



40 Day Meditation Retreat 2016

Explore Mahayoga with Sri Vasudeva

Woensdag 27 april 2016

Dag 33: Vrijheid is het doel

Vrijheidsbewustzijn

De vreugde van de ziel in de menselijke ervaring is die van vrijheid, een bewustzijn van vrij zijn; vrij van alle boeien, alle beperkingen, alle gedachteconstructies, alle emotionele beperkingen. De vreugde van de ziel is vrij zijn. Dit is wat we *moksha* noemen, wanneer de ziel in staat is dat vrijheidsbewustzijn te ervaren dat inherent is aan haar wezen. De vreugde is nooit compleet totdat we leven in die ervaring en het bewustzijn van vrijheid; vrijheid van de angst en de stress van de dualiteit. Dat vereist een ander soort intelligentie, niet alleen onderbuik-intelligentie of emotionele intelligentie of zelfs de normale mentale intelligentie. Het vereist zoveel meer, en ik zou dat graag spirituele intelligentie noemen. Het zijn alle andere intelligenties die in het licht functioneren, in de volheid van het licht. Je ziet dit in de *Gāyatrī mantra*, een gebed van duizenden jaren oud; het komt uit de *Veda's*, het oude boek van wijsheid van de Hindoes. Het is in Sanskriet geschreven, wat een zeer krachtige spirituele taal is. De smeebede in deze *mantra* is "Mag mijn intellect functioneren binnen de volheid van het licht"; *Dhiyo Yo Naḥ Prachodayāt*.

Een evolutionair pad langs chakra's en elementen

De weg naar vrijheid is de weg die ons voorbij elke beperking kan brengen. Het is niet door middel van een gedachteconstructie dat je die vrijheid zal bereiken - hoewel bepaalde gedachteconstructies ons een ingang kunnen geven - maar we kunnen niet in die ingang blijven staan. Het is niet een symbool van die vrijheid, een beeld van die vrijheid, een idee van die vrijheid die ons daar kan brengen. Ze kunnen ons op weg helpen, maar uiteindelijk moet genade ons die extra stap brengen. Dus het constante hunkeren en bidden in ons, zou altijd moeten zijn om voorbij te gaan aan de beperking die we ervaren en jezelf de vraag stellen: "Ben ik vervuld door deze ervaring? Is er ware vervulling in het plezier dat ik ervaar en in het vermogen dat ik heb in het spel? Ben ik echt gelukkig in het diepste van mijn ziel?" We moeten onszelf die vraag stellen.

Wanneer je je meer bewust wordt, zul je zien dat je nooit tevreden bent wanneer je ziel een beperking van welke aard dan ook ervaart. De bevrediging is slechts van korte duur totdat je eraan gewend raakt, de nieuwigheid begint weg te slijten en dan komt de begrenzing aan het licht. Rijkdom bijvoorbeeld; we gaan er achteraan maar uiteindelijk zijn we nooit blij met het bedrag dat we hebben. We worden miljardair en we willen meer; we zijn te arm met één miljard.

Als je de beperking van de ziel observeert, omdat dit bewustzijn gevangen zit in de elementen van de natuur, zul je zien dat de elementen zo zijn ontworpen dat ze ons geleidelijk naar hogere en hogere ervaringen van de elementen leiden. We beginnen met het aarde-element dat ons aan de aarde gebonden kan maken, dan het water-element, we hebben het water-element in het lichaam nodig voor doorstroming, voor beweging. Dan hebben we het vuur-element dat transformatie in gang zet, dingen verandert. Dan hebben we het lucht-element dat ons de mogelijkheid geeft om op te kunnen stijgen, om naar hogere regionen te gaan. Dan hebben we het ruimte-element dat meer verfijnde communicatie mogelijk maakt; de ether en elektromagnetische golven.

Als je kijkt naar hoe de elementen zijn geschapen, dan zijn ze zo ontworpen dat ze ons steeds meer vrijheid bieden. Als we de elementen niet gaan bestrijden, maar ermee in harmonie leren zijn, dan gaan we van de een naar de ander via dat evolutionaire pad. Kijk naar waar de maatschappij nu staat, in termen van communicatie, ruimte, draadloos, internet, web.

