

Spirituele heelheid omarmen

Dr. Deepa Padhi

Het omarmen van spirituele heelheid is een gemoedstoestand van zowel de oudheid als de huidige moderne tijd. In *The Idyll of the White Lotus* van Mabel Collins vinden we een aansporing tot meditatie, *De Drie Waarheden*, waarvan het eerste vers luidt:

De ziel van de mens is onsterfelijk en haar toekomst is de toekomst van iets waarvan groei en pracht geen grenzen kennen.

Deze uitspraak benadrukt het grenzeloze potentieel van ons innerlijke zelf, een perfecte inspiratiebron voor het streven naar spirituele heelheid. In deze rumoerige wereld vol afleiding, verdeeldheid en discriminatie voelen we ons vaak gefragmenteerd. We worden in talloze richtingen getrokken door verantwoordelijkheden, verwachtingen, ambities en stress. Toch herinnert de oude wijsheidstraditie, waaronder theosofie, ons eraan dat heelheid onze natuurlijke staat is. Het is niet iets om te verwerven; het is iets waarvan we ons bewust moeten zijn.

Heelheid betekent de integratie van alle dimensies van het leven: het fysieke, mentale, emotionele, ethische, spirituele en de onderlinge verbondenheid met alle wezens en dingen. Buiten deze totaliteit is niets denkbaar, zij omvat alles. Een passende uitdrukking van die heelheid vinden we in de Oosterse filosofische literatuur, in de *Isha Upanishad*:

*purnamadah purnamidam,
purnāt purnam udachyate.
purnasya purnamādāya,
purnameva avaśishyate.*

Dat wil zeggen: 'Dat' is heel en 'dit' is ook heel, want 'dit' is voortgekomen uit heel 'Dat'. 'Dit' verwijst naar de gemanifesteerde wereld, die niets anders is dan 'Dat', het Absolute. Heelheid kan niets voortbrengen wat niet heel is; zij is geen optelsom van delen, maar een ondeelbare totaliteit. Deze fysieke wereld is de manifestatie van dat geheel; niets bestaat buiten de heelheid. Dus heelheid is waarheid en de waarheid is één.



Het motto van de Theosophical Society (TS) luidt: *Er is geen religie hoger dan waarheid*. Er zijn vele religies, maar waarheid is één. Dit motto is een oproep tot spirituele integriteit en universeel bewustzijn, de kern van spirituele heelheid. Spirituele heelheid begint van binnenuit. Haar omarmen betekent erkennen dat wij niet enkel fysieke lichamen of persoonlijkheden zijn, maar zielen, vonken van het Ene Leven. Deze waarheid vinden we niet buiten onszelf; zij leeft in ons als het hoger Zelf.

Spirituele heelheid is niet gebonden aan een bepaalde religie of traditie. Zij kan binnen of buiten religieuze kaders worden nagestreefd. Zoals Alan Watts zei: *De oneindigheid van het goddelijke maakt oneindig vele wegen naar het goddelijke mogelijk.* Het omarmen van spirituele heelheid is het begin van een reis van integratie: het in harmonie brengen van ons uiterlijke leven met de diepere spirituele werkelijkheid die in ons allen leeft.

Voordat we verder gaan, is het nuttig het subtiele verschil tussen eenheid en heelheid te benoemen. Eenheid verwijst naar de essentiële eenheid van al het bestaan: mineralen, planten, dieren, mensen, ja zelfs bewustzijn zelf.

Heelheid daarentegen duidt op de integratie van alle aspecten van het zijn tot een harmonieuze totaliteit. Zij benadrukt volledigheid, niet het verlies van individualiteit. We kunnen zeggen: heelheid is eenheid uitgedrukt in vorm en eenheid is heelheid voorbij vorm. Het zijn geen twee werkelijkheden, maar twee perspectieven op één onderliggende waarheid.

Volgens theosofie is de mens niet enkel een fysiek lichaam of een persoonlijk ego, maar een zevenvoudig wezen met lagen van bewustzijn, van het fysieke, vitale, astrale en emotionele tot het hogere mentale, spirituele en goddelijke. Spirituele heelheid is de afstemming van deze delen, wanneer onze gedachten, gevoelens, handelingen en intenties het licht van het hogere Zelf weerspiegelen. Het is het ontvouwen van de innerlijke eenheid in onszelf en in het grotere geheel.



