

BEVISSTHETS VITENSKAP



SELVGRANSKING AV
VIRKELIGHETENS NATUR

DAVID STORØY

BEVISSTHETS VITENSKAP

SELVGRANSKING AV
VIRKELIGHETENS NATUR

DAVID STORØY

© 2020 David Storøy

www.bevissthetsvitenskap.com

Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelse.
Ingen del av denne publikasjonen kan kopieres eller mangfoldiggjøres uten tillatelse fra
forfatteren.

Omslag og layout: Henning Jon Grini

Trykket hos Lasertrykk



INNHold

INTRODUKSJON	20

VEDANTAS HISTORIE	24

Hvor kommer Vedaskriftene ifra?	24
Rishi Lydbølger Hymner Mantra	24
Rishiene var spesielle	25
Fortsatt gjenstår spørsmålet: Hvordan oppnådde rishiene selvkunnskap?	26
Eksempler på to vedanta kunnskapsmantraer som er av stor betydning for Vedanta i dag:	26
Vibrasjoner OM Lyd - Vedanta - Selvkunnskap - Avslørt Kunnskap	28
Vedanta som et åpenbart kunnskapsmiddel av Swami Dayananda	30
Hvordan kan en vedisk tekst i Mithya avsløre virkeligheten av Satyam?	31
VEDANTASKRIFTENS HISTORIE	32
Vedanta og dens opprinnelse: Bharat – Lysets Land – India	33
Vedanta	34
Det er fire Vedaer: Rig Veda, Yajur Veda, Sama Veda og Atharva Veda.	35
1. Karma kanda	35
2. Jnana kanda	35
De Ti Hovedupanishadene i deres respektive Vedaer:	35
Hva Betyr Ordet Upanishad?	36
Hva er symbolet på dialogen mellom Arjuna og Krishna i Bhagavad Gita?	36
Tilleggstekster i Vedantaundervisningen basert på Upanishadene, Bhagavad Gita og Brahma Sutraene	37
TRADISJONELL ADVAITA VEDANTA - SAMPRADAYA - ADI SHANKARACHARYA	37
ADI SHANKARACHARYA (788-820)	37
RAMANA MAHARSHI (1879-1950)	38
NISARGADATTA MAHARAJ (1897-1981)	40
Det absolutte er ikke før bevissthet	40
SWAMI CHINMAYANANDA (1916-1993)	41
SWAMI DAYANANDA (1930-2015)	41
Mystiker og Ikke-Mystiker - Tilnærmelser til Ikke-dualitet	41
Tradisjonell eller ikke-tradisjonell Advaita Vedanta	43
Neo-Advaita vedantaundervisninger og deres svakheter/ mangler sammenlignet med tradisjonell Advaita Vedanta	44
Neo-Advaita undervisninger	45
Begrepet Guru:	45

Å følge din egen indre guru/ lærer/ veileder	46
Lærer-rolle i Tradisjonell Vedanta	48
Osho og misbruk av lærerrollen	49
Er stillhet den beste læreren?	52
Mandukya Upanishad og Gaudapadas Karika om student og lærer	53

VEDANTAUNDERVISNING OG

METODIKK 54

VEDANTA ER IKKE EN TEORI ELLER EN PRAKSIS	54
Er Vedanta bare en teori som skal realiseres gjennom personlig erfaring?	55
Kunnskapen om hvem du er, er mer subtil enn intellektet og sinnet	57
Vedanta er ikke et akademisk studie	57
Advaita Vedanta – filosofi eller ikke-filosofi	58
Du er allerede Selvet	59
Omdanne intellektuell kunnskap til stødig overbevisning	59
Vedanta Må Bli Verifisert av Deg	60
Vedanta er et Ordspeil	60
Bevissthet er Speilet	63
Speilmetaforen er en god start å begynne i selvgransking	64
Vedanta som et Reflekerende Speil	65
Vedanta for Nybegynnere - Introduksjon	67
Ny Til Ikke-Dualitet?	67
Hvordan Undervise det Grunnleggende i Vedanta	69
Tattva Bodhah	70
Kort sammendrag om Tattva Bodhahundervisningen.	71
Innledning til de fire-foldige kvalifikasjonene	71
Gransking inn i Selvet	71
Individet	72
Hva er de Tre Legemer (sharira traya)?	72
1) Hva er det Grove Legemet (sthula sariram)	72
2) Hva er det Subtile Legemet (suksma sariram)	72
Hva er Sinnet (antahkarana)	73
Hva er Årsaks (kausale) Legemet? (karana sariram)	73
Erfaring av Lykksalighet	73
Hva er de Fem Slirene? (pancha koshas)	73
DE TRE EKSISTENSTILSTANDER (avasthatrayam)	74
Hva er Våkentilstanden? (jagradavastha)	74
Hva er Drømmetilstanden? (svapnavastha)	74
Hva er Dyp Søvnstilstanden? (susuptyavastha)	74
Selvet (Atma)	74
Selvets Natur (satchitananda swarupa)	75
Universet (jagat)	75
Hva er Universet og hvordan utvikler det seg?	75