Maar hoeveel macht deze elementen ons ook mogen geven, de echte macht ligt eraan voorbij. Als je kijkt naar hoe de *chakra's* zijn ontworpen, het mentale *chakra* ligt boven al die *chakra's*, dus de mind is krachtiger dan alles. Maar wanneer die zich associeert met de verschillende elementen, wordt hij beperkt door de elementen waarmee hij zich associeert. Als we verstrikt



40 Day Meditation Retreat 2016

Explore Mahayoga with Sri Vasudeva

Woensdag 27 april 2016

raken in het aarde-element, dan raken we verstrikt in de stoffelijkheid van de aarde. Als we verstrikt raken in het element water, dan raken we verstrikt in een ander niveau; het niveau van de smaak, de vloeistoffen. Het vuur-element, transformatie. Kijk wat vuur deed toen we leerden over vuur in de natuur; we zijn in staat om metaal te smelten, we zijn in staat om dingen te zuiveren, we zijn in staat om warmte te creëren. Kijk wat er gebeurde toen we in het lucht-element kwamen - vliegen, beweging - en toen we in het ruimte-element kwamen.

Ware vrijheid ligt in het kruinbewustzijn

Als de ziel zich innerlijk met deze elementen begint te associëren, gaat zij meer en meer vrijheid ervaren in haar wezen, maar de elementen houden ons nog steeds in beperking, waarbij de mind verstrikt raakt in de elementen. Als wij de mind gaan bevrijden uit de greep van de elementen en de zintuigen die met de elementen verbonden zijn, wanneer we in staat zijn de mind los te maken van de elementen en de mind naar binnen te brengen, dan komen we in de werkelijke ruimte van vrijheid; en dat is waar het kruinbewustzijn is. *Dhiyo Yo Naḥ Prachodayāt* is om ons naar het kruinbewustzijn te brengen, en de "Om"-klank is de klank die ons van het voorhoofd-*chakra* naar het kruin-*chakra* brengt; *Omkāram Bindu Samyuktam Nityam Dhyāyanti Yoginaḥ, Kāmadam Mokshadam Caiva Omkārāya Namō Namaḥ*. Die *Omkāra* is verbonden met de bindu, *Omkāram Bindu Samyuktam*; het is waar de yogi's op mediteren. *Nityam Dhyāyanti Yoginaḥ, Kāmadam Mokshadam Caiva*; het brengt de genoegens van alle zintuigen, wanneer de mind is gecentreerd in de kruin en vrijheid, *moksha. Omkārāya Namō Namaḥ*; voor die *Omkāra* buig ik.

Hoe krijgen we toegang tot het kruinbewustzijn? Het is het bewustzijn van transcendentie. Ook al werken we binnen grenzen, de mind gevangen in gedachteconstructies, in overtuigingen, in verwachtingen, in visies, we moeten we ons bewustzijn wat meer openstellen en denken: "Er is meer dan wat ik zie. Er is meer dan wat ik weet. Er is meer in de ervaring." We moeten ons openstellen voor méér. *Jñāna* moet in *vijñāna* overgaan; gewone kennis moet in wijsheid overgaan. Dat is de kruin.

Dus ook al ervaar je de ademhaling, je moet jezelf afvragen: "Is er nog meer diepte in deze ervaring?" En hoe dieper en dieper je in de ademhaling gaat, des te meer zul je de *prāna* van de ademhaling realiseren. Je begint je bewust te worden van elk *chakra*, de ademhaling van elk *chakra*; de grofstoffelijke ademhaling en de subtiele adem. Uiteindelijk zul je de vrijheid van de adem ervaren, wanneer de adem stopt! En de ervaring van *samādhi*, dat evenwicht in het bewustzijn, dat eenheidsbewustzijn dat de kruin is, zal plaatsvinden, gewoon door adem te halen. Als je een gedachte neemt en je begint verder te kijken dan de gedachteconstructie: "Mijn idee van God, mijn visie op God", begin je verder te kijken, dan begin je een nieuwe relatie te ontwikkelen met het Goddelijke. Eerst begint het met "Het Goddelijke is buiten mij". Dan is het "Ik heb een soort ervaring met het Goddelijke; het Goddelijke en ik". En tenslotte is het "Het Goddelijke alleen binnenin; mijn "ik" heeft geen werkelijk bestaan behalve het Goddelijke binnenin mij". Dat is de kracht van de kruin.

