden, intenties, verlangens en door stilte, maar er moet een vrij gevoel bij zijn, een gevoel dat het een gebed is. De waarde van dit gevoel is groot, want zonder dat gevoel is een gebed zinloos. Dan is het in het geheel geen gebed en dan zal het vruchteloos zijn. Al die vormen van bidden zijn in feite verschillende handelingen. Wanneer we bidden met woorden, is dat een handeling. Als we de bedoeling hebben te bidden is dat ook een handeling. Als we verlangen te bidden is dat een vorm van handelen. Zelfs stilte is een vorm van handeling. Maar wat eraan ten grondslag moet liggen is het gevoel van bidden.

Vraag: De antwoorden met betrekking tot stabiliteit in gedachte, gevoel en daad zijn in Londen zeer gewaardeerd. Het lijkt de essentie te zijn van hoe we verder moeten gaan. Maar het lijkt ook of men hier iedere dag aan herinnerd moet worden. Is er een gebed dat men iedere ochtend zou kunnen gebruiken om herinnerd te worden?

Antwoord: Hier is reeds eerder over gesproken. Er is hier in India een aantal zinnen en uitspraken in gebruik. Sommige komen uit Vedische bronnen. Alles bij elkaar zijn het er heel wat. Wat nodig is, is bepaalde zinnen of gebeden te vinden die passen in de Westerse samenleving en waarbij men zich 'thuis' voelt, omdat men zich ermee kan verenigen wanneer ze worden uitgesproken. Deze gebeden moeten altijd in verband staan met de spirituele wereld en met niets anders. Men moet ze zelf kiezen, in overeenstemming met zijn eigen verlangen, vertrouwen en geloof, en men moet er dan dagelijks gebruik van maken; iedere ochtend en verder wanneer men het nodig acht. Een specifiek gebed hoeft niet gegeven te worden.

Het is overigens goed de Mantra die men heeft gekregen zo'n elf keer te laten klinken bij het opstaan en gedurende de dag wanneer men ergens aan begint, en aan het eind daarvan. Wanneer men gaat slapen moet men weer de Mantra laten klinken en dit moet men volhouden. Het punt is dat als je iets begint met de Mantra en ermee eindigt, de hele handeling ertussen door de Mantra beïnvloed wordt, waardoor de handeling gezuiverd wordt. De handeling wordt zo onderdeel van de Grote Meditatie. Dit kan men doen van 's morgens vroeg tot 's avonds laat.

Overgave

Om genade te kunnen ontvangen, moet men een eerlijke en oprechte inspanning doen en een situatie scheppen waarin men het gevoel heeft slechts het instrument te zijn dat de handeling uitvoert. Als er voordat men gaat mediteren nog een hinderlijke overmaat aan Rajas is waardoor men niet in de vrede van Meditatie kan komen, dan is bidden heel nuttig. Bidden is echter niet een kwestie van het klakkeloos opzeggen van bepaalde woorden in een bepaald ritme. Bidden is een kwestie van overgave, volledige overgave van zichzelf. Dat gevoel van overgave doet het hart onmiddellijk smelten en dat is beslist noodzakelijk, want als het hart niet smelt, kan het niet bidden.

Waar het dus om gaat is het gebed te laten oprijzen uit een hart dat zacht geworden is, als lofprijzing voor de Heer. Dat zal omstandigheden scheppen waardoor de discipel kan doorgaan met de meditatie, zonder door Rajas of Tamas gehinderd te worden. Dit smelten van het hart komt overeen met het verzegelen van een brief met zegellak en lakstempel. De lakstaaf is hard en moet verwarmd worden in een vlam. Alleen wanneer de lak vervolgens smelt en vloeibaar wordt, zal het lakzegel er een afdruk in kunnen maken. Meteen daarna

wordt de lak weer hard, zodat de stempelafdruk gefixeerd wordt, terwijl de was opdroogt in de koelere lucht. Hetzelfde vindt plaats bij het bidden. Wanneer het hart gesmolten is, zal de inspanning om bij Sattva te komen succes kunnen hebben, zodat enige Sattva naar die mens toevloeit en tevens goed Sanskara wordt gevormd in het hart.

Vraag: In het licht van wat Zijne Heiligheid heeft gezegd zou ik iets willen weten over de bede uit de Christelijke traditie die luidt: 'Vergeef ons onze schulden, zoals ook wij vergeven onze schuldenaren'. Intellectueel kan ik het belang van vergevensgezindheid volgen, maar mijn hart blijft koel en verzet zich ertegen.