MAYA	75
Hva er Gud? (Det Totale Sinnet)	75
Det Totale Sinnets orden og manifestasjon	76
Prakriti – Den Subtile Årsaken av Materie og Energi	77
To Skapelsesteorier	78
Hva er en Selvrealisert person? (jivanmukta)	80
Hva slags kunnskap er Selvkunnskap	80
Hva er Karma?	80
Hva er Vedanta?	81
Vedanta og paradokser eller motsetninger	84
Hvorfor studere og forplikte seg til Vedanta?	85
VEDANTAUNDERVISNINGEN OG METODIKK STEG FOR STEG	
MER UTDYPET – LANG VERSJON	86
I. MENNESKELIGE GRUNNLEGGENDE UNIVERSELLE MÅL	86
Hva ønsker jeg?	86
Subjekt og Objekt	89
Lokalisering av Objekter	90
Erfaring av Enhet	95
Maya – Skapelse – Viparaya – Å snu om det som er ombyttet	96
Dualitet og ikke-dualitet møtes aldri	96
Persepsjon	97
Hvordan Persepsjon Virker	97
De To Undervisningsmetodene	99
Den Direkte Vei Tilnærmingen	99
Vedanta Tilnærmingen	100
Virkelighetsordener	105
Bevissthet er udelelig og har ingen deler	108
Pratibasika: Subjektiv erfaring, tolkning og magisk tenkning	109
Klarsynthet, Engler og Kausalkroppen	114
Vyavaharika (Empirisk og Objektiv), Pratibasika (Subjektiv), Paramarthika (Selv/ Bevissthet)	117
De Fire Hovedmålene:	119
1)Trygghet - Artha	119
2) Nytelse, underholdning og glede - kama	120
3) Verdi, dyd og integritet - dharma	120
4) Frigjøring - moksha	120
De tre dekkende lag som hindrer i oss å være fri eller oppdage vår indre glede	120
Malam - Urenheter de seks fiender som hindrer en for å oppdage vår indre glede: ..	121
Viksepah – Mental Rastløshet – Ekstrovert Sinn	121
Ajnanam Ignoranse	121
2. KUNNSKAP OG ERFARING	122
Direkte Erfaring av Deg er Direkte Kunnskap av Deg	122
Selvkunnskap	123
Er intuisjon et gyldig kunnskapsmiddel?	124

