

Meer Licht op Yoga



Sri Aurobindo

Meer Licht op Yoga



door Sri Aurobindo

Dit e-book is samengesteld door Auro e-Books, een internationale website gewijd aan e-books over welzijn en spiritualiteit.



Ontdek meer e-books en andere activiteiten op onze website:
www.auro-ebooks.com

© Sri Aurobindo Ashram Trust 1948, 1983
Website: <http://sabda.sriaurobindoashram.org>

E-book editie 2014

Boekomslag: Glorious Heart door nil nimand

Inhoud

Meer Licht op Yoga	2
Voorwoord	5
Doel en streven	6
Niveaus en Delen van het Wezen	14
Voorwaarden voor Sadhana	20
Basis van Sadhana	34
Vertrouwen	44
Liefde – Bhakti – Emotie	47
Kleuren – Symbolen – Visioenen	50
Glossarium	56

Voorwoord

Dit zijn voornamelijk fragmenten uit brieven die Sri Aurobindo aan zijn discipelen schreef als antwoord op hun vragen. Waar mogelijk zijn de brieven uitgebreid of zelfs volledig gereproduceerd om hun charme en spontaniteit te behouden. Ze zijn geschreven over een periode van vele jaren (voornamelijk in de jaren 30) en zijn samengevoegd en gerangschikt in secties in de stijl van *Licht op Yoga*, om aspiranten te helpen bij het begrijpen en beoefenen van yoga.

Dit boek bevat ook een vrij uitgebreide verklarende woordenlijst van de termen die Sri Aurobindo vaak gebruikt.

In deze verzameling fragmenten uit brieven aan discipelen legt Sri Aurobindo enkele van de belangrijkste elementen van zijn Yogasysteem uit.

“Afwezigheid van liefde en medeleven is niet noodzakelijk voor nabijheid tot het Goddelijke; integendeel, een gevoel van nabijheid en eenheid met anderen is een onderdeel van het goddelijk bewustzijn waarin de sadhak binnentreedt door nabijheid tot het Goddelijke en het gevoel van eenheid met het Goddelijke... In deze Yoga zijn het gevoel van eenheid met anderen, liefde, universele vreugde en Ananda een essentieel onderdeel van de bevrijding en perfectie die het doel zijn van de sadhana.”

Sri Aurobindo

Doel en streven

Het doel van Yoga is om het bewustzijn te openen voor het Goddelijke en om steeds meer in het innerlijke bewustzijn te leven, terwijl men van daaruit handelt op het uiterlijke leven, om de meest innerlijke psyche naar voren te brengen en door de kracht van de psyche het wezen te zuiveren en te veranderen, zodat het klaar kan worden voor transformatie en in eenheid kan zijn met de Goddelijke Kennis, Wil en Liefde. Ten tweede, om het Yogische bewustzijn te ontwikkelen, d.w.z. om het wezen in alle vlakken te universaliseren, bewust te worden van het kosmische wezen en de kosmische krachten en in eenheid te zijn met het Goddelijke op alle vlakken tot aan het Bovenmentale. Ten derde, om in contact te komen met het transcendente Goddelijke voorbij het Bovenmentale door het supramentale bewustzijn, het bewustzijn en de natuur te supramentaliseren en zichzelf tot instrument te maken voor de realisatie van de dynamische Goddelijke Waarheid en haar transformerende afdaling in de aardse natuur.

* * *

Ik weet niet of er zoiets bestaat als een Purushottama-bewustzijn dat de mens *voor zichzelf* kan bereiken of realiseren; want in de Gita is de Purushottama de Allerhoogste Heer, het Allerhoogste Wezen dat boven het Onveranderlijke en het Veranderlijke staat en zowel het Ene als het Vele omvat. De mens, zegt de Gita, kan het Brahmische bewustzijn bereiken, zichzelf realiseren als een eeuwig deel van de Purushottama en in de Purushottama leven. Het Purushottama-bewustzijn is het bewustzijn van het Allerhoogste Wezen en de mens kan door het verlies van ego en de realisatie van zijn ware essentie *erin leven*.

1. Het verlies van egoïsme – inclusief alle ambitie (zelfs 'spirituele ambitie'), trots, verlangen, egocentrisch leven, geest en wil.
2. Universalisering van het bewustzijn.
3. Absolute overgave aan het transcendente Goddelijke.

* * *

Er kan geen mentale regel of definitie zijn. Men moet eerst in het Goddelijke leven en de Waarheid bereiken – de wil en het gewaarzijn van de Waarheid zullen het leven organiseren.

Het is in het inactieve Brahman dat men opgaat, als men Laya of Moksha zoekt. Men kan in het Persoonlijke Goddelijke verblijven, maar men gaat er niet in op. Wat het Allerhoogste Goddelijke betreft, hij draagt het wereldse bestaan in zich en het is in Zijn bewustzijn dat het beweegt. Door het Allerhoogste binnen te gaan, stijgt men uit boven de onderwerping aan de Natuur, maar verdwijnt men niet uit alle bewustzijn van het wereldse bestaan.

De algemene Goddelijke Wil in het universum is gericht op de progressieve manifestatie in het universum. Maar dat is de algemene wil – die laat de terugtrekking toe van individuele zielen die niet klaar zijn om in de wereld te volharden.

Het is niet de onsterfelijkheid van het lichaam, maar het bewustzijn van onsterfelijkheid *in* het lichaam dat kan ontstaan door de afdaling van het Bovenbewustzijn in de Materie of zelfs in het fysieke denkvermogen, of door

de aanraking van het gemodificeerde supramentale Licht op het fysieke mentale bewustzijn. Dit zijn voorbereidende openingen, maar ze vormen niet de supramentale vervulling in de Materie.

Als het Supramentale is verordend, kan niets het verhinderen; maar alle dingen worden hier uitgewerkt door een spel van krachten, en een ongunstige atmosfeer of omstandigheden kunnen vertragen, zelfs wanneer ze niet kunnen verhinderen. Zelfs wanneer iets voorbestemd is, presenteert het zich niet als een zekerheid in het bewustzijn hier (Bovenmentaal-mentaal-vitaal-fysiek) totdat het spel van krachten is uitgewerkt tot een bepaald punt waarop de afdaling niet alleen onvermijdelijk is, maar ook onvermijdelijk lijkt.

* * *

Hoe te verzoenen:

(1) *"Bevrijd het zelf door middel van het Zelf." enz. Gita. Hoofdstuk VI, 5.*

(2) *"Laat alle dharma's achter." enz. Idem. Hoofdstuk XVIII, 66.*

Er is geen echte tegenstrijdigheid; de twee passages duiden in het systeem van de Gita op twee verschillende bewegingen van Yoga, waarbij de volledige overgave de bekroning is. Men moet eerst de lagere natuur overwinnen, het zelf dat betrokken is bij de lagere beweging bevrijden door middel van het hogere Zelf dat opstijgt tot de goddelijke natuur; tegelijkertijd biedt men al zijn handelingen, inclusief de innerlijke handeling van Yoga, aan als een offer aan de Purushottama, het transcendente en immanente Goddelijke. Wanneer men is opgestegen tot het hogere Zelf, de kennis heeft en vrij is, geeft men zich volledig over aan het Goddelijke, laat men alle andere dharma's achter zich en leeft men alleen door het goddelijke Bewustzijn, de goddelijke Wil en Kracht, de goddelijke Ananda.

Onze Yoga is niet identiek aan de Yoga van de Gita, hoewel het alles bevat wat essentieel is in de Yoga van de Gita. In onze Yoga beginnen we met het idee, de wil, het streven naar volledige overgave; maar tegelijkertijd moeten we de lagere natuur verwerpen, ons bewustzijn ervan bevrijden, het zelf dat betrokken is bij de lagere natuur bevrijden door het zelf dat opstijgt naar vrijheid in de hogere natuur. Als we deze dubbele beweging niet maken, lopen we het risico een tamasische en daardoor onwerkelijke overgave te maken, zonder inspanning, zonder tapas en dus geen vooruitgang; of anders maken we een rajasische overgave, niet aan het Goddelijke, maar aan een zelfgeschapen vals idee of beeld van het Goddelijke dat ons rajasische ego maskeert, of iets nog ergers.

* * *

De spirituele realisatie kan op elk niveau worden bereikt door contact met het Goddelijke (dat overal is) of door de waarneming van het Zelf binnenin, dat zuiver en onaangetast is door de uiterlijke bewegingen. Het Supramentale is iets transcendent – een dynamisch Waarheidsbewustzijn dat er nog niet is, iets dat van bovenaf naar beneden moet worden gehaald.

* * *

Het is nu niet mogelijk om de directe supramentale werking te hebben. De Adhar is nog niet klaar. Eerst moet men een indirecte werking accepteren die de lagere niveaus voorbereidt op de supramentale verandering.

* * *

Het bewustzijn dat u supramentaal noemt, bevindt zich ongetwijfeld boven het menselijke denkvermogen, maar het zou niet het supramentale genoemd moeten worden, maar gewoon het hogere bewustzijn. In dit hogere bewustzijn zijn er vele gradaties, waarvan het supramentale de top of de bron is. Het is niet mogelijk om de top of de bron in één keer te bereiken; eerst moet het lagere bewustzijn gezuiverd en gereedgemaakt worden. Dat is de betekenis van het Licht dat u zag, waarvan het innerlijke lichaam of de substantie te dicht en krachtig is om op dit moment te doordringen.

Hij gebruikt het woord supramentaal te gemakkelijk. Wat hij omschrijft als supramentaal is een sterk verlicht bewustzijn; een aangepast supramentaal licht kan het aanraken, maar niet de volledige kracht van het Supramentale; en in ieder geval is het niet het Supramentale. Hij spreekt over een supramentaal deel dat onontvankelijk is – dat is onmogelijk, het supramentale kan niet onontvankelijk zijn. Het Supramentale is het Waarheidsbewustzijn zelf; het bezit de Waarheid al en hoeft die niet eens te ontvangen. Het woord Vijnana wordt soms gebruikt voor de hogere verlichte Intelligentie in verbinding met de Waarheid, en dit moet het deel in zichzelf zijn dat hij voelde – maar dit is niet het Supramentale. Men kan het Supramentale pas helemaal aan het einde van de sadhana binnengaan, wanneer alle moeilijkheden verdwenen zijn en er geen obstakel meer in de weg staat van de realisatie.

* * *

Het universum is zeker, of was tot nu toe, in schijn een ruw en verspillend spel, met de dobbelstenen van het geluk geladen in het voordeel van de Machten van de duisternis, de Heren van de duisternis, valsheid, dood en lijden. Maar we moeten het nemen zoals het is en ontdekken – als we de uitweg van de oude wijzen verwerpen – de weg naar de overwinning. Spirituele ervaring toont aan dat er achter dit alles een breed terrein van gelijkheid, vrede, kalmte, vrijheid schuilgaat, en alleen door ons daarin te begeven, kunnen we het oog hebben dat ziet en de hoop om de macht te verkrijgen die overwint.

* * *

Alles wat ware Waarheid is, is de directe uitdrukking, op welke manier dan ook, van het Goddelijk Bewustzijn. Leven is de dynamische uitdrukking van Bewustzijnskracht wanneer deze naar buiten wordt geworpen om zichzelf te realiseren in concrete harmonieën van formatie; Liefde is een intense zelfexpressie van de ziel van Ananda, en Licht is wat altijd het Supramentale Bewustzijn en zijn meest essentiële kracht vergezelt.

* * *

Het is de supramentale Kracht die denkvermogen, leven en lichaam transformeert – niet het Sachchidananda-bewustzijn dat onpartijdig alles ondersteunt. Maar het is door ervaring te hebben met Sachchidananda, zuiver bestaan-bewustzijn-gelukzaligheid, dat de opstijging naar het supramentale en de afdaling van het supramentale (in een veel later stadium) mogelijk worden. Want eerst moet men zich bevrijden van de gewone beperking door de mentale, vitale en fysieke formaties, en de ervaring van de Sachchidananda vrede, kalmte, zuiverheid en wijde geeft deze bevrijding.

Het Supramentale heeft niets te maken met het overgaan in een leegte. Het is het Denkvermogen dat zijn eigen grenzen overschrijdt en een negatieve en stilistische manier van doen volgt die de grote leegte bereikt. Het Denkvermogen, dat de Onwetendheid is, moet zichzelf annuleren om de hoogste Waarheid binnen te gaan – of, tenminste, dat denkt hij. Maar het Supramentale, dat het Waarheidsbewustzijn en de Goddelijke Kennis is, hoeft zichzelf niet te annuleren voor dit doel.

* * *

De supramentale verandering is de ultieme fase van siddhi en het is niet waarschijnlijk dat deze zo snel komt; maar er zijn vele niveaus tussen het normale denkvermogen en het Supramentale en het is gemakkelijk om een opstijging naar een van deze niveaus, of een afdaling van hun bewustzijn of invloed, te verwarren met een supramentale verandering.

Het is volstrekt onmogelijk om op te stijgen naar het werkelijke Ananda-niveau (behalve in een diepe trance), totdat het supramentale bewustzijn is betreden, gerealiseerd en bezeten; maar het is heel goed mogelijk en normaal om op elk niveau een vorm van Ananda-bewustzijn te voelen. Dit bewustzijn, waar het ook wordt gevoeld, is een afgeleide van het Ananda-niveau, maar het is sterk verminderd in kracht en aangepast om te voldoen aan het geringere vermogen tot ontvankelijkheid van de lagere niveaus.

* * *

De vraag rees en rijst altijd vanwege een gretigheid in het vitale om elk stadium van sterke ervaring als het laatste stadium te beschouwen, zelfs om het te beschouwen als het Bovenmentale, het Supramentale, volledige Siddhi. Het Supramentale of het Bovenmentale is niet zo gemakkelijk te bereiken, zelfs niet vanuit het perspectief van Kennis of innerlijke ervaring alleen. Wat je ervaart, behoort tot de gespiritualiseerde en bevrijde denkvermogen. In dit stadium kunnen er ingevingen zijn van de hogere niveaus van het mentale, maar deze ingevingen zijn slechts geïsoleerde ervaringen, geen volledige bewustzijnsverandering. Het Supramentale maakt geen deel uit van het denkvermogen of een hoger niveau van het mentale – het is iets heel anders. Geen enkele sadhak kan het supramentale bereiken door eigen inspanningen en de poging om dit te doen door persoonlijke tapasya is de bron geweest van veel tegenslagen. Men moet rustig, stap voor stap gaan totdat het wezen er klaar voor is en zelfs dan is het alleen de Genade die de werkelijke supramentale verandering teweeg kan brengen.

* * *

De realisatie van de Geest komt lang vóór de ontwikkeling van het Bovenmentale of het Supramentale; honderden sadhaks door de eeuwen heen hebben de realisatie van de Atman in de hogere mentale niveaus, *buddheh paratah*, gehad, maar de supramentale realisatie was niet van hen. Men kan gedeeltelijke realisaties van het Zelf, de Geest of het Goddelijke bereiken op elk niveau, mentaal, vitaal, zelfs fysiek, en wanneer men boven het gewone mentale niveau van de mens uitstijgt naar een hoger en ruimer mentaal, begint het Zelf te verschijnen in al zijn bewuste wijde.

Het is door volledige toetreding tot deze wijde van het Zelf dat het stoppen van mentale activiteit mogelijk wordt; men bereikt de innerlijke Stilte. Daarna kan deze innerlijke Stilte blijven bestaan, zelfs wanneer er enige activiteit is; het wezen blijft innerlijk stil, de handeling vindt plaats in de instrumenten, en men ontvangt alle noodzakelijke inwijdingen en uitvoeringen van handelingen, zowel mentaal, vitaal als fysiek, vanuit een hogere bron, zonder dat de fundamentele vrede en rust van de Geest verstoord wordt.

De toestanden van het Bovenmentale en het Supramentale zijn iets dat nog hoger is dan dit; maar voordat men ze kan begrijpen, moet men eerst zelfrealisatie hebben, de volledige actie van de gespiritualiseerde denkvermogen en het hart, het psychische ontwaken, de bevrijding van het gevangen bewustzijn, de zuivering en volledige opening van de Adhar. Denk nu niet aan die ultieme dingen (Bovenmentale, Supramentale), maar krijg eerst deze fundamentele in de bevrijde natuur.

* * *

Deze transformatie kan niet individueel of op een eenzame manier uitsluitend worden uitgevoerd. Geen enkele individuele, eenzame transformatie, onverschillig voor het werk voor de aarde (wat meer betekent dan welke individuele transformatie dan ook), zou mogelijk of nuttig zijn. Ook kan geen enkel individueel mens door eigen kracht de transformatie bewerkstelligen, en het is ook niet het doel van Yoga om hier en daar een individuele supermens te scheppen. Het doel van Yoga is om het supramentale bewustzijn op aarde neer te halen, het daar te vestigen, een nieuw ras te scheppen met het principe van het supramentale bewustzijn dat het innerlijke en uiterlijke individuele en collectieve leven beheerst.

Die kracht, die door individu na individu wordt aanvaard, afhankelijk van hun voorbereiding, zou het supramentale bewustzijn in de fysieke wereld vestigen en zo een kern creëren voor zijn eigen expansie.

* * *

Het is heel goed mogelijk dat er periodes van harmonie zijn geweest op verschillende niveaus, niet supramentaal, die later werden verstoord – maar dat kon slechts een stadium of rustplaats zijn in een boog van spirituele evolutie vanuit het Onbewustzijn.

* * *

Vijandige Krachten. Het doel dat ze *in de wereld* dienen, is om de mogelijkheden van het Onbewustzijn en de Onwetendheid een volledige kans te geven – want deze wereld was bedoeld om deze mogelijkheden te verwezenlijken, met de supramentale harmonisatie als uiteindelijke uitkomst. Het leven, het werk dat zich hier in de Ashram ontwikkelt, moet omgaan met het wereldprobleem en moet daarom – en kon niet vermijden – het conflict aangaan met de werking van de vijandige Machten in de mens.

Spreeken over "kracht ontvangen van het Supramentale wanneer we niet bewust zijn" is vreemd. Wanneer men niet bewust is, kan men nog steeds een hogere kracht ontvangen, de Goddelijke Shakti werkt vaak vanachter de sluier, anders zou de mens in de onwetende en onbewuste toestand van de mens helemaal niet kunnen werken. Maar de aard van de kracht of handeling wordt aangepast aan de toestand van de sadhak. Men moet een zeer volledig bewustzijn ontwikkelen voordat men iets van de directe supramentale Kracht kan ontvangen en men moet zeer gevorderd in bewustzijn zijn om zelfs maar iets ervan te ontvangen dat is gewijzigd via het Bovenmentale of een ander tussenliggend gebied.

