

oud worden; leer te onthechten

Swami Sarvatmananda

(06 November, 2006)

Een korte samenvatting van een retraite-dag in het Vedanta Centrum op 5 november 2006.

Oud worden we allemaal. Maar heel weinig mensen ervaren het oud worden als voorbereiding deze wereld met een vredig hart te verlaten. Waarom? We zijn gekomen om vrede te hebben, maar we leiden een onrustig leven met een verstoord denken. Onze ware natuur is shanti, kalm en sereen, waarom hebben wij dat niet?

Niemand wil oud worden behalve dan de kinderen, maar als we ouder worden willen we onze jeugd behouden. Of we het nu leuk vinden of niet, de natuur gaat zijn eigen gang met haar eigen regels. We worden oud en zullen deze wereld eens verlaten. De natuur verandert voortdurend. Ook wij blijven nooit in dezelfde conditie, soms gaan we vooruit, soms blijven we steken op weg naar het doel van het leven: Volmaaktheid, Godsrealisatie of Zelfkennis. Om mens te zijn is op zichzelf al een hoog ontwikkelde staat t.o.v. de andere levensvormen. Het is een grote zege.

De mensen die willen weten over God, Geest, Waarheid en daar naar toe willen groeien zijn bijzonder bevoorrecht. De grote Indiase wijze Shankaracharya heeft gezegd dat drie factoren uiterst zeldzaam zijn; 1) Een menselijk lichaam 2) Het verlangen naar God of bevrijding 3) Gezelschap of contact met een heilig mens.

We zijn allemaal mensen, maar om een echt mens te zijn moeten we als zodanig handelen. Wie kan in alle waarheid zeggen dat hij volmaakt is? Christus zei: "Wees volmaakt zoals de Vader in de Hemel volmaakt is." Hij zei ook hoe dat te doen. "Zoals ik mijn Vaders geboden heb nagevolgd, volgen jullie die van mij." Het gaat allemaal om oprechtheid, eerlijkheid, zuiverheid. Zonder dat is spiritualiteit onmogelijk. "Zalig zijn de zuiveren van hart, want zij zullen God zien." We lezen het, maar hoevelen proberen dat werkelijk? Niet bedriegen, niet liegen, geen haat, lust of begeerte. Dat zijn a.h.w. de gaten in ons wezen. Sri Ramakrishna zei dat we wel water (van spiritualiteit) in ons opslaan, maar het lekt weer weg door die gaten. Als we de gaten dichten, dan zal het water blijven. Hiervoor is tijd nodig. We hebben wel tijd voor alles, behalve om aan God te denken. Sri Krishna zei: "Ik woon in de harten van allemaal." God is in ons lichaam, wat de beste tempel is. Reinig die tempel en houdt haar schoon, dan kan God daar wonen.

De natuur functioneert in zes fasen of stadia nl. geboorte, verblijf, groei, verandering, verval en de dood. Ieder moet daar doorheen. Eerst geboorte en de kinderjaren met het denken, karakter en argeloosheid van kinderen. De ouders zorgen voor je, geen idee van winst of verlies. Dan verlangen naar onafhankelijkheid. Vervolgens de ontwikkeling naar middelbare leeftijd 40-50 en daarna het verval, de rimpels, het grijze haar etc. niet te stoppen. Je moet voorzichtig worden en het accent komt steeds meer op het levenseinde, de ouderdom en tenslotte de dood. Veel oudere mensen brengen tijd door met TV kijken, kaarten, wat praten etc. Zij hebben geen goede gewoonten ontwikkeld.

We groeien fysiek (het lichaam) en mentaal (intellect door onderwijs). Er ontbreekt echter iets, er moet ook geestelijke groei en ontwikkeling zijn, dat geeft vreugde, vrede en kalmte. Een zuiver intellect kan ons helpen. Sri Ramakrishna zei dat een zuiver intellect (buddhi) hetzelfde is als het zuivere Atman.

Alle geschriften zeggen hierover: "Goede omgang en gezelschap is belangrijk, vermijd slecht gezelschap." Wij moeten het zelf doen. Boeddha zei: "Maken of breken is in onze hand." Ook het doen van onbaatzuchtig werkt helpt. De theorie van onbaatzuchtig werk is als volgt; Als je vreugde aan anderen geeft door dit onzelfzuchtige werk zonder verwachtingspatroon, komt het voordeel daarvan naar je toe.