System 1 og system 2 tenking	125
De Subtile og Kausale Kropper: David og Goliath	126
Myter om Opplysthet	130
Fjernet Sinn, Blankt Sinn, Tomt Sinn, Stoppet Sinn	130
Ingen Ego, Ego Død	131
Nirvana	131
Nuet	132
Transcenderende Tilstand, Fjerde Stadiet	133
Opplysthet som Evig Lykksalighet	134
Opplysthet Er Ikke en Spesiell Status	134
3. DE TRE GUNAENE – ENERGIKVALITETER	135
1. Sattva:	135
2. Rajas:	135
3. Tamas:	135
Vasanaene – Karma – Gunaene - Isvara	140
4 typer tankesett:	141
Bhagavad Gita - kap. 14 nevnes emnet Kunnskap om Materie - Gunaene.	141
Noen verdier som bør bli kultivert	142
Noen verdier som bør bli fjernes	143
Noen midler for å fjerne negative verdier	143
4. KVALIFIKASJONER	143
1. DISKRIMINASJON - VIVEKA	144
2. OBJEKTIVITET - VAIRAGYA	145
Å la Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt – medfølelse og hengivenhet	146
Verden er vakker og intelligent ignoranse	148
3. BRENNENDE ØNSKE FOR FRIGJØRING - MUMUKSHUTVA	148
4. DE SEKS HOVED DISIPLINENE - JAMADISAKTA SAMPATTI	150
a) MESTRING OVER SINNET - DAMA	150
9-Trinns Oppskrift for Effektiv Ledelse av Sinnet:	151
Selvdisiplin	152
JAPA MEDITASJON	153
b) MESTRING OVER SANSENE - SAMA	153
c) EVNEN TIL Å TREKKE SEG VEKK FRA SANSE OBJEKTER – UPARAMA ...	154
Frihet for sansen av eierskap - Uparati	154
d) OVERBÆRENHET - TITIKSA	155
e) TILTRO TIL UNDERVISNINGEN OG TIL LÆREREN - SHRADDA	156
f) KONSENTRASJON - SAMADHANA	159
5. HENGIVENHET - BHAKTI	160
6. Å FØLGE - VÆRE MIN SANNE NATUR - SVADHARMA	160
Å følge sin egen livsvei og Natur - Svadharma	161
Å følge og være min sanne natur - Svadharma	162
Å gjøre det som er passende til din natur	162
Verden Trenger Ingen Fiksing	163
Et utdrag fra den talen Nelson Mandela hadde ved hans innsettelse	

som president, som snakker til svadharma og å leve som Selvet:	164
Våg Å Være Deg Selv - Og hvorfor Livet ditt ikke vil Fungere om du ikke gjør det ..	165
Å møte ondskap - adharmiske krefter i verden og elske både det gode og det onde ..	166
Å følge Dharma og bidrag til verden	167
Svadharma - Vi spiller forskjellige roller i vårt samfunn for å	
opprettholde verdier, stabilitet og orden i samfunnet	167
Kommentar tilslutt om emnet Å følge min egen livsvei og natur	169
En Kvalifisert Lærer	170
5. KARMA OG DHARMA YOGA	170
Karma Yoga - Passende Holdning og Handling	170
BHAGAVAD GITA SAMMENDRAG OM KARMA YOGA	170
Fordele med Karma Yoga	174
Karma Yoga og Dharma Yoga er to sider av samme mynt	174
Tre Typer Dharma	175
Det Totale Sinnet er Dharma	176
Det er tre hovedtyper av avkall på handleren:	178
Karma Yoga er Sublimasjon	179
Å Mestre Sinnet - Karma Yoga - Korrigere Lav Selvfølelse	179
Tilgivelse er også Egenkjærlighet	180
Å Ta Vare på Miljøet er En Form For Egenkjærlighet	180
En holdning av takknemlighet - Karma yoga	181
Arbeid er Ærbødighet - Tilbedelse	181
De 5 hellige handlinger:	182
Dharma Yoga	183
Skyld	184
6. UPASANA YOGA – MEDITASJON OG SELVKUNNSKAP	186
Meditasjon og Selvkunnskap	186
Handleren er problemet i meditasjon	187
Meditasjon er ikke nødvendig for Moksa - frigjøring	188
Stillhet har ikke noe problemer med ignoranse	189
Meditasjon er en handling og erfaringen til Ramana Maharshi	190
Bhagavad Gita og emnet meditasjon	191
Upasana Yoga	194
FYSISK DISIPLIN	195
VERBAL DISIPLIN	195
SENSORISK DISIPLIN	195
MENTAL DISIPLIN	196
7. KUNNSKAPS YOGA OG KUNNSKAPSMIDDEL	197
Kunnskaps Yoga – Jnana Yoga	197
Bhagavad Gita KAPITTEL 2 – Kunnskaps Yoga	199
Kunnskapsmiddel	201
Nødvendigheten av en Lærer	201
Direkte og Indirekte Kunnskap	202
3 Selvgranskingsstadier – kort versjon	203