Antwoord: De menselijke ziel hongert naar eenheid. Deze honger is erg sterk en heel natuurlijk, zoals die van Bhima in de Mahabharata. Om aan het verlangen tegemoet te komen wendt de ziel zich tot het gebed. Maar een gebed zal alleen vrucht dragen als er begrip en inzicht is. Zonder dat hebben gebeden niet veel te betekenen. Waar het om gaat is dit: Bidden is niet een verzoek om iemands noden te lenigen. Zo'n verzoek helpt niet. Een echt gebed uit het hart herinnert iemand aan zijn eigen kracht en zijn eigen vermogens, die er al zijn, maar even zijn vergeten. De Schepper is niet krenterig: Hij heeft alles aan iedereen gegeven. Alle vermogens zijn in potentie in ons innerlijk aanwezig. Waarachtig gebed doet licht op die verborgen vermogens schijnen en wanneer die herinnerd worden, worden zij actief. Dan wordt tevens de honger gestild en kan men de kracht gebruiken voor het universele goede. 'Vasudhaiva Kutumbakan' betekent: 'de wereld is mijn familie'. Zo wordt de kleine familie groot. Wanneer deze stroom van emotionele energie eenmaal gebruikt gaat worden, wordt God een praktische werkelijkheid.

De kennis die uit het gebed oprijst laat zien hoeveel al van binnenuit beschikbaar is. Door Ahankara, zelfzuchtigheid, is dit verborgen gebleven en vergeten. Men gaat zien hoe sterk de gewoonte is geworden om steeds te nemen, in plaats van te geven. Men neemt zelf grote porties en men deelt kleine porties uit. Wanneer deze onwetendheid verwijderd wordt, rijst de geest van vergevensgezindheid op, of het vermogen om te geven, vrijgevigheid. Wanneer het bidden werkelijk wordt begrepen, kan het niet anders of het hart wordt verwarmd en gaat gloeien, waardoor het licht van liefde en eenheid naar buiten treedt en zich verspreidt.

Honger naar eenheid kan uitsluitend door eenheid gestild worden. Dit begint door zich met anderen te verbinden. Hoe groter de verbondenheid, hoe groter de genoegdoening. Wanneer men zich verbindt met de universele kracht, of God, dan betekent dat een gelukkige verbondenheid met een ieder. Bidden is niet bedoeld om iemand anders zover te krijgen dat hij antwoordt. Integendeel, het gaat erom dat degene die binnenin aanwezig is alles vervult en vervolmaakt. Men wordt alleen vergeven wanneer men zelf vergeven heeft.

Gebed en meditatie

Vraag: Kan Zijne Heiligheid nog verder ingaan op het verschil tussen gebed en meditatie? Hoe vullen zij elkaar aan om ons tot expansie en universaliteit te leiden? Ik weet dat Zijne Heiligheid ons heeft gezegd te bidden als de meditatie niet goed gaat, maar anderzijds lijkt het dat de meditatie ons juist de kracht geeft om te bidden. Graag zou ik willen weten hoe ik echt zou moeten bidden om tot de ervaring van het Zelf te kunnen komen.

Antwoord: Bidden is bidden om genade op spiritueel, geestelijk of fysiek niveau. Bidden schept de noodzakelijke ruimte waardoor genade binnen kan komen. Bidden omvat klank en ritme die de geest meevoeren tot eenpuntige aandacht. Het verschil tussen gebed en meditatie is dat gebed uitwendig is en meditatie inwendig. Gebed is meestal tot de Heer gericht en is daarom een uitwendige beweging van het Zelf tot de Godheid, gericht op het verwerven van genade. Meditatie is een innerlijk terugtrekken uit de wereld of uit het denken en beweegt zich naar het gebied van het ene Zelf, waar geen gedachten zijn, geen verlangens, geen gebeden noch zorgen. Meditatie zoekt niets, zelfs geen genade. Meditatie is gericht op eenheid met het wezen van de Heer. Die eenheid gaat voorbij begeerten en verlangens, voorbij iedere behoefte of noodzaak en voorbij gebed. Men kan tot de Heer bidden, maar tot wie moet de Heer bidden? Gebed zoekt eenheid, meditatie is eenheid. Meditatie is het allerhoogste. Als men zich jachtig en bezorgd voelt, zodat het mediteren moeilijk valt, dan kan bidden helpen door de klank en het ritme, en de boodschap die erin opgesloten ligt. Dit zal de verstrooide geest enige rust geven, zodat de meditatie gemakkelijker wordt. Na het mediteren is bidden niet noodzakelijk, want wanneer men tot de bron zelf is gegaan, heeft men niets meer nodig. Bidden heeft een grondslag, een oorzaak. Meditatie is zonder oorzaak. Om een gebed betekenis te laten hebben en vrucht te laten dragen, moet het gegrondvest zijn op liefde. In het algemeen kan men zeggen dat een gebed kort moet zijn om kracht te hebben. Een lang gebed is oubollig en steriel. Bidden is geen oefening in retorica. Mahatma Gandhi begon zijn bijeenkomsten altijd met een gebed. Alle belangrijke ondernemingen moeten met gebed beginnen. Het grootste deel van de Veda's heeft de vorm van een gebed.