* * *

Deze Yoga betekent niet het verwerpen van de levenskrachten, maar een innerlijke transformatie en een verandering van de geest in het leven en het gebruik van de krachten. Deze krachten worden nu gebruikt in een egoïstische geest en voor ongoddelijke doeleinden; ze moeten worden gebruikt in een geest van overgave aan het Goddelijke en voor de doeleinden van het goddelijke Werk. Dat is wat er bedoeld wordt met het heroveren ervan voor de Moeder.

* * *

Wat betreft wat je schrijft over je ervaring en je ideeën, het lijkt alsof het gewoon de oude gedachten en bewegingen zijn die, zoals ze vaak doen, de rechte koers van de sadhana verstoren. Mentale realisaties en ideeën van deze soort zijn op zijn best slechts halve waarheden en niet altijd zelfs dat; als iemand eenmaal een sadhana heeft opgenomen die de geest overstijgt, is het een vergissing om er te veel belang aan te hechten. Ze kunnen gemakkelijk door verkeerde toepassing een vruchtbare voedingsbodem voor dwaling worden. Als je de ideeën die tot je zijn gekomen onderzoekt, zul je zien dat ze volkomen ontoereikend zijn. Bijvoorbeeld:

1. Materie is alleen in schijn *jada*. Zoals zelfs de moderne wetenschap toegeeft, is materie slechts energie in actie, en, zoals we in India weten, is energie de kracht van bewustzijn in actie.
2. Prakriti in de materiële wereld lijkt *jada* te zijn, maar ook dit is slechts schijn. Prakriti is in werkelijkheid de bewuste kracht van de Geest.
3. Het neerdalen van de Geest in de Materie kan niet leiden tot een *laya in jada prakriti*. Een neerdaling van de Geest kan alleen een neerdaling van licht, bewustzijn en kracht betekenen, niet een groei van onbewustheid en inertie, wat bedoeld wordt met de *jada laya*.
4. De Geest is al aanwezig in de Materie, zoals overal elders; het is slechts een oppervlakkige schijnbare onbewustheid of een betrokken

bewustzijn dat zijn aanwezigheid verhult. Wat we moeten doen is de Materie wakker maken voor het spirituele bewustzijn dat erin verborgen ligt.

5. Wat we willen brengen naar de materiële wereld is het supramentale bewustzijn, licht en energie, omdat dit alleen het werkelijk kan transformeren.

Als er op enig moment sprake is van een groei van onbewustheid en inertie, komt dat door de weerstand van de gewone natuur tegen spirituele verandering. Maar dit wordt meestal aan de oppervlakte gebracht om te worden aangepakt en geëlimineerd. Als het verborgen blijft en niet aan de oppervlakte komt, zal de moeilijkheid nooit worden aangepakt en zal er geen echte transformatie plaatsvinden.

Het idee van nut voor de mensheid is de oude verwarring die voortkomt uit tweedehands ideeën die uit het Westen zijn geïmporteerd. Het is duidelijk dat er geen yoga nodig is om "nuttig" te zijn voor de mensheid; iedereen die een menselijk leven leidt, is op de een of andere manier nuttig voor de mensheid.

Yoga is gericht op God, niet op de mens. Als een goddelijk supramentaal bewustzijn en kracht neergehaald en gevestigd kunnen worden in de materiële wereld, zou dat uiteraard een enorme verandering betekenen voor de aarde, inclusief de mensheid en haar leven. Maar het effect op de mensheid zou slechts één gevolg van de verandering zijn; het kan niet het doel van de sadhana zijn. Het doel van de sadhana kan alleen zijn om in het goddelijk bewustzijn te leven en dit in het leven te manifesteren.

* * *

Het ware doel van Yoga is niet filantropie, maar het vinden van het Goddelijke, het binnengaan in het goddelijk bewustzijn en het vinden van iemands ware wezen (dat niet het ego is) in het Goddelijke.

De "Ripus" kan niet overwonnen worden door *damana* (zelfs als het tot op zekere hoogte lukt, houdt het ze alleen maar onder controle, maar vernietigt ze niet); vaak versterkt compressie hun kracht alleen maar. Alleen door zuivering door het Goddelijk Bewustzijn dat de egoïstische natuur binnengaat en verandert, kan dit gebeuren.

Alleen als hij zich van binnenuit geeft en absoluut volhardt in de Weg, dan kan hij slagen.

* * *

Deze wereld *is*, zoals de Gita het beschrijft, *anityamasukham*, zolang we leven in het huidige wereldbewustzijn; alleen door ons daarvan naar het Goddelijke te wenden en het Goddelijk Bewustzijn binnen te gaan, kan men, ook via de wereld, het Eeuwige bezitten.

De taal van de Gita lijkt in veel zaken soms tegenstrijdig, omdat ze twee schijnbaar tegengestelde waarheden erkent en probeert ze te verzoenen. Ze erkent het ideaal van het verlaten van samsara naar Brahman als één mogelijkheid; ook bevestigt ze de mogelijkheid om vrij te leven in het Goddelijke (in Mij, zegt ze) en in de wereld te handelen als de Jivanmukta. Het is deze laatste soort oplossing waarop de meeste nadruk wordt gelegd.

Ramakrishna plaatste daarom de "goddelijke zielen" (Ishwarakoti) die de ladder zowel kunnen afdalen als hogerop kunnen beklimmen, dan de Jiva's (Jivakoti) die, eenmaal opgestegen, niet de kracht hebben om weer af te dalen voor goddelijk werk. De volledige waarheid ligt in het supramentale bewustzijn en het vermogen om van daaruit te werken aan leven en Materie.

* * *

Het Goddelijke kan en is overal, gemaskeerd of halfgemanifesteerd of beginnend zich te manifesteren, in alle bewustzijnsniveaus; in het Supramentale begint het zich te manifesteren zonder vermomming of sluier in zijn eigen *svarupa*.

Wanneer de ziel van achteren kijkt, maakt ze heel vaak gebruik van een kleine toevalligheid om het denkvermogen en het vitale in de juiste richting te duwen.

* * *

Shiva is de Heer van Tapas. De kracht is de kracht van Tapas.

Krishna als godheid is de Heer van Ananda, Liefde en Bhakti; als incarnatie manifesteert hij de eenheid van wijsheid (Jnana) en werkt en leidt hij de aarde-evolutie hierdoor naar eenheid met het Goddelijke, door Ananda, Liefde en Bhakti.

De Devi is de Goddelijke Shakti – het Bewustzijn en de Kracht van het Goddelijke, de Moeder en Energie van de werelden. Alle krachten behoren haar toe. Soms kan Devi-kracht de kracht van de universele Wereldkracht betekenen; maar dit is slechts één kant van de Shakti.

Niveaus en Delen van het Wezen

Het hogere Mentale is een van de niveaus van het spirituele mentale, het eerste en het laagste; het bevindt zich boven het normale mentale niveau. Het innerlijke denkvermogen is datgene wat zich achter de oppervlaktementale (onze gewone mentaliteit) bevindt en kan alleen direct worden ervaren (afgezien van de vritti's in de oppervlaktementale, zoals filosofie, poëzie, idealisme, enz.) door sadhana, door de gewoonte om aan de oppervlakte te zijn te doorbreken en dieper naar binnen te gaan.

Het grotere denkvermogen is een algemene term voor de mentale gebieden die ons veld worden, of het nu gaat om naar binnen gaan of het verruimen tot het kosmische bewustzijn.

Het ware mentale wezen is niet hetzelfde als het innerlijke mentale – het ware mentale, ware vitale, ware fysieke wezen betekent de Purusha van dat niveau, bevrijd van de dwaling en onwetende gedachten en wil van de lagere Prakriti en direct open voor de kennis en leiding daarboven.

Hogere vitaliteit verwijst gewoonlijk naar het vitale denkvermogen en het emotionele wezen, in tegenstelling tot de middelste vitaliteit, die in de navel zetelt en dynamisch, sensationeel en gepassioneerd is, en de lagere, die bestaat uit de kleinere bewegingen van het menselijk levensverlangen en levensreacties.

* * *

Het denkvermogen zelf is verdeeld in drie delen --- het denkende Mentale, het dynamische Mentale, het externaliserende Mentale – de eerste houdt zich bezig met ideeën en kennis op zich, de tweede met het uiten van mentale krachten of de realisatie van het idee, de derde met de uiting ervan in het leven (niet alleen door spraak, maar in elke mogelijke vorm). Het woord "fysieke denkvermogen" is nogal dubbelzinnig, omdat het dit externaliserende denkvermogen en het mentale in het fysieke samen kan betekenen.

Het vitale Denkvermogen zelf is een soort bemiddelaar tussen vitale emotie, verlangen, impuls, enz. en het mentale zelf. Het drukt de verlangens, gevoelens, emoties, passies, ambities, bezitterige en actieve neigingen van het vitale uit en werpt ze in mentale vormen (de pure fantasieën of dromen van grootsheid, geluk, enz. waaraan mensen zich overgeven, zijn een bijzondere vorm van de activiteit van het vitale denkvermogen). Er is nog een lager stadium van het mentale in het vitale dat de vitale materie slechts tot uitdrukking brengt, zonder het aan enig spel van intelligentie te onderwerpen. Het is via dit mentale vitale dat de vitale passies, impulsen en verlangens opstijgen en in het Buddhi terechtkomen en het vertroebelen of vervormen.

Zoals het vitale Denkvermogen beperkt wordt door de vitale visie en het gevoel van dingen (terwijl de dynamische Intelligentie dat niet is, want die handelt door het idee en de rede), zo wordt het denkvermogen in het fysieke of mentale lichaam beperkt door de fysieke visie en ervaring van dingen. Hij mentaliseert de ervaringen die voortkomen uit de fysieke visie en ervaring van dingen, en gaat daar niet verder dan (hoewel hij dat heel slim kan doen), in tegenstelling tot het externaliserende denkvermogen die ze meer vanuit de rede en zijn hogere intelligentie behandelt. Maar in de praktijk raken deze twee meestal met elkaar vermengd. Het mechanische denkvermogen is een

veel lagere actie van het mentale lichaam, die, aan zichzelf overgelaten, alleen gebruikelijke ideeën zou herhalen en de natuurlijke reflexen van het fysieke bewustzijn zou registreren op de contacten van het uiterlijke leven en de dingen.

Het lagere vitale, onderscheiden van het hogere, houdt zich alleen bezig met de kleine hebzucht, kleine verlangens, kleine passies, enz. die de dagelijkse beslommeringen van het leven vormen voor de gewone, sensationele mens – terwijl het vitaal-fysieke wezen het zenuwwezen is dat vitale reflexen geeft aan contacten van dingen met het fysieke bewustzijn.

* * *

De meeste mensen worden, net als dieren, gedreven door de krachten van de Natuur: welke verlangens er ook opkomen, ze vervullen ze, welke emoties er ook opkomen, ze laten ze spelen, welke fysieke behoeften ze ook hebben, ze proberen ze te bevredigen. We zeggen dan dat de activiteiten en gevoelens van mensen worden gecontroleerd door hun Prakriti, en vooral door de vitale en fysieke natuur. Het lichaam is het instrument van de Prakriti of Natuur – het gehoorzaamt aan zijn eigen natuur of het gehoorzaamt de vitale krachten van verlangen, passie, enz.

Maar de mens heeft ook een denkvermogen en naarmate hij zich ontwikkelt, leert hij zijn vitale en fysieke natuur te beheersen door zijn rede en zijn wil. Deze beheersing is zeer gedeeltelijk: de rede wordt namelijk vaak misleid door vitale verlangens en de onwetendheid van het fysieke en stelt zich aan hun kant en probeert hun fouten en verkeerde bewegingen te rechtvaardigen met zijn ideeën, redeneringen of argumenten. Zelfs als de rede zich vrij houdt en het vitale of het lichaam vertelt: "Doe dit niet", volgen het vitale en het lichaam vaak hun eigen beweging ondanks het verbod – de mentale wil van de mens is niet sterk genoeg om hen te dwingen.

Wanneer mensen sadhana doen, is er een hogere Natuur die binnenin werkt, het psychische en spirituele, en ze moeten hun natuur onder invloed stellen van het psychische wezen en het hogere spirituele zelf of van het Goddelijke. Niet alleen het vitale en het lichaam, maar ook het denkvermogen moet de Goddelijke Waarheid leren en de goddelijke regel gehoorzamen. Maar door de lagere natuur en de voortdurende greep die deze op hen heeft, zijn ze aanvankelijk en lange tijd niet in staat om te voorkomen dat hun natuur de oude wegen volgt – zelfs niet wanneer ze weten of van binnenuit verteld wordt wat ze wel of niet moeten doen. Alleen door volhardende sadhana, door het bereiken van het hogere spirituele bewustzijn en de spirituele natuur, kan deze moeilijkheid overwonnen worden; maar zelfs voor de sterkste en beste sadhaks duurt het lang.

* * *

Het hart is het centrum van het emotionele wezen, het hoogste deel van het vitale. De navel is het centrum van het dynamische en sensationele vitale. Het centrum onder de navel en de Muladhar bestuurt het lagere vitale (fysieke verlangens, kleine hebzuchten, passies, enz.). Het keelcentrum is niet het vitale – het is het fysieke denkvermogen, het expressieve externaliserende bewustzijn. Wat je voelt, is misschien wel de vitaliteit die het fysieke

denkvermogen in zijn greep krijgt en in beweging brengt voor expressie (dit is de bron van trots, bezitsgevoel, ambitie, woede en andere passies) – maar het uit deze vaak genoeg via het hartcentrum.

* * *

Het innerlijke wezen is het innerlijke denkvermogen, het innerlijke vitale, het innerlijke fysieke met het psychische erachter. De term 'hoger wezen' wordt gebruikt om het bewuste zelf aan te duiden op de niveaus hoger dan het gewone menselijke bewustzijn.

* * *

Het psychische heeft de positie waar je het over hebt, omdat de psyche in contact staat met het Goddelijke in de lagere natuur. Maar het innerlijke denkvermogen, vitaal en fysiek, maken deel uit van het universele en staan open voor de dualiteiten – alleen zijn ze breder dan het uiterlijke denkvermogen, het leven en het lichaam, en kunnen ze de goddelijke invloed ruimer en gemakkelijker ontvangen.

* * *

Ons innerlijke wezen staat in contact met het universele denkvermogen, het leven en de materie; het is een deel van dat alles, maar juist daardoor kan het niet in het bezit zijn van bevrijding en vrede. U denkt waarschijnlijk aan de Atman en verwacht die met het innerlijke wezen.

* * *

In de navel bevindt zich de belangrijkste zetel van het dynamische vitale bewustzijn, waarvan het bereik loopt van het hartniveau tot het centrum onder de navel (het lagere vitale, zintuiglijke verlangenscentrum). Deze drie markeren het domein van het vitale wezen. Het centrum van de psyche bevindt zich achter het hart en het is via de gezuiverde emoties dat de psyche het gemakkelijkst een uitlaatklep vindt. Alles vanuit het hart erboven is het domein van het mentale wezen – met ook drie centra, één in de keel (het naar buiten gaande of externaliserende denkvermogen), één tussen de ogen of liever gezegd in het midden van het voorhoofd (het centrum van visie en wil) en één erboven, die communiceert met de hersenen, de duizendbladige lotus, waar het denkende mentale en de hogere intelligentie gecentraliseerd zijn, die communiceren met de grotere mentale vlakken (verlichte geest, intuïtie, bovenmentale) erboven.

In de uiterlijke oppervlakte-natuur zijn denkvermogen, psyche, vitaal en fysiek door elkaar gehusseld en er is een sterk vermogen tot introspectie, zelfanalyse, nauwkeurige observatie en ontwarring van de draden van gedachte, gevoel en impuls nodig om de samenstelling van onze natuur en de relatie en interactie van deze delen met elkaar te ontdekken. Maar wanneer we naar binnen gaan, vinden we de bronnen van al deze oppervlakkige actie en daar zijn de delen van ons wezen heel duidelijk van elkaar te onderscheiden; Het is alsof we een groepswezen zijn, elk lid van de groep

met zijn eigen plaats en functie, en allemaal geleid door een centraal wezen dat soms vooraan staat, soms achter de schermen.

* * *

De ziel en het leven zijn twee heel verschillende krachten. De ziel is een vonk van de Goddelijke Geest die de individuele natuur ondersteunt; denkvermogen, leven en lichaam zijn de instrumenten voor de manifestatie van de natuur. Bij de meeste mensen is de ziel verborgen en bedekt door de werking van de externe natuur; ze verwarren het vitale wezen met de ziel, omdat het het vitale is dat het lichaam bezielt en beweegt. Maar dit vitale wezen is een ding dat bestaat uit verlangens en uitvoerende krachten, goed en slecht; het is de verlangenziel, niet het ware. Het is wanneer de ware ziel (psyche) naar voren komt en eerst de handelingen van de instrumentele natuur begint te beïnvloeden en vervolgens te besturen, dat de mens het vitale verlangen begint te overwinnen en groeit naar een goddelijke natuur.

* * *

Er zijn zeven centra of Chakra's: –

- (1) De duizendbladige lotus op de kruin.
- (2) In het midden van het voorhoofd – het Ajna-chakra – (wil, visie, dynamische gedachte).
- (3) Keelcentrum – externaliserende geest.
- (4) Hartlotus – emotioneel centrum. Het psychische bevindt zich erachter.
- (5) Navel – hogere vitale (eigenlijke).
- (6) Onder de navel – lagere vitale.
- (7) Muladhara – fysiek.

Al deze centra bevinden zich in het midden van het lichaam; ze zouden verbonden moeten zijn met het ruggenmerg; maar in feite bevinden al deze dingen zich in het subtiele lichaam, *sukhma deha*, hoewel men het gevoel heeft dat ze zich in het fysieke lichaam bevinden wanneer het bewustzijn wakker is.

* * *

U redeneert vanuit de analogie van ons eigen zeer besloten en beperkte zintuiglijke bewustzijn en de nogmal onhandige relaties ervan met de gebeurtenissen in de materiële ruimte. Wat is ruimte immers anders dan een uitbreiding van het bewuste zijn waarin Bewustzijn-Kracht zijn eigen omgeving bouwt? Op het subtiele fysieke vlak zijn er niet één, maar vele lagen van bewustzijn en elk beweegt zich in zijn eigen wezen, dat wil zeggen, in zijn eigen ruimte. Ik heb gezegd dat elk subtiel vlak een conglomeraat of reeks van werelden is. Elke ruimte kan op elk punt een andere ruimte ontmoeten, doordringen of ermee samenvallen; dienovereenkomstig kunnen er op één punt van subtiele objecten zijn die wat we nogal willekeurig dezelfde ruimte zouden kunnen noemen, innemen, en toch hoeven ze geen enkele feitelijke relatie met elkaar te hebben. Als er een relatie wordt gecreëerd, is het het

meervoudige bewustzijn van de ziener waarin de ontmoetingsplaats zichtbaar wordt die deze creëert.