Het fysieke en mentale zijn in het domein van de natuur. De geest staat daar boven. Het materiele is onderworpen aan verandering. Geest of God is niet materieel en onveranderlijk en is alleen blijvend. De Yogis noemen het Atman, de Upanishads noemen het Brahman, de gelovigen noemen het Bhagavan; alle drie hebben hetzelfde doel. Het beheersen van denken en zintuigen is het pad van Yoga. Het onderscheid maken tussen werkelijk en onwerkelijk is het pad van Jnana (Upanishads). Sri Ramakrishna zei dat in dit Kali-tijdperk de mensen niet sterk genoeg zijn om veel geestelijke disciplines te doen. Het houden aan de waarheid onder alle omstandigheden is op zichzelf al een geestelijke discipline. Als je deze paden volgt zul je weten en ervaren dat je die geest bent en niet het lichaam of denken, onderworpen aan verandering. Sri Ramakrishna zei ook dat Godsrealisatie het doel van het leven is. Maar bij de meeste mensen gaat alle aandacht en energie naar de wereld. Daarom hebben veel mensen moeite met sterven. Je moet dan alles achterlaten. Vooral als je ouder bent, kweek het besef aan dat je ware aard geestelijk is. De geschriften of een gids helpen, maar je maakt zelf die reis. Godsrealisatie is bevrijding van de kringloop van geboorte en dood.

De assimilatie van geestelijke waarheden kent drie fasen; 1) Je moet erover horen van een gids, goeroe, een heilig persoon. Zij hebben rijpe kennis van de geschriften. 2) Serieus en diep overdenken 3) In de praktijk brengen. Voor die praktijkbeoefening moet je in bepaalde mate intellectueel overtuigd zijn. Dan komt meditatie, diep en eenpuntig gericht denken. Alles in de wereld is tijdelijk, maar ik wil het permanente omlijden en verdriet te overkomen. Die kennis maakt ons onsterfelijk. God is onsterfelijk en wij als kinderen van God zijn dat ook. Het is allemaal een ontwikkeling van de geest. Nu zijn we geagiteerd, ellendig. De zuivere geest kent innerlijke vreugde en vrede. Alle geestelijke disciplines zijn er om die vrede te beiken. Sri Ramakrishna zei: "In de geest ben je gebonden, in de geest ben je vrij". Citaat van Swami Vivekananda: "De oude religie zei; geloof in God, de nieuwe religie zegt; geloof in jezelf." Shradha of geloof in jezelf is conditie voor groei. Een goede levensstijl zal dat geven. Moreel leven is een fundament.

In het spirituele leven komen verleidingen, je probeert de natuurlijke wetten te overkomen, het is een continue strijd. Boeddha leidde eerst een intens ascetisch leven, maar de verlichting kwam niet. Maar toen het ego afviel, kwam Boeddha tot verlichting. De gelovigen op het pad van Bhakti (devotie) moeten ook leren te onthechten. Eerst hebben we een leven van gehechtheid geleid. Het vergaren van bezit en kennis. Een soort opgaande lijn tot je 50ste. Hierna moet je gaan oefenen dat je alles weer moet achterlaten. We komen en gaan naakt. Voorbeeld van Sri Ramakrishna met het visnet. Vissen kunnen ontsnappen, maar ze zijn blij in het net met de andere vissen, dat zijn de vrienden en verwanten. Voor het onthechten is voorbereiding nodig. Nu zijn we onze goddelijke dimensie en ware identiteit vergeten.

We komen en gaan alleen. Ook langs het geestelijke pad ga je alleen, jij bent de geest. Nu klampen we ons vast aan de tijdelijke mensen en dingen, hoe meer je je vastklampt hoe meer je te lijden hebt. Klamp je daarom vast aan God, dat geeft automatisch een onthechting van het tijdelijke. Sri Ramakrishna: "Als je naar het Oosten gaat, laat je het Westen automatisch achter." Als je je tot God richt, trekken de wereldse dingen zich automatisch terug.

De leermeesters van de Hindoes hebben het leven in vier stadia verdeelt; 1) Brahmacharya, centraal staat studie, leren 2) Garhastha, familielevens 3) Vanaprastha, terugtrekken uit de wereld 4) Sannyasa, leven van onthechting voor God. Studie in het oude systeem in India betekende karakteropbouw, nu is het vooral carrièreopbouw. Met karakteropbouw worden studenten gezinschouwen met groot verantwoordelijkheidsbesef.

Ondanks alle welvaart missen we de spiritualiteit, wij zijn uit balans, daarom is er veel lijden. Kern is Tyaga, onthechten, loslaten, verzaken. Alleen door onthechting verwerf je de onsterfelijkheid, niet door bezit of geld, of vrienden, verwanten en nageslacht, noch door offeren, versterving of zware ascetisme. Geef volledige aandacht aan God, dat is het doel van het leven. Het is in ons en in het menselijk leven is er die mogelijkheid.