De weg van evolutie is niet slechts uiterlijk, maar ook innerlijk. Wij zijn hier niet enkel om te bestaan, maar om bewust te evolueren en de innerlijke vlam, de goddelijke vonk, te doen ontwaken. Zoals H. P. Blavatsky (HPB) zegt, kunnen het zelf van de stof en het Zelf van de geest alleen worden verenigd door het beoefenen van bewust leven (parafrase naar *De Stem van de Stilte*). We moeten onszelf afvragen: leef ik in overeenstemming met de waarheid van wie ik ben? Getuigen mijn daden van mededogen, wijsheid en eenheid? Dit is de discipline van het spirituele pad: leven, niet voor het afgescheiden zelf, maar voor het grotere goed, het ene Leven.

Spirituele heelheid houdt verband met een dieper gevoel van innerlijke harmonie. Het betekent een gevoel dat overeenkomt met onze innerlijke waarheid, morele waarden en het uiteindelijke doel. Het betekent een verbinding met het universum of een gevoel van kosmische eenheid dat geen verband hoeft te houden met een of andere doctrine of wet. Het gaat om innerlijke afstemming en verbondenheid die religieuze grenzen overstijgt. Wij zijn allen verbonden met het universum, het leven en het innerlijke zelf, het bewustzijn. Dit bewustzijn is binnen en buiten onszelf. Spirituele heelheid overstijgt elke religie.

Religieuze heelheid daarentegen, verwijst naar het leven in overeenstemming met de overtuigingen, rituelen en gemeenschap van een bepaalde religieuze gemeenschap; leven in harmonie met een specifieke traditie of geloofsstelsel.

Theosofie gelooft niet alleen in universele broederschap, zij benadrukt ook de onderlinge verbondenheid van al het levende en niet-levende, want alles maakt deel uit van één kosmisch weefsel. Alle leven is één; er is geen echte scheiding tussen mijzelf en de ander, tussen menselijk en goddelijk, tussen geest en materie. Blavatsky herinnert ons eraan: *De gehele orde van de natuur toont een voortgaande beweging naar een hoger leven (De Geheime Leer, Deel I, p. [277]).*

De grote mysticus Rumi zei terecht: Jij bent niet een druppel in de oceaan; *jij bent de hele oceaan in één druppel*. Elke druppel behoudt zijn individualiteit, maar is tegelijk één met de oceaan: de eenheid die ten grondslag ligt aan de verscheidenheid.

Door onze onderlinge verbondenheid te omarmen, erkennen we de intrinsieke band die alle levende en niet levende wezens verenigt.



Graag wil ik enkele theosofische oefeningen noemen die nodig zijn voor hen die zich richten op het omarmen van spirituele eenheid:

1. Zelfbewustzijn is de basis.

Door middel van studie, meditatie en onbaatzuchtige dienstbaarheid kunnen we het valse zelf, dat wil zeggen de persoonlijkheid of het ego, herkennen en ons verbinden met het ware Zelf (atman).

2. Afstemming op ons doel en onze betekenis is belangrijk. Intellectueel moeten we wakker, alert zijn en onze daden moeten in lijn zijn met ons doel.

3. Acceptatie is erg belangrijk. Het accepteren van alle dualiteiten zoals geboorte-dood, geluk-verdriet, kennis-onwetendheid, perfectie-imperfectie, enzovoort, omdat heelheid al deze aspecten omvat. Spirituele heelheid brengt vaak een gevoel van vrede en evenwicht zelfs te midden van tegenspoed. Dat betekent niet dat we geen pijn voelen of problemen ondervinden, maar men ervaart een dieper gevoel van acceptatie.

4. Integratie. Heelheid wordt bereikt door de lagere voertuigen te zuiveren: onze gedachten, emoties en verlangens, overtuigingen, handelingen en gedrag. Deze moeten met elkaar in overeenstemming zijn.

5. Een gevoel van verbondenheid is alleen mogelijk door mededogen en liefde. Spirituele heelheid wordt vaak gekenmerkt door mededogen, liefde en empathie voor anderen en een erkenning van de waardigheid van alle wezens, hoe klein ze ook mogen zijn. Dienstbaarheid is de natuurlijke uitdrukking van spirituele realisatie. Zoals mevrouw Blavatsky zegt: wie voor zichzelf leeft, leeft tevergeefs; wie leeft om anderen te dienen, leeft in de Waarheid (vrij vertaald uit *De Stem van de Stilte*).