Aan de andere kant kan er een relatie bestaan tussen objecten in verschillende gebieden van de ruimte correleren met elkaar, zoals in het geval van het grofstoffelijke object en zijn subtiele tegenhanger. Daar kun je gemakkelijker redeneren over relaties tussen de ene ruimte en de andere.

Patala is hier duidelijk een naam voor het onderbewuste – de wezens daar hebben "geen hoofd", dat wil zeggen, er is geen mentaal bewustzijn; mensen hebben allemaal zo'n onderbewust niveau in hun eigen wezen en van daaruit ontstaan allerlei irrationele en onwetende (hoofdloze) instincten, impulsen, herinneringen, enz., die van invloed zijn op hun daden en gevoelens zonder dat ze de werkelijke bron ervan ontdekken. 's Nachts komen veel onsamenhangende dromen uit deze wereld of dit niveau. De wereld daarboven is het superbewuste niveau van zijn – boven het menselijk bewustzijn – er zijn vele werelden van dat soort; dit zijn goddelijke werelden.

* * *

Het individu is niet beperkt tot het fysieke lichaam – het is alleen het externe bewustzijn dat zo aanvoelt. Zodra men dit gevoel van beperking overwint, kan men eerst het innerlijke bewustzijn voelen, dat verbonden is met het lichaam, maar er niet bij hoort, en vervolgens de bewustzijnsniveaus die het lichaam omringen, maar deel uitmaken van zichzelf, van het individuele wezen, waardoor men in contact staat met de kosmische krachten en ook met andere wezens. Dit laatste is het omgevingsbewustzijn.

* * *

Het gezichtscentrum bevindt zich tussen de wenkbrauwen in het midden van het voorhoofd. Wanneer dit zich opent, krijgt men het innerlijke zicht, ziet men de innerlijke vormen en beelden van dingen en mensen en begint men dingen en mensen van binnenuit te begrijpen, niet alleen van buitenaf. Er ontwikkelt zich een wilskracht die ook op innerlijke (yogische) wijze op dingen en mensen inwerkt, enz.

De opening ervan is vaak het begin van het Yogische bewustzijn, in tegenstelling tot het gewone mentale bewustzijn.

* * *

Ik heb nog nooit gehoord van twee lotussen in het hartcentrum; maar het is de zetel van twee krachten, vóór het hogere vitale of emotionele wezen, achter en verborgen de ziel of het psychische wezen.

De kleuren van de lotussen en het aantal bloemblaadjes zijn respectievelijk, van onder naar boven: –

1. het Muladhara- of fysieke bewustzijnscentrum, vier bloemblaadjes, rood;
2. het buikcentrum, zes bloemblaadjes, diep paarsrood;
3. het navelcentrum, tien bloemblaadjes, violet;
4. het hartcentrum, twaalf bloemblaadjes, goudroze;
5. het keelcentrum, zestien bloemblaadjes, grijs;

6. het voorhoofdcentrum tussen de wenkbrauwen, twee bloemblaadjes, wit;
7. de duizendbladige lotus boven het hoofd, blauw met goudkleurig licht eromheen.

De functies zijn, volgens onze yoga, –

1. het fysieke bewustzijn en het onderbewustzijn beheersen;
2. De kleine levensbewegingen, de kleine hebzucht, lusten, verlangens en de kleine zintuiglijke bewegingen beheersen;
3. De grotere levenskrachten, de passies en de grotere verlangens beheersen;
4. Het hogere emotionele wezen beheersen met de psychische diepgang erachter;
5. De expressie en alle externalisatie van de geestesbewegingen en mentale krachten beheersen;
6. Het denken, de wil en het zicht beheersen
7. Het hogere denkende verstand en de verlichte geest beheersen en zich naar boven openen voor de intuïtie en het bovenbewustzijn.

De zevende wordt soms, of door sommigen, geïdentificeerd met de hersenen, maar dat is een vergissing – de hersenen zijn slechts een communicatiekanaal gelegen tussen het duizendbladige centrum en het voorhoofdcentrum. De eerste wordt soms het leegtecentrum, *sunya*, genoemd, ofwel omdat het zich niet in het lichaam bevindt, maar in de schijnbare leegte erboven, ofwel omdat men door boven het hoofd uit te stijgen eerst de stilte van het zelf of het spirituele wezen betreedt.

* * *

Een sterk vitale is er een die vol levenskracht is, ambitie, moed, grote energie, een kracht voor actie of schepping, een grote expansieve beweging heeft, of het nu gaat om vrijgevigheid in geven of om bezit en leiding en dominantie, een kracht om te vervullen en te materialiseren – er zijn ook vele andere vormen van vitale kracht. Het is vaak moeilijk voor zo'n vitale zich over te geven vanwege het besef van zijn eigen krachten – maar als het dat kan, wordt het een bewonderenswaardig instrument voor het Goddelijke Werk.

* * *

Nee, een zwakke vitale heeft niet de kracht om zich spiritueel te wenden – en omdat het zwak is, valt het gemakkelijker onder een verkeerde invloed en, zelfs wanneer het wil, vindt het het moeilijk om iets te accepteren dat buiten zijn eigen gebruikelijke natuur ligt. De sterke vitale kan dat, wanneer de wil er is, veel gemakkelijker – zijn eigen centrale moeilijkheid is de trots van het ego en de aantrekkingskracht van zijn krachten.

De borstkas heeft meer verbinding met de psyche dan de vitale. Een sterke vitale kan een goede fysieke conditie hebben, maar vaak ook niet – hij trekt te veel aan het fysieke, vreet het als het ware op.

Voorwaarden voor Sadhana

Openheid en, indien nodig, passiviteit, maar ten opzichte van het hoogste bewustzijn, niet ten opzichte van wat er ook maar komt.

Daarom moet er een zekere stille waakzaamheid zijn, zelfs in de passiviteit. Anders kunnen er verkeerde bewegingen of inertie ontstaan.

* * *

Je vorige sadhana speelde zich voornamelijk af op het vitale vlak. De ervaringen op het vitale vlak zijn zeer interessant voor de sadhak, maar ze zijn gemengd, d.w.z. niet allemaal verbonden met de hogere Waarheid. Er moet een grotere, zuiverdere en stevigere basis voor de sadhana worden gelegd – de psychische basis. Daarom worden alle oude ervaringen stopgezet. Het hart moet het centrum worden en door middel van bhakti en aspiratie moet je het psychische wezen naar voren brengen en in nauw contact komen met de Goddelijke Shakti. Als je dit kunt, zal je sadhana opnieuw beginnen met een beter resultaat.

* * *

Wanneer het licht en de vrede vol zijn in het vitale en fysieke bewustzijn, is dit altijd de basis voor de juiste beweging van de hele natuur.

Binnen blijven, boven en onaangetast, vol van het innerlijke bewustzijn en de innerlijke ervaring – luisterend wanneer nodig naar de een of de ander met het oppervlakkige bewustzijn, maar met zelfs dat ongestoord, niet naar buiten getrokken of binnengedrongen, dat is de perfecte conditie voor sadhana.

* * *

De hulp van de Moeder is er altijd voor degenen die bereid zijn deze te ontvangen. Maar je moet je bewust zijn van je vitale natuur, en de vitale natuur moet instemmen met verandering. Het heeft geen zin om alleen maar te constateren dat het..ze onwillig is en dat het, wanneer het wordt gedwarsboomd, depressie in je creëert. Altijd is de vitale natuur in eerste instantie niet bereid en altijd wanneer het wordt gedwarsboomd of gevraagd te veranderen, creëert het deze depressie door haar opstandigheid of weigering van toestemming. Je moet volhouden totdat het de waarheid herkent en bereid is om getransformeerd te worden en de hulp en genade van de Moeder te aanvaarden. Als het denkvermogen geest oprecht is en de psychische aspiratie volledig en waar, kan het vitale altijd veranderen.

* * *

Lezen wat de Yoga zal helpen, wat nuttig zal zijn voor het werk, of wat de capaciteiten voor het goddelijke doel zal ontwikkelen. Lees geen waardeloze dingen, of gewoon voor de lol, of uit een dilettaant, intellectuele nieuwsgierigheid die van de aard is van mentaal borrelen. Wanneer men

gevestigd is in het hoogste bewustzijn, kan men niets of alles lezen; het maakt geen verschil – maar dat is nog ver weg.

* * *

Ik zie geen bezwaar tegen zijn voortzetting van zijn studies; of ze hem van enig nut zullen zijn voor een leven van sadhana, hangt af van de geest waarin hij ze beoefent. Het werkelijk belangrijke is het ontwikkelen van een bewustzijnsstaat waarin men in het Goddelijke kan leven en van daaruit in de fysieke wereld kan handelen. Mentale training en discipline, kennis van mensen en dingen, cultuur, en nuttige capaciteiten vormen een voorbereiding waar de sadhak des te beter van wordt – ook al zijn ze niet onmisbaar. Onderwijs in India biedt maar weinig van deze dingen, maar als iemand weet hoe te studeren zonder zich veel te bekommeren om de vorm of louter academisch succes, kan het leven van de student voor dit doel worden gebruikt.

* * *

Bijna elke kunstenaar (er zijn zeldzame uitzonderingen) heeft iets van de "publieke" mens in zich, in zijn vitaal-fysieke delen, de behoefte aan de stimulans van een publiek, maatschappelijk applaus, bevredigde ijdelheid of roem. Dat moet absoluut verdwijnen als hij een yogi wil zijn en zijn kunst niet een dienst aan de mens of zijn eigen ego, maar aan het Goddelijke.

* * *

Bij de meest fysieke dingen moet je een programma opstellen om ermee om te gaan, anders wordt alles een zee van verwarring en willekeur. Er moeten ook vaste regels worden gemaakt voor het beheer van materiële zaken, zolang mensen niet voldoende ontwikkeld zijn om er zonder regels op de juiste manier mee om te gaan. Maar op het gebied van de innerlijke ontwikkeling en de sadhana is het onmogelijk om een plan uit te stippelen dat tot in elk detail vastligt en te zeggen: "Je zult elke keer hier, daar, op deze manier, op die lijn en op geen andere manier stoppen." De dingen zouden zo vastlopen en rigide worden dat er niets meer aan gedaan kan worden; Er zou geen ware en effectieve beweging kunnen zijn.

Alles hangt af van de innerlijke conditie en de uiterlijke conditie is slechts nuttig als middel en hulpmiddel om de innerlijke conditie uit te drukken of te bevestigen en dynamisch en effectief te maken. Als je iets doet of zegt met de psychische boventoon of met de juiste innerlijke aanraking, zal het effectief zijn; als je hetzelfde doet of zegt vanuit het verstand of het vitale, of met een verkeerde of gemengde sfeer, kan het volstrekt ineffectief zijn. Om in elk geval en op elk moment het juiste te doen op de juiste manier, moet men in het juiste bewustzijn zijn – het kan niet worden gedaan door een vaste mentale regel te volgen die onder sommige omstandigheden wel en onder andere helemaal niet past. Een algemeen principe kan worden vastgelegd als het in overeenstemming is met de Waarheid, maar de toepassing ervan moet worden bepaald door het innerlijke bewustzijn dat bij elke stap ziet wat er wel en niet moet worden gedaan. Als het psychische de boventoon voert, als het

wezen volledig naar de Moeder is gekeerd en het psychische volgt, kan dit steeds beter gedaan worden.

* * *

Het is waar dat men moet proberen de innerlijke conditie onder alle omstandigheden te behouden, zelfs de meest ongunstige; maar dat betekent niet dat men onnodig ongunstige omstandigheden moet accepteren wanneer er geen goede reden is om ze te laten voortduren. Vooral het zenuwstelsel en het fysieke kunnen geen overmatige belasting verdragen – ook het denkvermogen en het hogere vitale; je vermoeidheid kwam voort uit de inspanning om in Eén Bewustzijn te leven en jezelf tegelijkertijd te veel bloot te stellen aan langdurige contacten vanuit het gewone bewustzijn. Een zekere mate van zelfverdediging is noodzakelijk, zodat het bewustzijn niet voortdurend naar beneden wordt getrokken of naar buiten wordt getrokken in de gewone sfeer, of het fysieke wordt belast door gedwongen te worden tot activiteiten die je vreemd zijn geworden. Degenen die yoga beoefenen, zoeken vaak hun toevlucht in eenzaamheid tegen deze moeilijkheden; Dat is hier onnodig, maar toch hoeft je je niet altijd aan dit soort nutteloze druk te onderwerpen.

Moedwillige verspilling, het achteloos verpesten van fysieke zaken in een onvertrouwenlijk korte tijd, losse wanorde, misbruik van diensten en materialen, hetzij door het verlangen naar levensbelang, hetzij door tamasische inertie, zijn schadelijk voor de welvaart en hebben de neiging de Rijkdom-Macht te verdrijven of te ontmoedigen. Deze dingen zijn al lang wijdverbreid in de samenleving en, als dat zo doorgaat, zou een toename van onze middelen wel eens een evenredige toename van de verspilling en wanorde kunnen betekenen en het materiële voordeel kunnen neutraliseren. Dit moet worden verholpen als er sprake wil zijn van enige gezonde vooruitgang.

Ascetisme op zichzelf is niet het ideaal van deze Yoga, maar zelfbeheersing in het levensbelang en de juiste orde in het materiële zijn er zeer belangrijke onderdelen van – en een ascetische discipline is beter dan een losse afwezigheid van ware controle. Beheersing van het materiaal betekent niet dat je er veel van hebt en het vervolgens zo snel mogelijk weggooit of verpest als het binnenkomt, of zelfs nog sneller. Beheersing impliceert het juiste en zorgvuldige gebruik van dingen en ook zelfbeheersing in het gebruik ervan.

* * *

De beste manier om je voor te bereiden op het spirituele leven wanneer je in gewone bezigheden en omgevingen moet leven, is door een volledige gelijkheid en onthechting te cultiveren en de *samata* van de Gita te volgen, met het vertrouwen dat het Goddelijke er is en de Goddelijke Wil in alle dingen werkzaam is, ook al bevindt men zich momenteel in een wereld van Onwetendheid. Daarnaast werken het Licht en Ananda waar het leven naartoe werkt, maar de beste manier voor de komst en de fundering in het individuele wezen en de natuur is om te groeien in deze spirituele gelijkheid. Dat zou ook je problemen met onaangename en onprettige dingen oplossen.

Alle onaangenaamheden moeten met deze geest van *samata* worden aangepakt.

Open blijven voor de Moeder betekent altijd stil, gelukkig en vol vertrouwen blijven – niet rusteloos, niet verdrietig of neerslachtig, om haar kracht in je te laten werken, je te leiden, je kennis te geven, je vrede en Ananda te geven. Als je jezelf niet open kunt houden, streef er dan voortdurend maar in stilte naar dat je open mag zijn.

* * *

Je bent het kind van de Moeder en de liefde van de Moeder voor haar kinderen is grenzeloos en ze verdraagt geduldig de tekortkomingen van hun natuur. Probeer het ware kind van de Moeder te zijn: het is er in je, maar je uiterlijke denkvermogen wordt in beslag genomen door kleine, nutteloze dingen en is er te vaak in een heftige drukte over. Je moet de Moeder niet alleen in dromen zien, maar leren haar te allen tijde bij je en in je te zien en te voelen. Dan zul je het gemakkelijker vinden om jezelf te beheersen en te veranderen, – want als zij er is, zou ze dat voor je kunnen doen.

* * *

De psychische zelfbeheersing die wenselijk is in deze omgeving en te midden van discussies, zou onder andere betekenen:

1. De impuls van het spreken niet te veel laten opkomen of iets zeggen zonder na te denken, maar altijd spreken met een bewuste beheersing en alleen wat nodig en nuttig is.
2. Vermijd elk debat, geschil of te levendige discussie en zeg gewoon wat er gezegd moet worden en laat het daarbij. Er mag ook niet worden aangedrongen dat jij gelijk hebt en de anderen ongelijk, maar wat er gezegd wordt, moet alleen worden ingebracht als een bijdrage aan de overweging van de waarheid.
3. Houd de toon en de formulering heel rustig, kalm en niet-aandringend.
4. Trek je er niets van aan als anderen verhit raken en ruzie maken, maar blijf stil en ongestoord en spreek alleen wat kan helpen om de zaken weer soepel te laten verlopen.
5. Doe niet mee als er geroddeld wordt over anderen en er harde kritiek is (vooral over sadhaks), want deze dingen zijn op geen enkele manier nuttig en verlagen het bewustzijn alleen maar van een hoger niveau.
6. Vermijd alles wat anderen zou kwetsen of verwonden.

* * *

Hoe ga je de juiste externe relaties vinden door je helemaal terug te trekken uit externe relaties? En hoe stel je voor om grondig getransformeerd en verenigd te worden door alleen in het innerlijke leven te leven, zonder enige toetsing van de transformatie en eenheid door extern contact en de beproevingen van het externe werk en leven? Grondigheid omvat extern werk en relaties en niet alleen een teruggetrokken innerlijk leven.

Alleen door het vitale ego zijn eisen en aanspraken en de reacties die deze oproepen wanneer ze niet bevredigd worden, op te geven, kan de transformatie en vereniging tot stand komen, en er is geen andere manier.

* * *

De houding die hij beschrijft, is, als hij die correct aanhoudt, de juiste. Het bracht hem aanvankelijk het begin van een ware ervaring, het Licht (wit en goud) en de Kracht die vanuit de Sahasradal naar beneden stroomden en het systeem vulden; maar toen het de vitale delen raakte, moet het de prana-energieën in de vitale centra (navel en lager) hebben gewekt en omdat deze niet zuiver waren, ontstonden alle onzuiverheden (woede, seks, angst, twijfel, enz.) en raakte het denkvermogen vertroebeld door de opwelling van onzuivere vitale krachten. Hij zegt dat dit alles nu afneemt, de geest wordt kalm en in het vitale komen de impulsen, maar blijven niet. Niet alleen het denkvermogen, maar ook het vitale moet kalm worden; deze impulsen moeten hun terugkerende kracht verliezen door afwijzing en zuivering. Volledige zuiverheid en vrede moeten in de hele Adhar worden gevestigd; pas dan heeft hij een veilige en zekere basis voor verdere vooruitgang.