Spirituele intelligentie en de vrijheidsruimte

Met al je intelligentie die je ervaart, moet je je openstellen; er zit nog meer in. Je moet in een onbeperkt bewustzijn komen, grenzeloos denken. Houd jezelf nooit in de beperking. Hoeveel je ook weet, begin te denken dat je het niet weet. Want op het moment dat je denkt dat je het weet, kun je nooit alles weten. "Hij die denkt dat hij het weet, weet het niet". Zo intelligent als we zijn, "Hij die denkt dat hij weet, weet niet. En hij die weet dat hij het niet weet, weet het echt." Hij die weet, weet dat de wijsheid van het Universum niet kan worden gevat in de intelligentie van de mind, maar voorbij de mind ligt. Het zit in de intuïtieve aard van zijn. Wanneer iemand het kruinbewustzijn bereikt, hoeft hij niet vanuit de mind te denken; de mind denkt in de kruin. De mind buigt voor het hogere bewustzijn, de superieure intelligentie, de spirituele intelligentie omdat alles intuïtief tot dat wezen komt.



40 Day Meditation Retreat 2016

Explore Mahayoga with Sri Vasudeva

Woensdag 27 april 2016

Hoe denk je dat de zieners van wijsheid aan de openbaringen van de *Veda's* en de verschillende geschriften zijn gekomen? Hoe denk je dat het kwam? Waarom noemen we hen "zieners, *rishis*"? Omdat ze het downloadden vanuit de ruimte van onbeperkte wijsheid. Dit waren downloads. Als je kijkt naar hoe de *Veda's* werden samengesteld, het Sanskriet alfabet, de klassieke muziek van India, de dansvormen, het zijn allemaal openbaringen. Ze tappen allemaal in de wijsheid van het Universum. De wijsheid van het Universum is enorm en kan niet worden bevat door het intellect, vandaar het gebed "*Dhiyo Yo Nah Prachodayāt*"; verlicht alstublieft mijn intellect. Dit is een gebed van de *Veda's*. "Met al mijn weten, is er meer." Dat is de houding die we moeten aannemen om toegang te krijgen tot het kruinbewustzijn. Dat is de *moksha* die we gaan ervaren. Het hele idee is om de *jīvanmukti* te worden; dat in deze beperkte menselijke vorm, in dit gevoelswezen, de *jīva*, ik vanbinnen vrij wil zijn. Ik wil daarin het *moksha*-bewustzijn hebben. Dat is *jīvanmukti*.

Het is mogelijk om vrij te worden in de innerlijke ruimte, en het is mogelijk om te werken met een superieure intelligentie ten opzichte van alle intelligenties die we ervaren; om voorbij het brein te gaan. De top van het brein is het kruinbewustzijn. Groter dan de neo-cortex is het kruinbewustzijn. Het handelt in de volheid van het brein. Er is meer bewustzijn dan de menselijke ervaring toestaat. We kunnen dat alleen buiten het lichaam hebben, niet binnen het lichaam. Binnenin het lichaam is er de beperking van het menselijk bewustzijn. We zien de grote Meesters; zij zijn ondergedompeld in de meditatie. Zij zijn in een andere ruimte, ver voorbij het lichaam, dieper dan het lichaam. En wanneer ze werken, werken ze in de *shambhavi mudra*; gecentreerd vanbinnen, maar de ogen kijken naar buiten, nooit in de wijsheid van alleen de mind, maar ze bestaan ver voorbij de mind. Dat is de *parabrahma* staat; *Gurureva parabrahma tasmai śrīgurave namaḥ*. Dat is wat we zien in de Meester - transcendent bewustzijn."

Vergezel me in de meditatie.