

Sila

– C.R.N. Swamy

Sila of karaktervorming vormt de eerste inleidende stap op het spirituele pad, zij het volgens de *Yoga Sutra's* van Patanjali, de *Pancha Sila* of de *Dasa Sila* van het Boeddhisme, met zijn Nobele Achtvoudige Pad (de *Ashtanga Marga*) of een soortgelijke religieuze discipline.

Wijnen C.R.N. Swamy was Internationaal Penningmeester en Algemeen Secretaris van de Birmaarse Sectie van de TS.

In zijn vroege geschriften wees Krishnaji erop dat het vervolmaken van elk van onze drie lagere voertuigen – het fysieke, het emotionele en het mentale – een vereiste is voor het bereiken van menselijke volmaking. Hij hield ons het ideaal voor van een fysiek lichaam, volmaakt gezond met natuurlijke vitaliteit en schoonheid; het ideaal voor de emoties is ‘liefhebben zonder gehechtheid’ en het ideaal voor het denken is ‘individuele eigenheid’.

Zulke volmaaktheid kan alleen bereikt worden door serieuze inspanning en training. Men kan de emoties niet trainen en verfijnen door er alleen maar vol sentiment over te denken. En toch zijn onze ideeën over een spiritueel leven maar al te vaak té simplistisch: het uit het hoofd leren van geschriften, buitensporige aandacht voor verbale trivialiteiten en vrijwel geen belangstelling voor de Waarheid en de Realiteit waarover de geschriften eigenlijk gaan. Geen enkele eigenschap kan getraind of geperfectioneerd worden zonder deze bewust feitelijk te gebruiken.

Er is tegenwoordig over de hele wereld veel belangstelling voor yoga. Deze wordt meestal gezien als een handboek met asana's of lichaamsoefeningen, en op zijn best als een soort meditatie gericht op mentale efficiëntie (efficiëntie van het lagere, concrete, kritische denken). Nu is dit denken gericht op individueel profijt of groter worden in een wereld die bijzonder competitief en egoïstisch is. Maar vooral een toenemend aantal jongeren in de hele wereld, in het bijzonder in het rijke Westen, merkt dat alle materiële comfort en voorspoed waarmee de moderne wetenschap en technologie hen begiftigd hebben, hen geen echt gevoel van bevrediging of vreugde gegeven hebben. Zij zijn serieus op zoek naar iets wat dieper, bevredigender, blijvender en betekenisvoller is. Dit is niet

alleen een mentale formulering; het borrelt naar boven vanuit het hart en de geest. Het is een zoektocht naar de echte mens, de Innerlijke Mens, de betekenis en het doel van het bestaan. Er wordt wel gezegd dat de mens feitelijk op zoek is naar zijn doel. Hij kan geen echt geluk vinden totdat hij het antwoord kent op de eeuwige vraag 'Wie ben ik?'

Om werkelijk anderen behulpzaam te kunnen zijn, moeten wij eerst zelf de Realiteit begrijpen, die we dan aan anderen kunnen overbrengen. In het Oosten, vooral in India, was de echte basis van alle filosofie een zich systematisch afwenden van de zintuigen en van wat deze als doel zien. Plezier en geluk werden niet gelijkgesteld, terwijl genot en pijn de schering en inslag zijn van normaal menselijk bestaan, en de mens pendelt tussen deze twee heen en weer. Maar er ligt een toestand die verder gaat dan dat en alleen daar kan werkelijk en blijvend geluk worden gevonden. Verstrikt in de valstrikken van de zinnen is de mens nooit in staat zich te bevrijden van de genoegens waartoe zijn zintuigen zich aangetrokken voelen maar die eindigen in smart, daar de pendule van genot en pijn onophoudelijk heen en weer gaat.

Aantrekking en afstoting zijn de twee oerbegeerten die de mens deelt met alle voelende wezens – met dieren, planten en zelfs met mineralen. De diepste oorzaak daarvan is het ik-gevoel. Niemand twijfelt over 'Ben ik, of ben ik niet?' Hij weet misschien niet precies wat dat 'ik' is, maar hij is zeker van dat 'ik'. Alles wat anders is dan het 'ik' is het 'niet-ik'. Het is de relatie tussen het 'ik' en het 'niet-ik' die bepalend is voor genot en pijn.

Genot en pijn zijn gradaties van het zelf veeleer dan vormen of aspecten ervan. Het zelf heeft zijn drie vormen of aspecten: cognitie, begeerte en handeling. Deze zijn uitdrukkingen van de aard van het zelf op de gebieden van het denken, voelen en fysiek handelen. In elk van deze kan er een gevoel zijn van 'maat' of 'hoeveelheid' – meerheid of minderheid. In zijn boek *The Science of Emotions* definieert Bhagavan Das aantrekking en afstoting aldus: 'Het

gevoel van toename, expansie, groei, meerheid van het zelf is genot, het gevoel van afname, contractie, verrotting, minder zijn is pijn.' In de *Chandogya Upanishad* staat: 'Er is geen vreugde in het kleine: in meerheid, grootheid, heilheid (*bhuma*) alleen is vreugde of geluk.'