De reden waarom de kracht uit hem stroomt, moet zijn dat hij zichzelf toestaat te passief en te open te staan voor alles. Men moet alleen passief zijn ten opzichte van de Goddelijke Kracht, maar waakzaam om zich niet aan alle krachten over te geven. Als hij passief wordt wanneer hij probeert God in een ander te zien, is de kans groot dat hij zich ter beschikking stelt van elke kracht die door die persoon werkt en dat zijn eigen krachten naar de ander afvloeien. Het is beter voor hem om dit niet te proberen; laat hij streven naar de Vrede en Kracht die van boven komen en naar volledige zuiverheid en zich alleen voor die Kracht openstellen. Ervaringen zoals het gevoel van het Goddelijke overal (niet alleen in deze of die persoon) zullen dan vanzelf komen.

Ons doel is de supramentale realisatie en we moeten alles doen wat daarvoor of daarvoor nodig is onder de omstandigheden van elk stadium. Op dit moment is het noodzakelijk om het fysieke bewustzijn voor te bereiden; daarvoor is volledige gelijkheid en vrede en een volledige toewijding, vrij van persoonlijke eisen of verlangens in de fysieke en lagere vitale delen, hetgeen tot stand moet worden gebracht. Andere dingen kunnen op hun juiste tijd komen. Wat nu nodig is, is niet het aandringen op fysieke nabijheid, wat een van die andere dingen is, maar de psychische opening in het fysieke bewustzijn en de constante aanwezigheid en leiding daar.

* * *

Er mag geen streven naar macht zijn, geen ambitie, geen egoïsme van macht. De macht of machten die komen, moeten niet als eigen worden beschouwd, maar als geschenken van het Goddelijke voor het doel van het Goddelijke. Er moet voor worden gezorgd dat er geen ambitieus of egoïstisch misbruik, geen trots of ijdelheid, geen superioriteitsgevoel, geen aanspraak of egoïsme van het instrument is, slechts een eenvoudige en zuivere psychische instrumentatie van de natuur op welke manier dan ook die geschikt is voor de dienst aan het Goddelijke.

* * *

Je kunt zeker doorgaan met het ontwikkelen van het bewustzijn van de Getuige Purusha hierboven, maar als het slechts een getuige is en de lagere Prakriti zijn gang mag gaan, zou er geen reden zijn waarom het ooit zou moeten stoppen. Velen nemen die houding aan – dat de Purusha zichzelf moet bevrijden door zich afzijdig te houden, en dat de Prakriti tot het einde van het leven zijn eigen gang mag gaan – het is *prarabdha karma*, wanneer het lichaam wegvalt, zal de Prakriti ook wegvallen en zal de Purusha vertrekken naar het kenmerkloze Brahman! Dit is een comfortabele theorie, maar van meer dan twijfelachtige waarheid; ik denk niet dat bevrijding zo eenvoudig en makkelijk is. In ieder geval zou de transformatie die het object van onze Yoga is, niet plaatsvinden.

De Purusha hierboven is niet alleen een Getuige, hij is de gever (of achterhouder) van de goedkeuring; Als hij hardnekkig de goedkeuring weigert van een beweging van Prakriti, en zich er onthecht van houdt, dan verliest deze, zelfs als deze een tijdje voortduurt door de voorbije impuls, na verloop van tijd meestal zijn grip, wordt zwakker, minder hardnekkig, minder concreet en verdwijnt uiteindelijk. Als je het Purusha-bewustzijn neemt, zou het niet alleen als de Getuige moeten zijn, maar als de Anumanta, die de goedkeuring weigert van de verstorende bewegingen, en alleen vrede, kalmte, zuiverheid en wat er ook deel uitmaakt van de goddelijke natuur. Deze weigering van goedkeuring hoeft geen strijd met de lagere Prakriti te betekenen; het zou een stille, aanhoudende, onthechte weigering moeten zijn, die de tegengestelde actie van de natuur ongefundeerd, ongeaccordeerd, zonder betekenis of rechtvaardiging, laat.

Stem nooit in met de ideeën, suggesties, gevoelens die de wolk, de verwarring en de opstand terugbrengen. Het is de toestemming die deze sterk doet terugkeren. Weiger de toestemming en ze zullen verplicht zijn zich onmiddellijk of na verloop van tijd terug te trekken.

Blijf gefixeerd in het zonlicht van het ware bewustzijn – want er is alleen geluk en vrede. Ze zijn niet afhankelijk van gebeurtenissen van buitenaf, maar alleen hiervan.

* * *

Neem de vrede, rust en vreugde met je mee en bewaar ze door altijd het Goddelijke te gedenken.

Als de gedachten over het verleden en de toekomst slechts als herinneringen en verbeeldingen komen, hebben ze geen zin en moet je je denkvermogen er rustig van afwenden en terugbrengen naar het Goddelijke en naar de Yoga. Als ze iets met het doel te maken hebben, verwijs ze dan naar het Goddelijke, plaats ze in het licht van de Waarheid, zodat je de waarheid erover kunt hebben of de juiste beslissing of vorming voor de toekomst, als die nodig is.

Er schuilt geen kwaad in de tranen waarover je spreekt, ze komen uit de ziel, het psychische wezen, en zijn een hulp en geen belemmering.

* * *

Een rusteloze ontevredenheid met het gewone leven is geen voldoende voorbereiding voor deze Yoga. Een positieve innerlijke roep, een sterke wil en een grote standvastigheid zijn noodzakelijk voor succes in het spirituele leven.

* * *

De Moeder bespreekt deze mentale problemen niet met de discipelen. Het is volkomen zinloos om te proberen deze dingen te verzoenen met het intellect. Want er zijn twee dingen: de Onwetendheid waaruit de strijd en onenigheid voortkomen en het geheime Licht, Eenheid, Gelukzaligheid en Harmonie. Het intellect behoort tot de Onwetendheid. Alleen door een beter bewustzijn te bereiken, kan men in het Licht, de Gelukzaligheid en de Eenheid leven en niet geraakt worden door de uiterlijke onenigheid en strijd. Die verandering van bewustzijn is daarom het enige dat telt; verzoening met het intellect zou geen verschil maken.

* * *

De constante aanwezigheid van de Moeder komt door oefening; de Goddelijke Genade is essentieel voor succes in de sadhana, maar het is de oefening die de neerdaling van de Genade voorbereidt.

Je moet leren naar binnen te gaan, op te houden alleen in uiterlijke dingen te leven, het denkvermogen tot rust te brengen en ernaar te streven je bewust te worden van de werkingen van de Moeder in jou.

Als je jezelf op een dag geschikt wil maken voor het spirituele leven, is het eerste wat je moet vermijden vitale rusteloosheid. Het werk dat je moet doen, doen met een rustig denkvermogen, aan het Goddelijke offeren en proberen je te ontdoen van egoïsme en levenslust, is de beste manier om je voor te bereiden.

* * *

Leef altijd alsof je onder het oog staat van de Allerhoogste en de Goddelijke Moeder. Doe niets, probeer niets te denken en te voelen dat de Goddelijke Aanwezigheid onwaardig zou zijn.

* * *

De Aanwezigheid waarvan je het verdwijnen betreurt, kan alleen gevoeld worden als het innerlijk wezen gewijd blijft en de uiterlijke natuur in harmonie of op zijn minst onder de aanraking van de innerlijke geest. Maar als je dingen doet die je innerlijke wezen niet goedkeurt, zal deze toestand uiteindelijk worden aangetast en zal de mogelijkheid om de Aanwezigheid te voelen elke keer afnemen. Je moet een sterke wil tot zuivering hebben en een aspiratie die niet verflauwt en ophoudt, wil de genade van de Moeder er zijn en effectief zijn.

* * *

Het enige wat ik hem kan aanraden is om een soort Karmayoga te beoefenen – het Allerhoogste in al zijn daden, van de kleinste tot de grootste, te doen met een rustig denkvermogen en zonder egogevoel of gehechtheid en ze aan Hem op te offeren. Hij kan ook proberen of ernaar streven de aanwezigheid van de Goddelijke Shakti achter de wereld en haar krachten te voelen, onderscheid te maken tussen de lagere natuur van de Onwetendheid en de hogere goddelijke natuur, waarvan het karakter absolute kalmte, vrede, kracht, Licht en Gelukzaligheid is, en ernaar streven om geleidelijk van het lagere naar het hogere te worden verheven en geleid.

Als hij dit kan, zal hij na verloop van tijd fit genoeg zijn om zich aan het Goddelijke te wijden en een volledig spiritueel leven te leiden.

* * *

Als je vooruitgang wilt boeken in je sadhana, is het noodzakelijk dat je de overgave en onderwerping waarover je spreekt, oprecht, echt en volledig maakt. Dit kan niet zolang je je verlangens vermengt met je spirituele aspiratie. Het kan niet zolang je een vitale gehechtheid koestert aan familie, kind of iets of iemand anders. Als je deze Yoga wilt beoefenen, moet je slechts één verlangen en aspiratie hebben: de spirituele Waarheid ontvangen en deze manifesteren in al je gedachten, gevoelens, handelingen en aard. Je mag niet hongeren naar welke relatie dan ook met wie dan ook. De relaties van de sadhak met anderen moeten van binnenuit voor hem worden gecreëerd, en wanneer hij het ware bewustzijn heeft en in het Licht leeft, zullen ze in hem worden bepaald door de kracht en wil van de Goddelijke Moeder, overeenkomstig de supramentale Waarheid voor het goddelijke leven en het goddelijke werk; ze mogen niet bepaald worden door zijn denkvermogen en zijn vitale verlangens. Dit is wat je moet onthouden. Je psychische wezen is in staat zich aan de Moeder te geven en in de Waarheid te leven en te groeien; maar je lagere vitale wezen was vol gehechtheden en samskara's en een onzuivere beweging van verlangen en je externe fysieke denkvermogen was niet in staat zijn onwetende ideeën en gewoonten af te schudden en zich open te stellen voor de Waarheid. Dat was de reden waarom je geen vooruitgang kon boeken, omdat je een element en bewegingen in stand hield die niet mochten blijven bestaan; want ze waren precies het tegenovergestelde van wat gevestigd moet worden in een goddelijk leven. De Moeder kan je alleen van deze dingen bevrijden, als je dat echt wilt, niet alleen in je psychische wezen, maar ook in je fysieke denkvermogen en je hele vitale natuur. Het teken zal zijn dat je je persoonlijke ideeën, gehechtheden of verlangens niet langer koestert of erop hamert, en dat je, ongeacht de afstand of waar je je ook bevindt, je open zult voelen en de kracht en aanwezigheid van de Moeder zult voelen, die bij je is en in je werkt. Je zult tevreden, stil en vol vertrouwen zijn, niets anders willen en altijd wachten op de wil van de Moeder.

* * *

Als je vertrouwen met de dag sterker wordt, boek je zeker vooruitgang in je sadhana en kan er geen sprake zijn geweest van een val. Een onderbreking van bepaalde ervaringen kan slechts een periode van assimilatie zijn waarin

men zich voorbereidt op een nieuwe reeks ervaringen. Blijf open en streef ernaar.

* * *

Degenen die in waanzin vervallen, hebben het ware contact verloren en zijn in het verkeerde contact terechtgekomen. Dit is te wijten aan een onzuiverheid en onspiritueel verlangen waarmee de zoeker het pad betreedt, of aan onoprechtheid, egoïsme en een valse houding, of aan een zwakte in de hersenen of zenuwstelsel dat de Kracht die het erin heeft geroepen niet kan verdragen.

De veiligste manier is om de leiding te volgen van iemand die zelf meesterschap heeft bereikt op het pad. Alleen die leiding moet impliciet en oprecht worden gevolgd; je eigen denkvermogen en zijn ideeën en fantasieën mogen zich er niet mee bemoeien. Het spreekt voor zich dat het een ware leiding moet zijn, niet de leiding van een beginnening of een bedrieger.

Deze toestand die je probeert te overvallen en te grijpen, maakt geen deel uit van je ware zelf, maar is een vreemde invloed. Je eraan overgeven en het uiten, zou daarom geen oprechtheid zijn, maar de uitdrukking van iets dat onecht is aan je ware wezen, iets dat steeds meer vreemd voor je zal worden naarmate je vordert. Wijs het altijd af wanneer het komt, zelfs als je de aanraking ervan sterk voelt; open je denkvermogen en ziel voor de Moeder, behoud je wil en vertrouwen en je zult merken dat het zich terugtrekt. Zelfs als het koppig terugkeert, wees er dan even koppig en nog koppiger tegen, standvastig in het afwijzen – dat zal het ontmoedigen en uitputten en uiteindelijk zal het zwak worden, een schaduw van zichzelf worden en verdwijnen.

Wees altijd trouw aan je ware zelf – dat is de ware oprechtheid. Volhard en overwin.

Ik denk dat je altijd al het idee hebt gehad dat het uiten van een impuls of een beweging de beste manier of zelfs de enige manier is om ervan af te komen. Maar dat is een misvatting. Als je uiting geeft aan woede, verleng of bevestig je de gewoonte van terugkerende woede; je vermindert of ontdoet je niet van de gewoonte. De allereerste stap om de kracht van woede in de natuur te verzwakken en er vervolgens helemaal vanaf te komen, is elke uiting ervan in daad of spraak te weigeren. Daarna kun je met meer kans op succes doorgaan om het ook uit de gedachten en gevoelens te bannen. En zo gaat het ook met alle andere verkeerde bewegingen.

Al deze bewegingen komen van buitenaf, vanuit de universele lagere Natuur, of worden je ingegeven of toegeworpen door tegenkrachten – die nadelig zijn voor je spirituele vooruitgang. Je manier om ze als je eigen te maken, is wederom een verkeerde methode; want door dat te doen, vergroot je hun kracht om terug te keren en je in hun greep te krijgen. Als je ze als je eigen maakt, geeft dat ze een soort recht om er te zijn. Als je ze als niet van jezelf voelt, hebben ze geen recht en kan de wil meer kracht ontwikkelen om ze weg te sturen. Wat je altijd moet hebben en voelen als van jou, is deze wil, de kracht om instemming te weigeren, om een verkeerde beweging niet toe te laten. Of, als die binnenkomt, de kracht om die weg te sturen, zonder die te uiten.

Natuurlijk is de beste manier om meer contact te houden met de Moeder en haar Licht en Kracht, en alleen te ontvangen, accepteren en volgen wat van die hogere kracht komt.

* * *

Het is geen Yoga om de natuurlijke instincten en verlangens de vrije loop te laten. Yoga vereist beheersing van de natuur, niet onderwerping aan de natuur.

* * *

De enige manier om van deze vitale bewegingen af te komen, is door volhardend te doen wat hij zichzelf beschrijft te doen met de binnendringende krachten – d.w.z. hij moet altijd waakzaam zijn, altijd proberen bewust te zijn, altijd deze dingen afwijzen, weigeren er plezier in te scheppen, de Moeder aanroepen, de neerdaling van het Licht bewerkstelligen. Als ze volhardend terugkeren, mag hij niet ontmoedigd raken; het is niet mogelijk om de natuur in één keer te veranderen, het kost veel tijd. Als hij echter het psychische bewustzijn voorop kan houden, zal het veel gemakkelijker zijn en zullen er veel minder moeilijkheden en problemen zijn bij de verandering. Dat kan worden bereikt door voortdurende aspiratie en *abhyasa*.

* * *

Het is moeilijk voor de gewone christen om één geheel te vormen, omdat de leringen van Christus zich op een heel ander niveau bevinden dan het bewustzijn van de intellectuele en vitale mens, gevormd door de opvoeding en de samenleving van Europa – laatstgenoemde is, zelfs als predikant of priester, nooit opgeroepen om wat hij predikte in alle ernst in praktijk te brengen. Maar het is voor de menselijke natuur, waar dan ook, moeilijk om te denken, voelen en handelen vanuit één centrum van waar vertrouwen, overtuiging of visie. De gemiddelde Hindoe beschouwt het spirituele leven als het hoogste, vereert de Sannyasi, wordt geraakt door de Bhakta; maar als iemand uit de familiekring de wereld verlaat voor het spirituele leven, wat een tranen, ruzies, protesten, klaagzangen! Het is bijna erger dan wanneer hij een natuurlijke dood was gestorven. Het is geen bewuste mentale onoprechtheid – ze zullen argumenteren als pandits en naar de Shastra gaan om je ongelijk te bewijzen; het is onbewustheid, een vitale onoprechtheid waarvan ze zich niet bewust zijn en die het redenerende verstand als medeplichtige gebruikt.

Daarom leggen we zoveel nadruk op oprechtheid in Yoga – en dat betekent dat het hele wezen bewust gericht is op de ene Waarheid, het ene Goddelijke. Maar dat is voor de menselijke natuur een van de moeilijkste taken, veel moeilijker dan een minder rigide ascese of een vurige vroomheid. Religie zelf geeft deze volledig geharmoniseerde oprechtheid niet – alleen het psychische wezen en de eenzige spirituele aspiratie kunnen die geven.

* * *

Een menselijke vitale uitwisseling kan de sadhana niet echt ondersteunen, maar zal deze juist aantasten en vervormen, wat leidt tot zelfbedrog in het bewustzijn en een verkeerde wending van het emotionele wezen en de vitale natuur.

Als je wilt veranderen, moet je eerst resoluut de gebreken van je vitale wezen kwijtraken, standvastig volhardend, hoe moeilijk het ook is of hoe lang het ook duurt, altijd de goddelijke hulp inroepend en jezelf dwingend om altijd volledig oprecht te zijn.

Wat betreft fitheid en onfitheid, niemand is volledig geschikt voor deze Yoga; men moet fit worden door aspiratie, door *abhyasa*, door oprechtheid en overgave. Als je altijd al het spirituele leven hebt verlangd, is het het psychische deel van je dat ernaar verlangde, maar je vitale deel heeft altijd in de weg gestaan. Vestig een oprechte wil in het vitale; laat persoonlijke verlangens en eisen, egoïsme en onwaarheid zich niet vermengen met je sadhana; dan zal alleen het vitale in jou geschikt worden voor de sadhana.

Als je wilt dat je inspanning slaagt, moet deze altijd zuiverder, standvastiger en volhardender worden. Als je oprecht oefent, zul je de hulp krijgen die je nodig hebt.

* * *

Het is de oude gewoonte van het vitale die je herhaaldelijk naar buiten doet gaan naar het externe deel; je moet volharden en de tegenovergestelde gewoonte ontwikkelen: leven in je innerlijke wezen, wat je ware wezen is, en alles van daaruit bekijken. Van daaruit krijg je de ware gedachte, de ware visie en het ware begrip van de dingen en van jezelf en de natuur.