6. Meditatie is essentieel. In de stilte wordt de stem van de ziel gehoord. Beoefenen van meditatie verheft ons bewustzijn boven het astrale niveau en brengt ons in contact met het buddhische, of spirituele niveau.

7. Als we in harmonie met de natuur leven, door de wetten van de natuur te respecteren en een eenvoudig leven te leiden, stemmen we ons af op de spirituele wetten van het universum.

Theosofie is geworteld in het idee van spirituele heelheid. Zij leert dat alle mensen op weg zijn naar de realisatie van hun goddelijke, verenigde en volledige aard. Haar kern is de eenheid van al het leven, de spirituele evolutie van de ziel en de innerlijke wijsheid die voor ieder beschikbaar is. Spirituele heelheid betekent volledig verbonden, geïntegreerd en in vrede zijn met het eigen innerlijke zelf of bewustzijn en verbonden zijn met het universum als geheel.

Het betekent het ervaren van onze eenheid met alle wezens en met de kosmos. Volgens theosofie betekent heelheid het in lijn brengen van de zeven beginselen van ons wezen in dienst van onze hogere aard en het universeel goede. Een mens is 'heel' wanneer deze lagen met elkaar in balans zijn, op elkaar zijn afgestemd en als één geheel functioneren. Zelftransformatie is de weg naar die heelheid.

In onze tijd willen vooral jonge mensen zich vaak niet meer identificeren met een specifieke religie. Dat betekent niet dat geloof verdwijnt; het verandert van vorm. Wetenschap en spiritualiteit groeien naar elkaar toe. Neurowetenschap en bewustzijns onderzoek geven een nieuwe vorm aan ons begrip van spirituele ervaring en versterken de samenhang tussen denkvermogen, lichaam en universum. Een nieuwe wetenschap, geworteld in het idee van heelheid, is in ontwikkeling.



Laura Domenech schrijft:
Heelheid spreekt over de oorsprong van het universum niet als een beginpunt waaruit alles voortkomt, maar als een voortdurend actief proces. Zij nodigt ons uit het universum te zien als een dynamisch ontvouwende, diep verbonden en coherente staat van bestaan, waarin differentiatie en diversiteit het geheel niet fragmenteren maar verrijken. De delen zijn uniek en onvervangbaar, maar blijven toch onafscheidelijk verbonden met het geheel. Heelheid is de intrinsieke natuur van het universum.



Buddha

De reis naar heelheid is dus niet alleen een spirituele, maar ook een wetenschappelijke zoektocht. Spirituele heelheid nodigt ons uit niet alleen innerlijk vrede en geluk te vinden, maar die ook in de wereld te brengen. Wie zich spiritueel heel voelt, wordt vanzelf liefdevoller, geduldiger, eerlijker, empathischer en meelevender. We zien anderen, ook niet-mensen, niet langer als vreemden, maar als medereizigers, die elk hun eigen innerlijk licht dragen.

Spirituele heelheid omarmen betekent niet vluchten uit het leven, maar het juist vollediger en bewuster leven. Het betekent beseffen dat wij niet afgescheiden zijn van anderen of van de wereld, maar dat ieder een deel van het geheel weerspiegelt: het universele Bewustzijn, de heilige Eenheid. Theosofie herinnert ons eraan dat deze reis naar heelheid niet tot één leven beperkt is: zij ontvouwt zich over vele levens volgens de wetten van karma en reïncarnatie. In elk leven ontwikkelen wij meer wijsheid, liefde en mededogen; iedere ziel heeft haar eigen ritme.

Spirituele heelheid omarmen betekent uiteindelijk volledige openheid en verbinding met het ware Zelf, het hoger Zelf. Het is het gevoel innerlijk compleet te zijn, niets te missen van wie we werkelijk zijn. Het ware 'Ik' in mij is het Geheel. Zoals *De Stem van de Stilte* zegt: *Keer naar binnen — gij zijt Boeddha.*

Vertaling Ingmar de Boer, Marianne Plokker



Dr. Deepa Padhi is Internationaal vicevoorzitter van de Theosophical Society Adyar, Chennai, India, en voorzitter van de Theosophical Order of Service (TOS), Odisha-regio, India.