Op het moment dat een baby geboren wordt, begint hij te sterven. Deze afname voelt de baby als de pijn van honger en hij huult. De moeder voedt de baby en dan is er meerheid of de sensatie van genot. De baby associeert dat genot met de moeder die er de oorzaak van is. Dus als hij weer honger heeft, huult hij om de moeder; aldus begint aantrekking, hetgeen een beweging is in de richting van iemand of iets. Op dezelfde manier heeft het kind een ervaring van wat een vlam is, hij brandt zich, er is pijn. De volgende keer dat hij de vlam ziet, beweegt hij zich ervandaan, hetgeen afstoting betekent. Alle emoties van liefde zijn gebaseerd op aantrekking; alle emoties van haat zijn vormen van afstoting. Om kort te gaan, liefde trekt aan; haat stoot af. Herhaalde emoties van soortgelijke aard maken de emotie gewoonlijk sterker, tenzij deze geneutraliseerd wordt door tegengestelde emoties.

Vanuit een zuiver materieel standpunt gezien heeft de mens ongelofelijke wonderen volbracht bij het leren beheersen van de natuur en het overwinnen van tijd en ruimte, door middel van het ontwikkelen van zijn mentale vermogens. Door het vrijmaken van de geweldige energie die opgesloten zit in het atoom en zijn deeltjes is hij in staat geweest de ruimte te veroveren, op de maan te landen, enzovoorts. Toch blijft de mens een slaaf van emoties en hartstochten. Hij moet leren lagere en grovere dingen om te zetten in en te sublimeren tot het hogere en het nobele.

De goddelijke wijsheid van de verscheidene religies en filosofieën van de wereld is een ultieme gids voor de verdere vooruitgang van de mens op weg naar zijn uiteindelijke doel van volmaking. Gautama Boeddha, de eerste bloem van onze mensheid, vatte zijn leringen aldus samen:

*Ophouden kwaad te doen,
Het goede te vermeederen,
De chitta (harmonie van hart en denken)
te zuiveren.*

Dit is de lering van alle Boeddha's. Hij vatte het nog meer samen om voor de mens de volkomen eenvoud van het spirituele leven bloot te leggen: Er komt geen einde aan haat door haat, alleen door Liefde komt er een einde aan haat.

Hoe kan dit bereikt worden? Door constant bewustzijn en oefening; door iedere haatemotie, iedere emotie van afstoting of afgescheidenheid te vervangen door de overeenkomstige emotie van liefde, van aantrekking of vereniging. Als wij iedere gedachte, elk woord en elke daad kunnen observeren om te controleren of deze in overeenstemming is met het ons voorgehouden principe, dan leven wij een innerlijk, esoterisch, spiritueel leven en boeken wij gestage vooruitgang op ons gekozen pad, ons nog niet bewust hiervan maar groeiend 'zoals de bloem groeit'.

In bovengenoemde *Chandogya Upanishad* staat verder: 'Maar de Ultieme Grootheid wordt bereikt wanneer het Zelf GEEN ANDER ziet, hoort en kent (d.w.z. overal slechts ZICHZELF vindt en geen ander).' Dit is wat er gebeurt wanneer emoties en gedachten tot rust komen om de eigenenschap helder te weerspiegelen van boeddhi of intuïtie, één-zijn, waarbij ieder gevoel van afgescheidenheid irreëel is en alleen maar veroorzaakt wordt door Maya.

Het is de triomf van Advaita (non- dualiteit) dat zij het hele mysterie van manifes-

tatie oplost, van de mens en het universum dat hij gezien had als iets buiten hemzelf, en hun verhouding tot een enkel harmonieus geheel maakt door te verklaren dat er geen twee zijn, maar slechts één zonder tweede, dat de mens, God en het universum een enkele Realiteit vormen voorbij tijd en ruimte en oorzaak – een Realiteit die niet door het denken te vatten is maar die ervaren wordt in de grot van het hart, dat de zetel is van het Ene en enige Zelf. De poging van het denken om het te bevatten moet ophouden. Wanneer al het bevatten, spiritueel of profaan, weg is, dan daagt het besef of de ervaring van absoluut EENZIJN. Dan wordt wat menselijke, zinnelijke liefde was, bovenmenselijk en bovenzinnelijke goddelijke LIEFDE van Bhakti, waarvan Narada zegt in zijn *Bhakti Sutras*: 'Wanneer de mens dat bereikt, heeft hij geen enkele begeerte meer naar wat dan ook, is hij vrij van verdriet en haat; hij verheugt zich nergens meer over. Wanneer hij dat beseft, wordt de mens bedwemd en als het ware gefascineerd, omdat hij volkomen ondergedompeld is in de genietingen van de gelukzaligheid van het Atman, het waarste en hoogste Zelf.'

De vaak geciteerde gelijkenis van Sri Ramakrishna is die van een zoutpop die de diepte van de oceaan gaat meten, maar die nimmer terugkeert om verslag te doen! In de oceaan van bhakti wordt ook het kleine menselijke zelf opgelost.

Uit: *The Theosophist*, augustus 2000
Vertaling: A.M.I.

IK ben het zaad van al wat leeft;
ook is er niets, hetzij bewegend of niet bewegend,
dat zonder Mij kan bestaan.

Uit: Bhagavad Gita