* * *

Het is altijd de gewoonte van het vitale wezen om dingen te ontdekken waarmee het het denkvermogen overtuigt en zijn verlangens rechtvaardigt; en omstandigheden vormen zich gewoonlijk om dit nog verder te rechtvaardigen. Want wat we in ons hebben, creëert de omstandigheden buiten ons. Waar het om gaat, is dat je in de toekomst innerlijk een andere positie inneemt.

* * *

Concentratie in het hart wordt, indien mogelijk, het best geholpen door de kracht en het licht die van boven het hoofd neerdalen.

Geef niet toe aan de Tamas; hoe meer je toegeeft, hoe meer het zal blijven hangen.

Voor al deze dingen is de weg onthechting, afstand nemen; jezelf scheiden van het verlangen, observeer het, weiger goedkeuring en zet een stille en aanhoudende wil in om het te laten ophouden, terwijl je tegelijkertijd de kracht van de Moeder aanroept om hebzucht, verlangen, gehechtheid, onduidelijkheid of inertie op te lossen en te elimineren. Als het oprecht, aanhoudend en juist gedaan wordt, zal het uiteindelijk slagen, ook al kost het tijd.

* * *

De relatie tussen Goeroe en leerling is slechts één van de vele relaties die men met het Goddelijke kan hebben, en in deze Yoga die gericht is op een supramentale realisatie, is het niet gebruikelijk om het deze naam te geven; het Goddelijke wordt eerder beschouwd als de Bron, de levende Zon van Licht en Kennis en Bewustzijn en spirituele realisatie; alles wat men ontvangt, wordt gevoeld als afkomstig daarvan en het geheel wordt hervormd door de Goddelijke Hand. Dit is een grotere en intiemere relatie dan die tussen de menselijke Goeroe en leerling, die meer een beperkt mentaal ideaal is. Niettemin, als het denkvermogen nog steeds de meer vertrouwde mentale opvatting nodig heeft, kan die zo lang als nodig worden aangehouden; laat de ziel er echter niet door gebonden raken en laat haar de instroom van andere relaties met het Goddelijke en grotere vormen van ervaring niet beperken.

Je hebt blijkbaar een roeping en bent misschien geschikt voor Yoga; maar er zijn verschillende paden en elk heeft een ander doel en einde voor zich. Het is gemeenschappelijk voor alle paden om de verlangens te overwinnen, de gewone relaties van het leven opzij te zetten en te proberen de overgang te maken van onzekerheid naar eeuwige zekerheid. Men kan ook proberen dromen en slapen, dorst en honger, enz. te overwinnen. Maar het is geen onderdeel van mijn Yoga om niets te maken te hebben met de wereld of met het leven, of om de zintuigen te doden of hun werking volledig te remmen. Het is het doel van mijn Yoga om het leven te transformeren door het licht, de kracht en de gelukzaligheid van de goddelijke Waarheid en haar dynamische zekerheden erin te brengen. Deze Yoga is geen Yoga van wereldmijdende ascese, maar van goddelijk leven. Jouw doel daarentegen kan alleen bereikt worden door Samadhi te betreden en daarin alle verbinding met het wereldse bestaan te verbreken.

Bij de manier van mediteren waarover we spraken, zijn aspiratie, gebed, concentratie en intensiteit een natuurlijk onderdeel ervan. Degenen die dit doen, gaan sneller en ontwikkelen hun sadhana, zodra ze erin verankerd zijn, veel gemakkelijker en soepeler dan door een gespannen, twijfelachtige en angstige inspanning met afkeer van wanhoop en het zich afkeren van hoop en inspanning. We spraken over een gestage opening naar het Goddelijke met een stroom van kracht die zijn werk doet in de Adhar, een evenwichtige opening met een rustig denkvermogen en hart vol vertrouwen en het zonlicht van zelfvertrouwen; waar vind je dat we zeiden dat hulpeloos wachten jouw programma moet zijn?

Wat betreft luchthartigheid en zorgeloosheid – een lichte, niets-kan-me-zorgen-houding is het laatste wat we iemand zouden aanraden. De Moeder sprak over vrolijkheid, en als ze het woord luchthartig gebruikte, was dat niet in de zin van iets lichtzinnigs of frivools vrolijks en zorgeloos – hoewel een diepere en fijnere vrolijkheid zijn plaats kan hebben als element van het Yogakarakter. Wat ze bedoelde was een blijde gelijkmoedigheid, zelfs in moeilijke tijden, en daarin schuilt niets dat in strijd is met de Yogaleer of haar eigen beoefening. De vitale aard aan de oppervlakte (de diepten van het ware vitale zijn anders) is enerzijds verbonden met een oppervlakkige vrolijkheid en genot, anderzijds met verdriet, wanhoop, somberheid en tragedie – want dit zijn voor haar de gekoesterde lichten en schaduwen van het leven; maar een heldere of brede en vrije vrede of een *anandamaya*-intensiteit of, beter nog, een versmelting van beide in één is de ware balans van zowel de ziel als het

denkvermogen – en van het ware vitale ook – in Yoga. Het is volkomen mogelijk voor een volkomen menselijke sadhak om zo'n evenwicht te bereiken; het is niet nodig om goddelijk te zijn om het te bereiken.

Het is volkomen waar dat het opstijgen naar een hoger bewustzijn dan het gewone menselijke bewustzijn de juiste weg naar transformatie is. Alleen maar in het gewone lagere bewustzijn blijven en proberen de verkeerde bewegingen van daaruit af te wijzen, kan geen blijvend of volledig resultaat opleveren. Maar er zijn hier verschillende punten waarop je moet letten, anders kan deze perceptie gepaard gaan met een dwaling.

1. Zoals je later zelf hebt gezien, moeten alle delen en persoonlijkheden die het wezen vormen, deel uitmaken van het hogere bewustzijn, anders zullen de oude bewegingen onder allerlei voorwendsels voortduren.
2. Je spreekt over het verwerpen van het lagere vitale, maar alleen de niet-wedergeboren lagere vitale bewegingen kunnen worden verwijderd; je kunt het lagere vitale zelf niet verwijderen, want het is een noodzakelijk onderdeel van de gemanifesteerde natuur, net als het hogere vitale of het denkvermogen. Het moet worden veranderd in de kracht van het hogere bewustzijn, niet aan zichzelf worden overgelaten of van je worden afgeworpen.
3. Als je het niet verandert, als je simpelweg tevreden blijft door innerlijk in het psychische of andere hogere bewustzijn te leven, dan loop je het risico te doen zoals zij die tevreden zijn met ervaringen en wat innerlijke rust of Ananda, maar de uiterlijke aard en oppervlakkige bewegingen onveranderd laten, door ze ofwel onbelangrijk te vinden ofwel te rechtvaardigen met het argument dat er een psychisch of spiritueel bewustzijn achter zit.

* * *

Het is een vergissing te denken dat je door angst of ongelukkig te zijn vooruitgang kunt boeken. Angst is altijd een gevoel dat afgewezen moet worden, want wat je vreest is precies wat je waarschijnlijk zal overkomen: angst trekt het object van angst aan. Ongelukkig zijn verzwakt de kracht en stelt je meer bloot aan de oorzaken van ongelukkig zijn.

Je kunt stil, gelukkig, opgewekt zijn zonder al te lichtzinnig of oppervlakkig te zijn – en het geluk hoeft geen vitale reactie te veroorzaken. Het enige wat je hoeft te doen is oplettend en waakzaam zijn – waakzaam zodat je niet instemt met verkeerde bewegingen of de terugkeer van oude gevoelens, duisternis, verwarring, enz. Als je waakzaam blijft, dan zal, met de toename van de Kracht die je ondersteunt, een kracht van zelfbeheersing komen, een kracht om de verkeerde afslag of de verkeerde reactie te zien en af te wijzen wanneer die zich voordoet. Angst en verdriet zullen je dat niet geven. Alleen door deze waakzaamheid, gepaard gaande met een opening naar de ondersteunende en leidende Kracht, zal die komen. Wat jij beschrijft als een vermogen om het juiste te kiezen en het gevoel van kracht of macht dat de verkeerde beweging kan stoppen en de juiste kan nemen zodra het die herkent, is precies deze controle en waakzaamheid. Het is door deze controle en waakzaamheid, ondersteund door de Kracht, dat je kunt voorkomen dat liefde en toewijding ook vermengd raken met of vervangen worden door

egoïstische verlangens en onzuiverheden. Hoe meer je je openstelt, hoe meer deze kracht in je zal toenemen.

* * *

Tot nu toe heeft geen enkele bevrijde mens bezwaar gemaakt tegen de Guruvada; het zijn meestal alleen mensen die in het denkvermogen of het vitale leven en de trots van het denkvermogen en de arrogantie van het vitale hebben, die het beneden hun waardigheid achten een Goeroe te erkennen.

* * *

Het opgeven van terughoudendheid zou betekenen dat het vitale de vrije loop krijgt, en dat zou betekenen dat allerlei krachten de vrije loop krijgen. Zolang er niet het supramentale bewustzijn is dat alles controleert en doordringt, in het hele wezen, van het bovenmentale naar beneden, is er een dubbelzinnig spel van krachten, en elke kracht, hoe goddelijk van oorsprong ook, kan worden gebruikt door de krachten van het licht of worden onderschept terwijl deze door het denkvermogen en het vitale gaat, door de krachten van de duisternis. Waakzaamheid, onderscheidingsvermogen en controle kunnen niet worden opgegeven totdat de volledige overwinning is behaald en het bewustzijn is getransmuteerd.

Basis van Sadhana

Het komt doordat je bewustzijn tijdens de sadhana in contact is gekomen met de lagere fysieke natuur en deze ziet zoals ze is, wanneer ze niet onderdrukt of gecontroleerd wordt door het denkvermogen, de psyche of de spirituele kracht. Deze natuur is op zichzelf vol lage en duistere verlangens; het is het meest dierlijke deel van de mens. Men moet ermee in contact komen om te weten wat er is en het te transformeren. De meeste sadhaks van het oude type zijn tevreden met het opstijgen naar de spirituele of psychische rijken en laten dit deel aan zichzelf over – maar daardoor blijft het onveranderd, zelfs al is het grotendeels in rust, en is er geen volledige transformatie mogelijk. Je hoeft alleen maar stil en ongestoord te blijven en de hogere Kracht te laten werken om deze duistere fysieke natuur te veranderen.

* * *

Wanneer men kosmisch bewustzijn heeft, kan men het kosmische Zelf voelen als zijn eigen zelf, kan men zich één voelen met andere wezens in de kosmos, kan men alle krachten van de Natuur voelen als bewegend in zichzelf, alle zelden als zijn eigen zelf. Er is geen waarom, behalve dat het zo is, aangezien alles het Ene is.

* * *

Wanneer men spreekt over de goddelijke vonk, denkt men aan de ziel als een deel van het Goddelijke dat van bovenaf is afgedaald in de manifestatie in plaats van aan iets dat zich heeft afgescheiden van de kosmos. Het is de natuur die zichzelf heeft gevormd uit de kosmische krachten – denkvermogen uit het kosmische mentale, leven uit kosmisch leven, lichaam uit kosmische Materie.

Voor de ziel zijn er drie realisaties: – (1) de realisatie van het psychische wezen en bewustzijn als het goddelijke element in de evolutie; (2) de realisatie van het kosmische Zelf dat één is in alles; (3) de realisatie van het Allerhoogste Goddelijke waaruit zowel het individu als de kosmos voortkomen en van het individuele wezen (Jivatma) als een eeuwig deel van het Goddelijke.

* * *

De sadhana is gebaseerd op het feit dat een afdaling van Krachten van de hogere niveaus en een opstijging van het lagere bewustzijn naar de hogere niveaus de middelen zijn voor transformatie van de lagere natuur – hoewel dit natuurlijk tijd kost en de volledige transformatie alleen kan plaatsvinden door de supramentale afdaling.

* * *

Sadhana is de beoefening van Yoga. Tapasya is de concentratie van de wil om de resultaten van sadhana te behalen en de lagere natuur te overwinnen. Aradhana is aanbidding van het Goddelijke, liefde, zelfovergave, aspiratie

naar het Goddelijke, het aanroepen van de naam, gebed. Dhyana is innerlijke concentratie van het bewustzijn, meditatie, naar binnen keren in Samadhi. Dhyana, Tapasya en Aradhana zijn allemaal onderdelen van sadhana.

* * *

Een zuiver denkvermogen betekent een denkvermogen dat kalm is en vrij van gedachten van nutteloze of verontrustende aard.

Wanneer men het onpersoonlijke Zelf volgt, beweegt men zich tussen twee tegengestelde principes – de stilte en zuiverheid van de onpersoonlijke inactieve Atman en de activiteit van de onwetende Prakriti. Men kan in het Zelf treden en de onwetende natuur verlaten of deze tot stilte reduceren. Of men kan leven in de vrede en vrijheid van het Zelf en de werking van de Natuur als getuige gadeslaan. Men kan zelfs enige sattwische controle uitoefenen, door tapasya, over de werking van de Prakriti; maar het onpersoonlijke Zelf heeft geen macht om de natuur te veranderen of te vergoddelijken. Want daarvoor moet men het onpersoonlijke Zelf overstijgen en het Goddelijke zoeken dat zowel persoonlijk als onpersoonlijk is en voorbij deze twee aspecten gaat. Als je echter oefent in het leven vanuit het onpersoonlijke Zelf en een zekere spirituele onpersoonlijkheid kunt bereiken, groei je in gelijkheid, zuiverheid, vrede en onthechting. Je krijgt de kracht om te leven in een innerlijke vrijheid die niet wordt aangetast door de oppervlakkige beweging of strijd van de mentale, vitale en fysieke natuur. Dit is een grote hulp wanneer je voorbij het onpersoonlijke moet gaan en de onrustige natuur ook in iets goddelijks moet veranderen.

Wat betreft het offeren van de handelingen aan het Goddelijke en de vitale moeilijkheid die het met zich meebrengt, is het niet mogelijk om de moeilijkheid te vermijden – je moet erdoorheen gaan en het overwinnen. Op het moment dat je deze poging doet, komt het vitale met al zijn rusteloze onvolkomenheden tevoorschijn om zich tegen de verandering te verzetten. Er zijn echter drie dingen die je kunt doen om de moeilijkheid te verlichten en te verkorten:

1. Maak je los van dit vitale-fysieke – observeer het als iets dat niet van jou is; verwerp het, weiger je toestemming te geven voor de aanspraken en impulsen ervan, maar doe dat rustig als de getuige Purusha wiens weigering van goedkeuring uiteindelijk moet zegevieren. Dit zou niet moeilijk voor je moeten zijn, als je al hebt geleerd om steeds meer in het onpersoonlijke Zelf te leven.
2. Wanneer je je niet in deze onpersoonlijkheid bevindt, gebruik dan nog steeds je mentale wil en de kracht ervan om in te stemmen of te weigeren – niet met een pijnlijke strijd, maar op dezelfde manier, rustig, de aanspraken van het Verlangen ontkennend, totdat deze aanspraken door verlies van goedkeuring en instemming hun kracht verliezen en steeds zwakker en meer extern worden.
3. Als je je bewust wordt van het Goddelijke boven je of in je hart, roep dan om hulp, om licht en kracht van daaruit om het vitale zelf te veranderen, en dring tegelijkertijd aan op dit vitale totdat het zelf leert te bidden voor de verandering.

Uiteindelijk zal de moeilijkheid tot zijn kleinste proporties worden teruggebracht, op het moment dat je door de oprechtheid van je streven naar

het Goddelijke en je overgave het psychische wezen in je (de Purusha in het geheime hart) kunt ontwaken, zodat het naar voren komt, voorop blijft staan en zijn invloed uitoefent op alle bewegingen van het denkvermogen, het vitale en het fysieke bewustzijn. Het transformatiewerk zal nog steeds moeten gebeuren, maar vanaf dat moment zal het niet meer zo moeilijk en pijnlijk zijn.

* * *

In de normale loop van Yoga wordt die fysieke kracht vervangen door een yogische kracht of yogische levenskracht die het lichaam in stand houdt en het laat werken, maar bij afwezigheid van deze kracht is het lichaam ontdaan van kracht, inert en tamasisch. Dit kan alleen worden verholpen door het hele wezen zich te openen voor Yoga-Shakti op elk van zijn niveaus – yogische mentale kracht, yogische levenskracht, yogische lichaamskracht.

* * *

Het eerste resultaat van de neerwaartse stroom van de bovenmentale krachten is vaak dat het ego wordt overschat, dat zich sterk, bijna onweerstaanbaar voelt (hoewel het dat niet echt is), vergoddelijkt en stralend. Het eerste wat je moet doen, na enige ervaring hiermee, is je te ontdoen van dit vergrote ego. Daarvoor moet je een stap terug doen, je niet laten meeslepen door de beweging, maar observeren, begrijpen, alle vermengingen afwijzen, streven naar een zuiverder en toch zuiverder licht en actie. Dit kan alleen perfect worden gedaan als de psyche naar voren komt. Het denkvermogen en het vitale, vooral het vitale, die deze krachten ontvangen, kunnen met moeite de neiging weerstaan om ze te grijpen en te gebruiken voor de objecten van hun ego of, wat praktisch op hetzelfde neerkomt, de eisen van het ego te vermengen met het dienen van een hoger object.

* * *

Pranava Japa: Het wordt verondersteld een eigen kracht te hebben, hoewel die kracht kan niet volledig werken zonder meditatie over de betekenis. Maar mijn ervaring is dat er in deze dingen geen onveranderlijke regel is en dat dit afhankelijk moet zijn van het bewustzijn of de reactiekracht in de sadhak. Bij sommigen heeft het geen effect, bij anderen heeft het een snel en krachtig effect, zelfs zonder meditatie – bij anderen is meditatie noodzakelijk om enig effect te bereiken.

* * *

Hoe kom je volledig van woede af?

Wanneer het de psychische kracht is die alle bewegingen van het wezen beheerst, dan verdwijnt het volledig en wanneer de gelijkmoedigheid van het hogere bewustzijn volledig bezit neemt van het lagere vitale. Tot die tijd kan men de controle verkrijgen, verminderen en reduceren tot een aanraking die geen uiterlijk effect heeft of een golf die voorbijgaat zonder levensexpressie.

* * *

Wordt het onderbewuste meegevoerd naar het volgende leven?

Nee, het onderbewuste is het instrument voor het fysieke leven en verdwijnt. Het is te onsamenvattend om een georganiseerd, duurzaam bestaan te zijn.