Het gebed dat spontaan uit het hart oprijst, als een innerlijke impuls, is het meest zuiver en het krachtigst. Opgeschreven

gebeden die men vervolgens herhaalt zijn minder effectief, tenzij er voldoende aandacht gegeven wordt aan de inhoud van het gebed, aan de werkelijke betekenis van het gebed dus. De effectiviteit van het traditionele gebed dat steeds herhaald wordt is twijfelachtig, tenzij het hart erdoor geraakt wordt. Maar spirituele kracht is meestal te vinden in een spontaan gebed, dat helemaal niet literair verantwoord hoeft te zijn. Zelfs de korte gebeden die de Wijzen ons hebben gegeven moeten vanuit het hart gebeden worden, ook al zijn ze met kracht geladen. De woordelijke herhaling van een gebed is niet van het allereerste belang. De kracht van een gebed ligt in de betekenis ervan, hoewel het gebed tot manifestatie komt door klank en ritme.

Vraag: Ik zou Zijne Heiligheid willen vragen of bidden de manier is om de emoties te zuiveren, door geestelijke concentratie.

Antwoord: In een spontaan gebed zijn de emoties het meest zuiver. Als zij erop gericht zijn de geest tot rust te brengen, zal dat gebeuren. Want de emoties zijn zuiver en niet vermengd met andere bedoelingen. De gebruikelijke, traditionele gebeden die men steeds herhaalt, kunnen hun straling en schittering verliezen, hoewel zij in het begin krachtig geweest moeten zijn. De ware zetel van gebed is in het hart en niet op de lippen. Bidden houdt op bidden te zijn als het niet langer uit het hart oprijst.

Bidden en dienen

Vraag: Als men een overheersend verlangen heeft dat min of meer constant wordt, namelijk het verlangen alleen de Atman te dienen, kan dat dan een gebed zijn? Men raakt er vol van en het lijkt of men geen woorden meer nodig heeft.

Antwoord: Men kan hardop bidden, naar buiten gericht, of zonder woorden, mentaal. Verbaal bidden maakt gebruik van het gesproken woord, van ritme en betekenis. Klank en ritme brengen de geest tot het punt van aandacht waar de betekenis geapprecieerd kan worden. Bidden uit gewoonte kan heel makkelijk ontaarden in oppervlakkige lippendienst. Wanneer het hart wordt geraakt door de betekenis van het gebed, dan zal men zich aansluiten bij de inhoud ervan. Mentaal gebed gebruikt meestal geen of heel weinig woorden. Het is een heel krachtige vorm van bidden en het brengt een spontane expansie teweeg in het hart. Het hart van die mens wordt er diep door geraakt en het laat daardoor een diepere indruk achter. Een verlangen om uitsluitend de Atman te dienen is zeker een krachtig gebed. Of het standvastig is, zal moeten blijken door voortdurende dienstbaarheid. De impuls 'te willen dienen' moet dus gevolgd worden door feitelijk dienen. Dat betekent, de hele schepping te dienen. Dit is iets heel praktisch en de dienstbaarheid moet doorgaan. Het eindigt niet met een tijdelijke en voorbijgaande uitbarsting van dienstbaarheid. Een warme gloed in het hart is het eerste stadium van het gebed om de Atman te dienen, de Samashti, het hele universum. Dit gebed wordt vervuld door Samashti feitelijk te dienen met alles wat men heeft en met iedere gram aan energie die beschikbaar is. Alleen de vervulling van het gebed maakt het waarachtig en compleet.

Wanneer een kind iets nodig heeft, roept het zijn moeder en wanneer zijn moeder hem hoort, gaat zij naar het kind toe met het juiste antwoord. De moeder is de belichaming van liefde, medeleven en dienstbaarheid. Zij staat altijd klaar om te antwoorden en te reageren. Soms doet ze het uit een voor gevoel, zonder dat er een woord gezegd hoeft te worden.

Gebed en bevrijding

Als men in staat is door te dringen in de diepere lagen van zichzelf door overweging, meditatie en reflectie, zal datgene wat als waarheid in de geest oprijst, de mens helpen om de vicieuze cirkel van geboorte en dood te doorbreken, door verlichting. Deze aandrang, dat verlangen om bevrijd te worden van geboorte en dood, wordt uitgedrukt in het volgende Vedische gebed:

Leid mij van illusie naar werkelijkheid
Leid mij van duisternis naar licht
Leid mij van dood naar onsterfelijkheid.

Het Zelf is de werkelijkheid, het licht en het onsterfelijke. Zij die doorzetten zullen die verlichte staat bereiken vanwaar terugkeer niet nodig is. Zij zullen niet door geboorte vervallen tot de grovere lagen van het bestaan. Deze gebeden vragen echter om een onderzoekende geesteshouding en tevens om het besef dat er ergens waarheid, licht en onsterfelijkheid zijn, en dat die slechts met hulp van een Leermeester, de Geschriften en de mens Zelf verwerklijkt kunnen worden. Wie zoekt zal vinden. Er zijn mensen die zo trots, arrogant en leugenachtig zijn, dat ze weigeren zich tot de waarheid te keren. Zij zijn tevreden met wat zij *hebben* en door hun zelfgenoegzaamheid en hun gehechtheid aan bezit worden zij door moeder Natuur gestraft met een voortdurende terugkeer in deze wereld, leven na leven. De uitweg is via de Gerealiseerde Mens, de Geschriften of het Zelf.