* * *

Er is in deze toestand meer sprake van macht dan van echte macht. Er zijn enkele gemengde en tamelijk relatieve krachten – soms een beetje effectief, soms ineffectief – die zich zouden kunnen ontwikkelen tot iets werkelijks als ze onder controle van het Goddelijke worden gesteld, als ze worden overgegeven. Maar het ego komt erbij, overdrijft deze kleine dingen, en stelt ze voor als iets groots en unieks, en weigert zich over te geven. Dan boekt de sadhak geen vooruitgang – hij dwaalt rond in de jungle van zijn eigen verbeelding zonder enig onderscheid of kritisch inzicht, of brengt een spel van verwarde krachten op gang die hij niet kan begrijpen of beheersen.

* * *

Dat komt doordat de energie in het werk wordt gestopt. Maar naarmate de vrede en het contact groeien, kan zich een dubbel bewustzijn ontwikkelen – de een betrokken bij het werk, de ander erachter, stil en observerend of gericht op het Goddelijke – in dit bewustzijn kan de aspiratie worden behouden, zelfs terwijl het externe bewustzijn zich op het werk richt.

Bestaat er "wijdte" in de psyche?

De verruiming ontstaat wanneer men het individuele bewustzijn overstijgt of begint te overstijgen en zich naar het universele uitbreidt. Maar het medium kan zelfs in het individuele bewustzijn actief zijn.

* * *

Hoe vindt het "breken van de Sluier" plaats?

Het komt vanzelf door de druk van de sadhana. Het kan ook worden veroorzaakt door specifieke concentratie en inspanning.

Het is zeker beter als het medium bewust en actief is vóór het verwijderen van de sluier of het scherm tussen het individuele en het universele bewustzijn, wat gebeurt wanneer het innerlijke wezen in al zijn verruiming naar voren wordt gebracht. Want dan is er veel minder gevaar voor de moeilijkheden van wat ik de Tussenzone heb genoemd.

* * *

Onpersoonlijkheid op zich is niet het Goddelijke. Al deze fouten kunnen en worden gemaakt door velen die beweren zich in een onpersoonlijk bewustzijn

te bevinden. Een kracht kan universeel zijn, maar ook een verkeerde kracht: velen denken dat ze onpersoonlijk en vrij van ego zijn omdat ze gehoorzamen aan een kracht of iets groters dan hun eigen persoonlijkheid – maar die kracht of dat iets kan heel anders zijn dan het Goddelijke en hen vasthouden door iets in hun persoonlijkheid en ego.

Er is hier in werkelijkheid maar één Kracht of Energie; wat de individuele energie wordt genoemd, behoort niet toe aan het individu, maar aan de ene universele Kracht.

In de ene oneindige Energie zelf moet er een onderscheid worden gemaakt tussen de Goddelijke Kracht die van boven het denkvermogen neerdaalt en de inferieure universele Energie met al haar verschillende vormen, bewegingen, golven en stromingen die van buitenaf in je komen. De inferieure Energie komt voort uit de Goddelijke Shakti, maar is gevallen van de waarheid van haar bron en heeft geen directe leiding meer.

Wanneer deze universele energieën in contact komen met de Goddelijke Kracht, zich verheffen om deze te ontmoeten en toe te staan dat deze hen vastgrijpt en inneemt en verandert, dan worden ze gezuiverd, verheven en getransformeerd en worden ze een beweging van de Goddelijke Kracht.

Wanneer ze niet in contact staan met de Goddelijke Kracht, er niet aan gehoorzamen, maar zelfstandig handelen, zijn ze onverlicht, dwalend, onzuiver, vermengd en verward – krachten van de Onwetendheid.

Blijf daarom altijd in contact met de Goddelijke Kracht. Het beste wat je kunt doen, is dat eenvoudig te doen en haar haar eigen werk te laten doen; waar nodig zal ze de lagere energieën vastgrijpen en zuiveren; op andere momenten zal ze je ervan leegmaken en je vullen met zichzelf. Maar als je je denkvermogen de leiding laat nemen en laat bespreken en beslissen wat er gedaan moet worden, verlies je het contact met de Goddelijke Kracht en zullen de lagere energieën zelfstandig gaan handelen en raken ze allemaal in verwarring en een verkeerde beweging.

Het is nog erger om te proberen deze lagere universele energieën uit de mensen om je heen te halen en een vitale uitwisseling met hen te onderhouden; wat voor voordeel kun je daaraan ontlenen? Integendeel, het zal leiden tot grotere verwarring en zelfs allerlei onheil en problemen met zich meebrengen.

Vaak is de associatie van deze universele energieën met andere een vergissing van je denkvermogen. Je denkvermogen probeert ze altijd op één ding te richten. Iemand, en vaak hecht het zich willekeurig aan de een of de ander, of anderszins, op basis van oude ervaringen die niet langer geldig zijn. Bijvoorbeeld, wat jij de kracht van X noemt, was niet de zijne, maar een universele vijandige kracht die X ooit gebruikte en, dankzij een voortdurende associatie in je denkvermogen, zich nog steeds aan jou als de zijne presenteert, maar nu mogelijk niets meer met hem te maken heeft. Door de oude associatie in stand te houden, geef je deze ongewenste energie simpelweg meer kans om je te overspoelen.

Volg altijd de ene regel: open jezelf rechtstreeks voor de Goddelijke Kracht en niet voor andere; als je ermee in contact blijft, zal al het andere zich geleidelijk aan regelen.

* * *

Er kan geen fysiek leven zijn zonder orde en ritme. Wanneer deze orde wordt veranderd, moet dat gebeuren in gehoorzaamheid aan innerlijke groei en niet ter wille van uiterlijke nieuwigheid. Het is slechts een bepaald deel van de oppervlakkige, lagere vitale natuur dat altijd externe verandering en nieuwigheid zoekt omwille van zichzelf.

Het is door constante innerlijke groei dat men een constante nieuwigheid en onfeilbare interesse in het leven kan vinden. Er is geen andere bevredigende manier.

* * *

Wat je voelde over vervanging is volkomen waar. De transformatie gaat grotendeels voort door het wegnemen of wegwerpen van het oude oppervlakkige zelf en zijn bewegingen en het vervangen ervan door een nieuw dieper zelf en zijn ware actie.

Het maakt niet uit of de hogere gevoelens, toewijding, enz. je soms als een invloed of kleuring voorkomen. Dat lijkt zo wanneer je jezelf voelt in het uiterlijke fysieke, uiterlijke vitale of uiterlijke bewustzijn. Deze gevoelens zijn werkelijk die van je diepste zelf, je ziel, de psyche in je, en wanneer je in het psychische bewustzijn bent, worden ze normaal en natuurlijk. Maar wanneer je bewustzijn verschuift en meer extern wordt, worden deze werkingen van de ziel of van het goddelijke bewustzijn als extern ervaren, als slechts een invloed. Desalniettemin moet je je er voortdurend voor openstellen, en ze zullen dan steeds meer doordringen, ofwel gestaag doordringen, ofwel in opeenvolgende golven of vloedgolven komen en doorgaan totdat ze het denkvermogen, het vitale, het lichaam hebben gevuld. Je zult ze dan altijd voelen, niet alleen als normaal, maar ook als onderdeel van je eigen zelf en de ware substantie van je natuur.

* * *

In de normale toestand van het lichaam, als je het lichaam dwingt om te veel werk te doen, kan het de ondersteuning van levenskracht gebruiken. Maar zodra het werk gedaan is, trekt de levenskracht zich terug en voelt het lichaam zich vermoeid. Als dit te veel en te lang gebeurt, kan er door de overbelasting een ineenstorting van gezondheid en kracht optreden. Rust is dan nodig voor herstel.

Als het denkvermogen en het vitale echter de gewoonte krijgen zich open te stellen voor de Moeder's Kracht, worden ze door de Kracht ondersteund en kunnen ze er zelfs volledig mee gevuld worden – de Kracht doet het werk en het lichaam voelt geen spanning of vermoeidheid voor of na. Maar zelfs dan, tenzij het lichaam zelf open is en de Kracht kan absorberen en vasthouden, is voldoende rust tussen de werkzaamheden absoluut noodzakelijk. Anders kan het lichaam, hoewel het heel lang kan doorgaan, uiteindelijk toch gevaar lopen op een instorting.

Het lichaam kan het lange tijd volhouden wanneer de volledige invloed aanwezig is en er een vastberaden vertrouwen en roeping in het denkvermogen en het vitale is; maar als het denkvermogen of het vitale wordt verstoord door andere invloeden, of zich openstelt voor krachten die niet van

de Moeder zijn, dan zal er sprake zijn van een gemengde toestand en soms van kracht, soms van vermoeidheid, uitputting of ziekte, of een mengeling van beide tegelijk.

Ten slotte, als niet alleen het denkvermogen en het vitale, maar ook het lichaam open is en de Kracht kan absorberen, kan het buitengewone dingen doen op het gebied van werk zonder in te storten. Toch is zelfs dan rust noodzakelijk. Daarom dringen wij erop aan dat degenen die de impuls tot werk hebben, een goede balans bewaren tussen rust en inspanning.

Volledige vrijheid van vermoeidheid is mogelijk, maar die komt alleen wanneer er een volledige transformatie van de wet van het lichaam plaatsvindt door de volledige neerdaling van een supramentale Kracht in de aardenatuur.

* * *

Het bewustzijn van het denkvermogen, het leven en het lichaam in ieder mens is gewoonlijk opgesloten in zichzelf; het is smal, niet breed, ziet zichzelf als het centrum van alles, beoordeelt alles op basis van zijn eigen indrukken – het weet niets zoals het werkelijk is. Maar wanneer men zich door Yoga begint open te stellen voor het ware bewustzijn, begint deze barrière af te breken. Men voelt het denkvermogen verruimen, zelfs wordt uiteindelijk het fysieke bewustzijn steeds breder, totdat je alles in jezelf voelt, jezelf één met alles. Je wordt dan één met het universele Bewustzijn van de Moeder.

Daarom voel je het denkvermogen zich verruimen. Maar er is ook veel boven het menselijke denkvermogen en dat is wat je voelt als een wereld boven je hoofd. Dit zijn allemaal de gewone ervaringen van onze Yoga. Het is slechts een begin. Maar om het zich te kunnen blijven ontwikkelen, moet je steeds rustiger worden, steeds beter in staat om alles wat komt te bevatten zonder al te gretig en opgewonden te raken. Vrede en kalmte staan voorop, en daarmee ruimte – in die vrede kun je alle liefde of Ananda verdragen die komt, alle kracht of alle kennis die komt.

* * *

Chit is het zuivere bewustzijn, zoals in Sat-Chit-Ananda.

Chitta is de substantie van gemengd mentaal-vitaal-fysiek bewustzijn, waaruit de bewegingen van gedachten, emoties, sensaties, impulsen, enz. ontstaan. Het zijn deze die in het Patanjali-systeem tot rust moeten worden gebracht, zodat het bewustzijn onbeweeglijk kan zijn en in Samadhi kan gaan.

Onze Yoga heeft een andere functie. De bewegingen van het gewone bewustzijn moeten tot rust worden gebracht en in de stilte moet een hoger bewustzijn en zijn krachten worden gebracht, die de natuur zullen transformeren.

* * *

Als je de Chittavrittis onderdrukt, zul je helemaal geen bewegingen van de Chitta hebben; alles zal onbeweeglijk zijn totdat je de onderdrukking

verwijdert, of zal zo onbeweeglijk zijn dat er niets anders kan zijn dan onbeweeglijkheid.

Als je ze tot rust brengt, zal de Chitta stil zijn; welke bewegingen er ook zijn, ze zullen de stilte niet verstoren.

Als je controleert of beheerst, zal de Chitta onbeweeglijk zijn wanneer je wilt, actief wanneer je wilt, en haar werking zal zodanig zijn dat wat je kwijt wilt, zal verdwijnen, alleen wat je als waar en nuttig accepteert, zal komen.

* * *

De negatieve middelen zijn niet slecht; ze zijn nuttig voor hun doel, namelijk weggkomen uit het leven. Maar vanuit positief oogpunt zijn ze nadelig, omdat ze de krachten van het wezen wegnemen in plaats van ze te vergoddelijken voor de transformatie van het leven.

* * *

Wat door het leven in de vitale opvang is gestopt, kan eruit worden gehaald door het om te keren, het te richten op het Goddelijke en niet op jezelf. Je zult dan ontdekken dat het vitale een even uitstekend instrument is als een slechte meester.

* * *

Het kan geen kwaad om je soms in het hart en soms boven het hoofd te concentreren. Maar concentratie op beide plaatsen betekent niet dat je de aandacht op een bepaalde plek gericht moet houden; je moet je bewustzijnspositie op beide plaatsen innemen en je daar concentreren, niet op de plaats zelf, maar op het Goddelijke. Dit kan met gesloten of open ogen, afhankelijk van wat jou het beste uitkomt.

Je kunt je concentreren op de zon, maar je concentreren op het Goddelijke is beter dan je concentreren op de zon.

De intensiteit van de kracht alleen al laat niet zien dat het een slechte kracht is; de Goddelijke Kracht werkt vaak met grote intensiteit. Alles hangt af van de aard van de kracht en haar werking: wat doet het, wat lijkt haar doel te zijn? Als het werkt om het systeem te zuiveren of te openen, of licht of vrede met zich meebrengt, of de verandering van gedachten, ideeën, gevoelens, karakter voorbereidt in de zin van een wending naar een hoger bewustzijn, dan is het de juiste kracht. Als het duister of obscuur is, of het wezen verstoort met rajasische of egoïstische suggesties, of de lagere natuur opwindt, dan is het een tegengestelde kracht.

* * *

Waarom zou je denken dat de Moeder expressie niet goedkeurt, – mits het de juiste expressie van het juiste is – of veronderstellen dat stilte en ware expressie tegenstrijdig zijn? De meest ware expressie komt voort uit een absolute innerlijke stilte. De spirituele stilte is niet louter leegte; noch is het noodzakelijk om je van alle activiteit te onthouden om die te vinden.

* * *

Wanneer een hogere kracht afdaalt naar een lager niveau, wordt deze verminderd en gewijzigd door de inferieure substantie, de lagere macht en de meer gemengde bewegingen van dat lagere niveau. Dus, als de Bovenmentale kracht door de verlichte mentale werkt, manifesteert slechts een deel van zijn waarheid en vrijheid zichzelf en wordt effectief – alleen zoveel als er door dit minder ontvankelijke bewustzijn kan komen. En zelfs wat erdoorheen komt is minder waar, vermengd met andere materie, minder bovenmentaal, gemakkelijker te veranderen in iets dat deels waarheid, deels dwaling is. Wanneer deze verminderde indirecte kracht verder afdaalt in de het denkvermogen en het vitale, bevat ze nog steeds iets van de scheppende Waarheid van het Bovenmentale, maar raakt ze zeer ernstig vermengd met mentale en vitale formaties die haar misvormen en slechts half effectief, soms ineffectief maken.

* * *

Het is (soms direct, soms indirect) door de kracht van het Bovenmentale dat het denkvermogen bevrijdt van zijn nauwe scheidslijnen dat het kosmische bewustzijn zich opent in de zoeker en hij zich bewust wordt van het kosmische mentale en het spel van de kosmische krachten.

Het is vanuit, of in ieder geval via, het Bovenmentale niveau dat de oorspronkelijke voorschikking van de dingen in deze wereld tot stand komt; want daaruit komen de bepalende trillingen. Maar er zijn overeenkomstige bewegingen op alle niveaus, het mentale, het vitale, zelfs het fysieke, en het is mogelijk om in een zeer heldere of verlichte toestand van het lagere bewustzijn je bewust te worden van deze bewegingen en het plan der dingen te begrijpen en óf een bewust instrument te zijn, óf zelfs, in beperkte mate, een bepalende Wil of Kracht. Maar de materie van de lagere niveaus vermengt zich altijd met de krachten van het Bovenmentale en vermindert of vervalst en perverteert hun waarheid en kracht.

Het is zelfs mogelijk dat het Bovenmentale aan de lagere bewustzijnsniveaus iets van het supramentale Licht overdraagt; maar zolang het Supramentale zich niet direct manifesteert, wordt zijn Licht gemodificeerd in het Bovenmentale zelf en nog verder gemodificeerd in de toepassing door de behoeften, de eisen, de beperkende mogelijkheden van de individuele natuur. Het succes van dit verminderde en gemodificeerde Licht, bijvoorbeeld in het zuiveren van het fysieke, kan niet onmiddellijk en absoluut zijn zoals de volledige en directe supramentale actie dat zou zijn; het is nog steeds relatief, geconditioneerd door de individuele natuur en het evenwicht van de universele krachten, weerstaan door tegengestelde machten, verhinderd van zijn volmaakte resultaat door de onwil van de lagere werkingen om te stoppen, beperkt in zijn reikwijdte of in zijn doeltreffendheid door het gebrek aan volledige instemming in de fysieke natuur.

* * *

Het kosmische bewustzijn behoort niet specifiek tot het Bovenmentale; het bestrijkt alle niveaus.

De mens is momenteel opgesloten in zijn oppervlakkige individuele bewustzijn en kent de wereld (of liever gezegd de oppervlakte ervan) alleen

via zijn uiterlijke denkvermogen en zintuigen en door hun contacten met de wereld te interpreteren. Door Yoga kan in hem een bewustzijn worden geopend dat één wordt met dat van de wereld; hij wordt zich direct bewust van een universeel Wezen, universele toestanden, universele Kracht en Macht, universele Geest, Leven, Materie en leeft in bewuste relaties met deze dingen. Er wordt dan gezegd dat hij het kosmisch bewustzijn heeft.

* * *

Het vaststellen van een precieze tijd is onmogelijk, behalve in de twee gebieden van zekerheid – het zuivere materiële, dat het veld van wiskundige zekerheden is, en het Supramentale, dat het veld van goddelijke zekerheden is. In de tussenliggende gebieden, waar het leven zijn woord te zeggen heeft en dingen onder schok en stress moeten evolueren, zijn Tijd en Energie te veel in beweging en geneigd te schoppen tegen de strengheid van een vooraf vastgestelde datum of programma.

Vertrouwen

Heb vertrouwen in het Goddelijke, in de Goddelijke Genade, in de waarheid van de sadhana, in de uiteindelijke triomf van de geest over zijn mentale, vitale en fysieke moeilijkheden, in het Pad en de Goeroe, in de ervaring van andere dingen dan beschreven in de filosofie van Haeckel of Huxley of Bertrand Russell, want als deze dingen niet waar zijn, heeft Yoga geen betekenis.

* * *

Het abnormale is overvloedig aanwezig in deze fysieke wereld, het bovennatuurlijke is er ook. In deze zaken, afgezien van elke kwestie van vertrouwen, mag een waarlijk rationeel mens met een vrij denkvermogen (niet zoals de rationalisten of zogenaamde vrijdenkers op elk punt gebonden door de drievoudige koorden van a priori irrationeel onvertrouwen) niet meteen roepen: "Onzin! Valsheid!" , maar zijn oordeel opschorten totdat hij de nodige ervaring en kennis heeft. Ontkennen in onwetendheid is niet beter dan bevestigen in onwetendheid.

* * *

Het vertrouwen in spirituele zaken dat van de sadhak wordt gevraagd, is geen onwetend, maar een lichtend vertrouwen, een vertrouwen in het licht en niet in de duisternis. Het wordt blind genoemd door het sceptische intellect omdat het weigert zich te laten leiden door uiterlijke schijn of schijnbare feiten – want het zoekt naar de waarheid achter – en omdat het niet op krukken van bewijs en getuigenissen loopt. Het is een intuïtie, een intuïtie die niet alleen wacht tot de ervaring haar rechtvaardigt, maar die ook naar ervaring leidt. Als ik vertrouw in zelfgenezing, zal ik na verloop van tijd de weg naar genezing vinden. Als ik vertrouwen heb in transformatie, kan ik eindigen door mijn hand op het transformatieproces te leggen en het te ontwarren. Maar als ik begin met twijfel en doorga met nog meer twijfel, hoe ver zal ik dan waarschijnlijk komen op de reis?

* * *

Vertrouwen is niet afhankelijk van ervaring; het is iets dat er is vóór de ervaring. Wanneer men met Yoga begint, is dat meestal niet op basis van de kracht van ervaring, maar op basis van vertrouwen. Dat geldt niet alleen voor Yoga en het spirituele leven, maar ook voor het gewone leven. Alle mensen die actie ondernemen, ontdekkers, uitvinders, scheppers van kennis, gaan voort in vertrouwen en, totdat het bewijs geleverd is of het gedaan is, gaan ze door ondanks teleurstelling, mislukking, weerlegging, ontkenning, vanwege iets in hen dat hen vertelt dat dit de waarheid is, datgene wat gevolgd en gedaan moet worden. Ramakrishna ging zelfs zo ver om te zeggen, toen hem gevraagd werd of blind vertrouwen niet verkeerd was, dat blind vertrouwen het enige soort vertrouwen was, want vertrouwen is óf blind, óf het is geen vertrouwen, maar iets anders – beredeneerde gevolgtrekking, bewezen overtuiging of vastgestelde kennis.

Vertrouwen is de getuigenis van de ziel van iets dat nog niet gemanifesteerd, bereikt of gerealiseerd is, maar waarvan de Kenner in ons, zelfs bij afwezigheid van alle aanwijzingen, toch voelt dat het waar is of de hoogste moeite waard om te volgen of te bereiken. Dit kan in ons blijven bestaan, zelfs wanneer er geen vast vertrouwen in het denkvermogen is, zelfs wanneer het vitale worstelt, in opstand komt en weigert. Wie beoefent yoga en heeft niet zijn periodes, lange periodes van teleurstelling, falen, onvertrouwen en duisternis? Maar er is iets dat hem staande houdt en zelfs doorgaat ondanks zichzelf, omdat hij voelt dat wat hij volgde, toch waar was en hij meer dan alleen voelt, hij weet. Het fundamentele vertrouwen in Yoga is dit, inherent aan de ziel, dat het Goddelijke bestaat en dat het Goddelijke het enige is dat gevolgd moet worden – niets anders in het leven is de moeite waard in vergelijking daarmee. Zolang iemand dat vertrouwen heeft, is hij bestemd voor het spirituele leven. En ik zeg dat, zelfs als zijn natuur vol obstakels, ontkenningen en moeilijkheden zit, en zelfs als hij jarenlang worstelt, hij bestemd is voor succes in het spirituele leven.

Het is dit vertrouwen dat je moet ontwikkelen – een vertrouwen dat in overeenstemming is met de rede en het gezond verstand – dat als het Goddelijke bestaat en je naar het Pad heeft geroepen (zoals duidelijk is), er een Goddelijke Leiding moet zijn achter en door en ondanks alle moeilijkheden zul je aankomen. Luister niet naar de vijandige stemmen die falen suggereren, of naar de stemmen van ongeduldige, vitale haast die hen echoën, vertrouwen niet dat er geen succes kan zijn omdat er grote moeilijkheden zijn, of dat het Goddelijke zich nog niet heeft getoond, zich nooit zal tonen, maar neem de positie in die iedereen inneemt wanneer hij zich richt op een groot en moeilijk doel: "Ik zal doorgaan tot ik slaag – alle moeilijkheden niettegenstaande." Waaraan de gelovige in het Goddelijke toevoegt: "Het Goddelijke bestaat, mijn navolging van het Goddelijke kan niet falen. Ik zal door alles heen gaan tot ik Hem vind."

* * *

Ik vraag van niemand een "onbevooroordeeld vertrouwen", ik vraag alleen fundamenteel vertrouwen, beschermd door een geduldig en stil onderscheidings-vermogen – omdat juist deze kenmerken eigen zijn aan het bewustzijn van een spirituele zoeker en ik ze zelf heb gebruikt en heb ontdekt dat ze alle noodzaak wegnemen voor het nogal gratuite dilemma van "of je moet aan alles suprafysiek twijfelen, of volledig goedgelovig zijn", wat de kern van het materialistische argument is. Jouw twijfel, zie ik, komt voortdurend terug op de aanklacht met een herhaling van deze formule, ondanks mijn ontkennen – wat mijn bewering ondersteunt dat twijfel niet overtuigd kan worden, omdat het van nature niet overtuigd wil worden; het blijft steeds dezelfde oude grond herhalen.

* * *

Ik zie niet in hoe de methode van vertrouwen in de cellen vergeleken kan worden met het eten van een stukje maan. Niemand heeft ooit een stukje van de maan gekregen, maar genezing door vertrouwen in de cellen is een feit en een Natuurwet en is vaak genoeg aangetoond, zelfs los van Yoga. De manier

om vertrouwen en alle andere dingen te verkrijgen, is erop te staan ze te hebben en te weigeren te verslappen, te wanhopen of op te geven totdat men ze heeft – het is de manier waardoor alles is verkregen sinds deze moeilijke aarde begon denkende en strevende wezens te herbergen. Het is om zich altijd, altijd open te stellen voor het Licht en de duisternis de rug toe te keren. Het is om de stemmen te weigeren die hardnekkig zeggen: "Je kunt het niet, je zult het niet, je bent onbekwaam, je bent de marionet van een droom," – want dit zijn de vijandige stemmen, ze snijden je af van het resultaat dat eraan kwam, door hun schelle geschreeuw en wijzen vervolgens triomfantelijk op de onvruchtbaarheid van het resultaat als bewijs van hun these. De moeilijkheid van de onderneming is een bekende zaak, maar het moeilijke is niet het onmogelijke – het is het moeilijke dat altijd is volbracht en het overwinnen van moeilijkheden maakt alles uit wat waardevol is in de geschiedenis van de aarde. Ook in de spirituele inspanning zal het zo zijn.

Je hoeft alleen maar vastberaden de Râkshasa te doden en de deuren zullen voor je opengaan, zoals ze dat hebben gedaan voor vele anderen die werden tegengehouden door hun eigendenkvermogen of vitale natuur.

Liefde – Bhakti – Emotie

Op de manier van *ahaitukl bhakti* kan alles een middel worden – poëzie en muziek bijvoorbeeld worden niet alleen poëzie en muziek, en niet alleen een uiting van Bhakti, maar zelf een middel om de ervaring van liefde en Bhakti te brengen. Meditatie zelf wordt geen inspanning van mentale concentratie, maar een stroom van liefde, aanbidding en verering.

* * *

Het eigenlijke doel van Yoga is een verandering van bewustzijn – door een nieuw bewustzijn te krijgen of door het verborgen bewustzijn van het ware wezen binnenin te onthullen en het geleidelijk te manifesteren en te perfectioneren, krijgt men eerst het contact en vervolgens de vereniging met het Goddelijke. Ananda en Bhakti maken deel uit van dat diepere bewustzijn en het is alleen wanneer men erin leeft en erin groeit, dat Ananda en Bhakti permanent kunnen zijn. Tot die tijd kan men alleen ervaringen van Ananda en Bhakti opdoen, maar niet de constante en permanente staat. Maar de staat van Bhakti en voortdurend groeiende overgave bereikt niet iedereen in een vroeg stadium van de sadhana; velen, de meesten zelfs, moeten een lange reis van zuivering en Tapasya doorlopen voordat deze zich opent, en dit soort ervaringen, aanvankelijk zeldzaam en afgewisseld, later frequent, vormen de bakens van hun vooruitgang. Het hangt af van bepaalde omstandigheden, die niets te maken hebben met superieure of inferieure yogacapaciteit, maar eerder met een aanleg in het hart om zich, zoals u zegt, te openen voor de Zon van de Goddelijke Invloed.

Afwezigheid van liefde en medeleven is niet noodzakelijk voor nabijheid tot het Goddelijke; integendeel, een gevoel van nabijheid en eenheid met anderen maakt deel uit van het goddelijk bewustzijn waarin de sadhak binnengaat door nabijheid tot het Goddelijke en het gevoel van eenheid met het Goddelijke. Een volledige verwerping van alle relaties is inderdaad het uiteindelijke doel van de Mayavadin, en in de ascetische Yoga zou een volledig verlies van alle relaties van vriendschap, genegenheid en gehechtheid aan de wereld en haar levende wezens worden beschouwd als een veelbelovend teken van vooruitgang naar bevrijding, *moksa*. Maar zelfs daar, denk ik, is een gevoel van eenheid en onthechte spirituele sympathie voor iedereen op zijn minst een voorlaatste fase, net als het mededogen van de boeddhist, vóór de terugkeer naar moksha of nirvana. In deze Yoga zijn het gevoel van eenheid met anderen, liefde, universele vreugde en ananda een essentieel onderdeel van de bevrijding en perfectie die het doel zijn van de sadhana.

Aan de andere kant zijn de menselijke samenleving, menselijke vriendschap, liefde, genegenheid en medeleven meestal en gewoonlijk – niet volledig of in alle gevallen – gebaseerd op een vitale basis en worden ze centraal gesteld door het ego. Het is door het plezier van bemind te worden, het plezier van het vergroten van het ego door contact, de wederzijdse penetratie van de geest met een ander, de opwindende uitwisseling die hun persoonlijkheid voedt, dat mensen gewoonlijk liefhebben – en er zijn ook andere en nog egoïstischere motieven die zich vermengen met deze essentiële beweging. Er zijn natuurlijk hogere spirituele, psychische,

mentale en vitale elementen die een rol spelen of kunnen spelen; maar het geheel is zeer gemengd, zelfs op zijn best. Dit is de reden waarom op een bepaald moment, met of zonder duidelijke reden, de wereld en het leven en de menselijke samenleving en relaties en filantropie (die net zo ego-gekweld is als de rest) beginnen te verbleken. Soms is er een schijnbare reden – een teleurstelling over het oppervlakkige vitale, het onttrekken van genegenheid door anderen, de perceptie dat die geliefden of mannen over het algemeen niet zijn wat men dacht dat ze waren, en een heleboel andere oorzaken; maar vaak is de oorzaak een geheime teleurstelling van een deel van het innerlijke wezen, niet of niet goed vertaald in het denkvermogen, omdat het van deze dingen iets verwachtte wat ze niet kunnen geven. Dit is het geval bij velen die zich wenden tot of gedreven worden tot het spirituele leven. Voor sommigen neemt het de vorm aan van een *vairagya* die hen drijft tot ascetische onverschilligheid en de drang naar Moksha opwekt. Voor ons is het noodzakelijk dat de vermenging verdwijnt en dat het bewustzijn zich vestigt op een zuiverder niveau (niet alleen spiritueel en psychisch, maar een zuiverder en hoger (mentaal, vitaal, fysiek bewustzijn) waarin deze mengeling niet bestaat. Daar zou men de ware Ananda van eenheid en liefde, sympathie en kameraadschap voelen, spiritueel en zelfbestaand in de basis, maar zich uitend via de andere delen van de natuur. Als dat moet gebeuren, moet er uiteraard een verandering plaatsvinden; de oude vorm van deze bewegingen moet verdwijnen en ruimte maken voor een nieuw en hoger zelf, om zijn eigen manier van expressie en realisatie van zichzelf en van het Goddelijke door middel van deze dingen te onthullen – dat is de innerlijke waarheid.

Ik neem daarom aan dat de conditie die je beschrijft een periode van overgang en verandering is, negatief in het begin, zoals deze bewegingen vaak in het begin zijn, om een lege ruimte te creëren voor het nieuwe positieve om te verschijnen, erin te leven en het te vullen. Maar het vitale, dat geen langdurige of zelfs onvoldoende of volledige ervaring heeft van wat de leegte moet vullen, voelt alleen het verlies en betreurt het, zelfs terwijl een ander deel van het wezen, zelfs een ander deel van het vitale, bereid is los te laten wat verdwijnt en er niet naar verlangt het te behouden. Zonder deze beweging van het vitale (die in jouw geval zeer sterk, omvangrijk en levenslustig is geweest), zou het verdwijnen van deze dingen, tenminste na het eerste gevoel van leegte, slechts een gevoel van vrede, opluchting en een stille verwachting van grotere dingen brengen. Wat in de eerste plaats bedoeld is om de leegte te vullen, werd aangegeven door de vrede en vreugde die tot je kwamen als de aanraking van Shiva – natuurlijk zou dit niet alles zijn dan een begin, een basis voor een nieuw zelf, een nieuw bewustzijn, een activiteit van een grotere aard; zoals ik je al vertelde, is het een diepe spirituele kalmte en vrede die de enige stabiele basis vormt voor een blijvende Bhakti en Ananda. In dat nieuwe bewustzijn zou er een nieuwe basis zijn voor relaties met anderen; want ascetische dorheid of geïsoleerde eenzaamheid kan niet je spirituele bestemming zijn, omdat het niet in overeenstemming is met je Swabhava, die gemaakt is voor vreugde, grootsheid, expansie, een allesomvattende beweging van de levenskracht. Wees daarom niet ontmoedigd; wacht op de zuiverende beweging van Shiva.

* * *

Emotie is een goed element in Yoga; maar het emotionele verlangen wordt gemakkelijk een oorzaak van verstoring en een obstakel.

Richt je emoties op het Goddelijke, streef naar hun zuivering; ze zullen dan een hulp op de weg worden en niet langer een oorzaak van lijden.

Emotie niet doden, maar haar richten op het Goddelijke is de juiste weg van Yoga.

Maar ze moet zuiver worden, gegrondvest op spirituele vrede en vreugde, in staat om te worden omgezet in ananda. Gelijkwaardigheid en kalmte in het denkvermogen en vitale delen, een intense psychische emotie in het hart kunnen perfect samengaan.

Ontwaak door je aspiratie het psychische vuur in je hart dat voortdurend brandt naar het Goddelijke – dat is de enige manier om je emotionele natuur te bevrijden en te vervullen.

Kleuren – Symbolen – Visioenen

Het veelvuldig zien van lichten zoals die waarover hij in zijn brief schrijft, is meestal een teken dat de ziener niet beperkt is door zijn uiterlijke, oppervlakkige of wakende bewustzijn, maar een latent vermogen heeft (dat kan worden geperfectioneerd door training en oefening) om de ervaringen van het innerlijke bewustzijn binnen te gaan, waarvan de meeste mensen zich niet bewust zijn, maar die zich openen door de beoefening van Yoga. Door deze opening wordt men bewust van subtiele ervaringsniveaus en bestaanswerelden anders dan de materiële. Voor het spirituele leven is een nog verdere opening vereist naar een innerlijk bewustzijn, waardoor men zich bewust wordt van het Zelf en de Geest, het Eeuwige en het Goddelijke.

* * *

De kracht van occult zien is in iedereen aanwezig, meestal latent, vaak dichtbij de oppervlakte, soms, maar veel zeldzamer al aan de oppervlakte. Als men traktat beoefent, is het vrijwel zeker dat het vroeg of laat naar buiten komt – hoewel sommigen daar moeite mee hebben en het bij hen tijd kost; Degenen bij wie het onmiddellijk naar buiten komt, hebben altijd dit vermogen van occulte visie dicht bij de oppervlakte gehad en het komt tevoorschijn bij de eerste directe druk.

De stralen die je de bomen zag uitstralen, zijn er altijd, alleen zijn ze versluierd voor de gewone materiële visie. Ik zei dat blauw en goud samen de gecombineerde aanwezigheid van Krishna en Durga-Mahakali aangaven; maar goud en geel hebben verschillende betekenissen. Geel in de aanduiding van krachten staat voor het denkende mentale, *buddhi* en roze (hier gewijzigd in licht vermiljoen) is een psychische kleur; de combinatie betekende waarschijnlijk het psychische in het mentale.

Bij het interpreteren van deze verschijnselen moet je onthouden dat alles afhangt van de volgorde van de dingen die de kleuren in een bepaald geval aangeven. Er is een volgorde van betekenissen waarin ze verschillende psychologische dynamieken aangeven, bijvoorbeeld vertrouwen, liefde, bescherming, enz.; er is een andere volgorde van betekenissen waarin ze de aura of de activiteit van goddelijke wezens, Krishna, Mahakali, Radha of anderszins van andere bovenmenselijke wezens, aangeven; er is een andere waarin ze de aura rond objecten of levende personen aangeven – en dat is nog niet alles. Een zekere kennis, ervaringen en een groeiende intuïtie zijn nodig om in elk geval de ware betekenis te begrijpen. Observatie en een exacte beschrijving zijn ook zeer noodzakelijk; want soms zeggen mensen bijvoorbeeld geel als ze goud bedoelen of andersom; er zijn bovendien verschillende mogelijke betekenissen voor verschillende tinten van dezelfde kleur. Nogmaals, als je kleur ziet in de buurt van of rond een persoon, of door naar hem of haar te kijken, duidt dit niet noodzakelijkerwijs op de aura van die persoon; het kan iets anders in de buurt van of om hem heen zijn. In sommige gevallen heeft het niets te maken met de persoon of het object waarnaar je kijkt, en kan het slechts dienen als achtergrond of een concentratiepunt – zoals wanneer je kleuren op een muur ziet of door naar een helder object te kijken.

* * *

Wat de exacte symboliek van kleuren betreft, is het niet altijd gemakkelijk om die precies te definiëren, omdat die niet rigide en precies is, maar complex. De betekenis varieert per vakgebied, per combinatie, per karakter en per nuance, per krachtenspel. Een bepaald soort geel bijvoorbeeld, wordt door veel occultisten verondersteld de *buddhi*, het intellect, aan te duiden, en die betekenis heeft het vaak ook, maar omdat het te midden van een spel van vitale krachten voorkomt, kan het niet altijd zo worden geïnterpreteerd – dat zou te rigide zijn. Hier kan men alleen maar zeggen dat het blauw (het specifieke blauw dat men ziet, niet elk blauw) de reactie op de Waarheid aangaf; het groen – of dit groen – wordt heel meestal geassocieerd met Leven en een genereuze uitstraling of werking van krachten – vaak van emotionele levenskracht, en waarschijnlijk is dat wat het hier zou aanduiden.

* * *

Kleur en licht staan altijd dicht bij elkaar – kleur is meer indicatief, licht dynamischer. Gloeiende kleur wordt licht.

Goud duidt op zijn meest intense wijze op iets van de Supramentale, oftewel Bovenmentale waarheid of intuïtieve waarheid, die uiteindelijk voortkomt uit het Supramentale Waarheidsbewustzijn.

* * *

Het gouden licht is meestal een licht van het Supramentale – een licht van Waarheidskennis (soms kan het de supramentale Waarheidskennis zijn die is omgezet in bovenmentale of intuïtieve waarheid). Oranje wijst vaak op occulte kracht. Je hebt een sterk vermogen tot (subjectieve) creatieve vorming, vooral, denk ik, op het mentale vlak, maar deels ook op het vitale vlak. Dit soort vormende vermogen kan worden gebruikt voor objectieve resultaten, mits het gepaard gaat met een gedegen kennis van de occulte krachten en hun werking; maar op zichzelf resulteert het vaker in het opbouwen van een eigen innerlijke wereld waarin je heel goed tevreden kunt leven, zolang je maar in jezelf leeft, los van elk nauw contact met het uiterlijke fysieke leven; maar het doorstaat de toets van objectieve ervaring niet.

* * *

Dat betekent het licht van het goddelijk bewustzijn (het Moederbewustzijn, wit licht) in het vitale. Blauw is het hogere mentale, goud de goddelijke Waarheid. Het is dus het vitale met het licht van het hogere mentale en de goddelijke Waarheid erin die het Moeder's licht uitstraalt.

* * *

Dat is een obstakel in het denkvermogen dat breekt onder de druk van Kracht, en elke keer is er een flits en een beweging van de Kracht.

* * *

De ster is altijd een belofte van het komende Licht; de ster verandert in een zon wanneer het Licht neerdaalt.

* * *

De Lichten die men in concentratie ziet, zijn de lichten van verschillende krachten en vaak lichten die vanuit het hogere bewustzijn neerdalen.

Het violette licht is dat van het Goddelijk Mededogen (karuna – Genade) – het witte licht is het licht van de Moeder (het Goddelijk Bewustzijn) waarin alle andere zijn vervat en waaruit ze zich kunnen manifesteren.

Paars is de kleur van de vitale kracht. "Rood" hangt af van het karakter van de kleur, want er zijn veel rode kleuren – dit kan de kleur van het fysieke bewustzijn zijn.

* * *

Het zien van het Licht en het zien van de Heer in de vorm van Jagannath zijn beide indicaties dat hij het vermogen tot Yoga heeft en dat er een roep van het Goddelijke op zijn innerlijk wezen is. Maar vermogen is niet genoeg; er moet ook de wil zijn om het Goddelijke te zoeken en de moed en volharding om het pad te volgen. Angst is het eerste dat moet worden weggegooid, en ten tweede de inertie van het uiterlijke wezen die hem ervan heeft weerhouden de roep te beantwoorden.

Het Licht is het licht van het Goddelijk Bewustzijn. Het doel van deze Yoga is om eerst in contact te komen met dit bewustzijn en vervolgens in het licht ervan te leven en het licht de hele natuur te laten transformeren, zodat het wezen in eenheid met het Goddelijke kan leven en de natuur een veld kan worden voor de werking van de goddelijke Kennis, de goddelijke Kracht en de goddelijke Ananda.

Hij kan hierin alleen slagen als hij het tot het hoogste doel van zijn leven maakt en bereid is al het andere ondergeschikt te maken aan dit ene doel. Anders is het enige wat gedaan kan worden, een beetje voorbereiding in dit leven – een eerste contact en een eerste spirituele verandering in een deel van de natuur.

* * *

1. Het betekent de essentiële Kracht van de Moeder (diamanten licht).
2. Het diamanten licht komt voort uit het hart van het Goddelijk Bewustzijn en brengt de opening van het Goddelijk Bewustzijn, waar het ook gaat.
3. De neerdaling van de Moeder met het diamanten licht is de goedkeuring van de Allerhoogste Macht voor de beweging in jou.
4. Het diamanten licht van de Moeder is een licht van absolute zuiverheid en kracht.
5. Het diamanten licht is het centrale bewustzijn en de kracht van het Goddelijke.

* * *

Op elk niveau is er zowel een objectieve als een subjectieve kant. Het zijn niet

alleen het fysieke niveau en het leven die objectief zijn.

Wanneer je het vormingsvermogen hebt waarover ik sprak, construeert en vestigt het denkvermogen, wat er ook aan het denkvermogen wordt gesuggereerd, een vorm ervan in zichzelf. Maar deze kracht kan twee kanten op werken; het kan het denkvermogen verleiden om louter beelden van de werkelijkheid te construeren en deze voor de werkelijkheid zelf aan te zien. Het is een van de vele gevaren van een te actief denkvermogen.

Je creëert een formatie in je denkvermogen of op het vitale vlak in jezelf – het is een soort creatie, maar slechts subjectief; het beïnvloedt alleen je eigen mentale of vitale wezen. Je kunt door ideeën, gedachtevormen, beelden een hele wereld in jezelf of voor jezelf creëren; maar daar houdt het op.

Sommigen hebben de kracht om bewust formaties te maken die naar buiten treden en het denkvermogen, handelingen, vitale bewegingen en het uiterlijke leven van anderen beïnvloeden. Deze formaties kunnen zowel destructief als creatief zijn.

Ten slotte is er de kracht om formaties te maken die effectieve realiteiten worden in het aardse bewustzijn hier, in het denkvermogen, het leven, het fysieke bestaan. Dat is wat we gewoonlijk bedoelen met creatie.

Een gevoel van koelte duidt meestal op een aanraking of neerdaling van vrede. Het wordt door het menselijke vitale als zeer koud ervaren, omdat dit laatste altijd in een koortsachtige rusteloosheid verkeert.

* * *

De slang is een symbool van kracht, vaak een vijandige of kwade kracht van het vitale vlak.

De zee is een symbool van een bewustzijnsniveau.

Het witte licht is een manifestatie van zuivere goddelijke kracht die neerdaalt vanuit een van de waarheidsniveaus en naar het supramentale leidt.

* * *

Wanneer je een vierkant ziet, is dat een symbool van volledige schepping; wanneer je een buffel op je af ziet stormen en mist en je voelt dat je aan een groot gevaar bent ontsnapt, is dat een transcriptie. Er is werkelijk iets gebeurd waarvan de ineffectieve aanval van de buffel de transcriptie van je denkvermogen was – de aanval van een vijandige kracht, vertegenwoordigd door de buffel.

* * *

De pijl is het symbool van de Kracht die op zijn doel afgaat. Goud = de Waarheid, Geel = het denkvermogen, Groen = de vitale energie. De pijl van de spirituele Waarheid met behulp van het denkvermogen en de levensenergie.

* * *

Alle visioenen hebben op de een of andere manier een betekenis. Dit vermogen tot visie is erg belangrijk voor Yoga en mag niet worden verworpen, hoewel het niet het allerbelangrijkste is – want het allerbelangrijkste is de verandering van het bewustzijn. Alle andere vermogens zoals dit van visie moeten zonder gehechtheid worden ontwikkeld als onderdelen en hulpmiddelen van Yoga.

* * *

Goden. Dit zijn Krachten die boven de wereld staan en de goddelijke werkingen overdragen.

Brahma is de Kracht van het Goddelijke die achter vorming en schepping staat.

Ganesh is de Kracht die obstakels wegneemt door de kracht van Kennis.

Kartikeya vertegenwoordigt de overwinning op de vijandige machten.

* * *

Degenen die bij Krishna waren, waren in alle opzichten mannen zoals andere mannen. Ze spraken en handelden met elkaar als mensen met mensen en werden door de mensen om hen heen niet als goden beschouwd. Krishna zelf stond bij de meesten bekend als een man – slechts weinigen aanbaden hem als de Goddelijke.

* * *

De jongen met de fluit is Sri Krishna, de Heer die vanuit de goddelijke Ananda in de wereld is afgedaald; zijn fluit is de muziek van de roep die het lagere onwetende spel van het sterfelijke leven wil transformeren en er de Lila van zijn goddelijke Ananda in wil brengen en in plaats daarvan wil vestigen. Het was het psychische wezen in jou dat de roep hoorde en volgde.

Het visioen betekent simpelweg dat wanneer je je aan iets vastklampt en probeert het je eigen te maken met een egoïstisch gevoel van bezit, het dan, hoe mooi en wonderbaarlijk het ook mag zijn, zijn waarde verliest en gewoon wordt.

* * *

De visioenen die je beschrijft, komen voor in de vroegste stadia van sadhana. In dit stadium zijn de meeste dingen die je ziet formaties van het mentale vlak en is het niet altijd mogelijk om er een precieze betekenis aan te geven; want ze zijn afhankelijk van de individuele geest van de Sadhak. In een later stadium wordt de kracht van het zien belangrijk voor de sadhana, maar in eerste instantie moet men doorgaan zonder al te veel belang te hechten aan de details – totdat het bewustzijn zich verder ontwikkelt. Het openen van het bewustzijn voor het Goddelijke Licht, de Waarheid en de Aanwezigheid is altijd het belangrijkste in de Yoga.

* * *

Dromen of visioenen op het vitale vlak zijn meestal:

1. Symbolische vitale visioenen
2. Werkelijke gebeurtenissen op het vitale vlak
3. Vormingen van de vitale denkvermogen, hetzij van de dromer, hetzij van iemand anders met wie hij in zijn slaap in contact komt, of van krachten of wezens van dat vlak.

Er kan niet veel vertrouwen worden gesteld in dit soort ervaringen, zelfs de eerste heeft slechts een relatieve of suggestieve waarde, terwijl de tweede en derde vaak behoorlijk misleidend zijn.

1. Het deksel van de schedel opening betekent dat het mentale wezen zich heeft geopend voor het Goddelijke Licht, en de vlammen duiden op aspiraties, gevuld met het Licht, die opkomen om het mentale deel te verbinden met wat zich boven het Denken bevindt.
2. Het Goddelijke Licht van boven kent verschillende kleuren. Wit is de goddelijke kracht van zuiverheid, blauw het licht van het spirituele bewustzijn, goud de tint van de supramentale kennis of van kennis uit de tussenliggende niveaus.
3. OM (goud) dat naar de hemel opstijgt, betekent het kosmische bewustzijn, gesupramentaliseerd en opstijgend naar het transcendente bewustzijn.

(1) en (2) duiden op iets dat zich momenteel voordoet, of op een mogelijkheid die zich probeert te materialiseren. (3) symboliseert het proces van de Yoga dat zal worden gevolgd als deze mogelijkheid wordt gerealiseerd en wordt nagestreefd tot het natuurlijke doel.

Glossarium

Eigennamen zijn uit de woordenlijst weggelaten. Alle woorden worden hier in hun strikt getranslitereerde vorm vermeld; Sri Aurobindo's spelling wordt aangegeven waar deze significant afwijkt van deze transliteratie. Definities worden zoveel mogelijk in Sri Aurobindo's eigen woorden gegeven.

abhyasa - constante beoefening.

adhar(a) - vat, opvangbak; het systeem van denkvermogen, leven en lichaam beschouwd als een opvangbak van het spirituele bewustzijn en de kracht.

ahaitukl - motiefloos, spontaan.

ajnacakra (Ajna Chakra) - het centrum tussen de wenkbrauwen dat de dynamische denkvermogen, wil, visie en mentale vorming bestuurt.

ananda - gelukzaligheid, verrukking; de goddelijke of spirituele gelukzaligheid.

anandamaya - gelukzalig.

anityam asukham - vergankelijk en ongelukkig.

anumantd - gever van de sanctie.

aradhana – aanbidding van het Goddelijke.

atman – ware zelf.

bhakta – toegewijde.

bhakti – devotie.

brahman – Geest.

budheh paratah – boven het denkende verstand.

buddhi – denkend mentaal.

cakra (Chakra) – een van de zeven psychologische centra in het subtiele lichaam.

cit (Chit) – zuiver bewustzijn; de universele bewuste substantie van het bestaan.

citta (Chitta) – mentale substantie.

cittavrtti (Chittavritti) – beweging van de geest.

<i>damana</i>	– onderdrukking.
<i>devi</i>	– Godin.
<i>dharma</i>	– wet van handelen.
<i>dhyana</i>	– meditatie.
<i>guru</i>	– spirituele leraar.
<i>guruvadā</i>	– de leer die de onmisbaarheid van de <i>goeroe</i> voor de spirituele zoeker benadrukt.
<i>isvarakoti</i> (Ishwarakoti) – zij die de integrale Realiteit bereiken en daardoor de Opstijging met de Afdaling kunnen combineren.	
<i>jada</i>	– inert, mechanisch, onbewust.
<i>jiva</i>	– levend wezen; individuele geest, ziel in de Natuur.
<i>jivakoti</i>	– zij die alleen de curve beschrijven van Materie via Geest naar de stille brahman.
<i>jivanmukta</i>	– levende, bevrijde mens.
<i>jivatma</i>	– het individuele zelf; de atman, geest of het eeuwige zelf van het levende wezen.
<i>jhana</i>	– wijsheid; zelfkennis.
<i>karmayoga</i>	– het systeem van spirituele discipline dat werk (gewijd aan het Goddelijke) als basis neemt.
<i>karuna</i>	– mededogen; Genade.
<i>laya</i> Zelf-Bestaan.	– ontbinding van het individuele wezen; opgaan in het ene
<i>lila</i>	– kosmisch Spel.
<i>mayavadin</i>	– iemand die de leer aanhangt dat de wereld een illusie is
(<i>maya</i>)	– Illusionist.
<i>moksa</i> (Moksha) – spirituele bevrijding van het gevoel van persoonlijk zijn; bevrijding van kosmisch bestaan.	
<i>muladhar(a)</i>	– het centrum aan de basis van de ruggengraat dat het fysieke tot aan het onderbewuste bestuurt.

- nirvana* – spirituele uitdoving van het afzonderlijke individuele zelf.
- om* – het klanksymbool van *brahman*.
- pandit(a)* – geleerde, geleerde.
- patala* – de onderwereld.
- prakṛti* (Prakṛiti) – Natuur, de actieve en uitvoerende Energie, onderscheiden van de getuige en instandhoudende ziel of het bewuste zijn.
- prana* – levenskracht; de zenuwenergie, de vitale adem, de halfmentale, halfmateriële dynamiek die geest en materie verbindt.
- pranava japa* – herhaling van *om*.
- prarabdha karma* – de keten van actie en resultaat die al in gang is gezet; de on vervulde gevolgen van vorige levens.
- purusa* (Purusha) – de ziel of het bewuste wezen dat de actie van de Natuur ondersteunt.
- purusottama* (Purushottama) – het Opperwezen.
- rajas* – een van de drie guna's, fundamentele kwaliteiten of modi van de Natuur; het kinetische principe in de Natuur dat wordt gekenmerkt door verlangen, actie en passie.
- raksasa* – reusachtige kracht van de duisternis; wezen van het middelste vitale vlak in oppositie tot de Goden.
- ripu* – (innerlijke) vijand.
- Saccidananda* (Sachchidananda, Sat-Chit-Ananda) – de Allerhoogste Realiteit als zelfbestaand Wezen, Bewustzijn en Gelukzaligheid.
- sadhak(a)* – iemand die de discipline van yoga beoefent,
- sadhana* – de discipline van yoga als middel tot realisatie; beoefening van yoga.
- sahasradal(a)* – de duizendbladige lotus boven het hoofd, het hogere bewustzijnscentrum.
- sakti* (Shakti) – Kracht; de Goddelijke Macht, de Bewuste Kracht van de Goddelijke.
- samadhi* – Yogische trance.

samata – gelijkheid van ziel, gelijkmoedigheid gebaseerd op het besef van het ene Zelf, het ene Goddelijke overal.

sathsdra – wedergeboorte in het onstabiele leven van het universum.

samskara – indruk, associatie, vaststaand idee, gebruikelijke reactie gevormd door iemands verleden.

sannyasi – asceet.

sastra (Shastra) – de morele en sociale code.

Sat-Chit-Ananda – zie *saccidananda*.

sattva (sattwa) – een van de drie guna's, fundamentele kwaliteiten of modi van de Natuur; het principe van licht en harmonie in de Natuur.

Shakti – zie *sakti*.

Shastra – zie *sastra*.

siddhi – perfectie; het bereiken van de doelen van yoga.

suksma deha – het subtiele lichaam.

sunya – leegte.

svabhdva (Swabhava) – innerlijke natuur, spiritueel temperament, essentieel karakter.

svarupa – zelfvorm; de eeuwige vorm van de Godheid.

Swabhava – zie *svabhdva*.

tamas – een van de drie guna's, fundamentele kwaliteiten of modi van de Natuur; het principe van duisternis en inertie in de natuur.

tapas – concentratie van bewustzijnskracht; het principe van spirituele kracht en macht in de hogere of goddelijke natuur.

tapasya – spirituele inspanning door concentratie van de energieën in een spirituele discipline of proces. *tratak(a)* – het concentreren van de visie op één punt of object, bij voorkeur een lichtgevend object.

vairagya – afkeer van de wereld.

vijhana – alomvattend bewustzijn; ideale geest of supergeest.

vrtti (vritti) – functioneren.

yoga – vereniging met het Goddelijke; de discipline waarmee men door ontwaking in een innerlijk en hoger bewustzijn die vereniging binnengaat.

yoga-sakti (Yoga-Shakti) – de Kracht die voortkomt uit het ontwaken van het innerlijke en hogere bewustzijn.

yogi – iemand die gevestigd is in de realisatie van *yoga*.