9-Trinn til Selvgransking – utvidet versjon	206
Om ordet Selvgransking	206
VIKTIGHETEN AV SELVGRANSKING	207
Definisjon av Gransking (Vichara):	207
1. SHRAVANA - Lytte eller høre skriften.	208
2. MANANA - resonnering, kontemplasjon.	208
3. KVALIFIKASJONER	208
4. KARMA YOGA	209
5. BHAKTI YOGA – Hengivenhets Yoga.	210
6. TRIGUNA VIBHAVA YOGA – De Tre Energiene Yoga	210
7. ETABLER EN PRAKRIYA – VEDANTA PRAKSIS	212
8. SELVREALISERING	212
9. SELVAKTUALISERING OG SELVINTEGRERING - NIDIDHYASANA	212
8. DE TRE KROPPENE OG DE TRE TILSTANDENE	215
Hva er de Tre Kropper (sharira traya)?	215
1) Hva er den Grove Kroppen (sthula sariram)	215
2) Hva er den Subtile Kroppen (suksma sariram)	215
Hva er Sinnet (antahkarana)	216
Hva er den Kausalekroppen? (karana sariram)	216
De Fem Slirene	217
1. Den fysiske slire (anamayakosa)	218
2. De fysiologiske systemer, vitale luftveier slire (pranamayakosa)	218
3. Den følelsesmessig slire (manomayakosa)	219
4. Intellektet (vignanamayakosa)	219
5. Lykksalighetsslire (anandamayakosa)	219
Det Kausale – Underbevisstheten - Minne	220
DET KAUSALE PLAN	221
Hjernen kjenner ikke til Hjernen	221
Et Tankeunivers	223
Forskjellen mellom Sinn og Intellekt	223
Sinnet har fire grunnleggende funksjoner	223
Tid - Minne - Bevissthet	224
Nuet - Tid - Minne	225
Makrokosmisk Kausale - Vasanaer - Det Totale Sinnet - Individet	226
Holografisk prinsipp	228
Akasha – Rom – Makrokosmisk Kausalkropp	228
Fra boka Diskriminasjonens kronjuvel – Vivekachudamanai – Shankaracharya kommentarer av Edwin Faust – eksempel på kunnskap i vedaene ..	230
DRØM, DYP SØVN OG MINNE	231
Selvkunnskap er ikke underlagt Minne	232
Læring, Minne og Vedanta Selvkunnskap	232
De Tre Tilstander – Mandukya Upanishad	237
DEN VÅKNE - viswa	237
DEN DRØMMENDE - taijasa	238

DEN SOVENDE - prajna	238
Den Fjerde Faktoren - turiya	240
9. SELVET OG IKKE-DUALITETSVISJONEN	242
Selvet	242
Lyset som opplyser	242
Sat-Chit-Ananda	243
Sat-Chit-Ananda er vår natur eller essens	244
To typer lykksalighet	244
Ananda mot Anantum - Lykksalighetstyper på sanskrit	245
Å skifte identifikasjon	246
Subjekt og Objekt	246
Ikke-dualitetsvisjon	247
Reell og den Tilsynelatende Reelle	247
Grenseløs Betyr Ikke Stor	248
Ikke-dualistisk betyr ikke det samme som likhet	251
Nøkkelen til Frigjøring: Å Forstå Bevisstheten, Individet og Det Totale Sinnet	252
Frihet fra eller Frihet for Jiva (individet)	255
Grenseløs Lykksalighet	255
Analysering av Swami Dayananda rundt ordet Ananda	256
Analyser av et par vers i vedaene om fullkommenhet	257
10. SKAPELSEN – ENHETEN MELLOM INDIVID OG DET TOTALE SINNET ..	258
Frøtilstanden	259
Original Bevissthet og Reflektert Bevissthet	259
Mikrokosmiske nivåer	260
Makrokosmiske nivåer	260
Hva er Gud? (Det Totale Sinnet)	260
Enheten mellom individet og det totale sinnet	261
Et lys, mange refleksjoner	261
Det Manifesterte og Umanifesterte Universet	263
Universet er relativ og ikke absolutt når det gjelder virkelighet	264
Å løse likningen – Bevissthet, sannheten av det individuelle og Det Totale Sinnet ..	266
Vi kan ikke omgå vårt forhold til det totale	268
Personlig veksts relativitet	270
Personlig utvikling og visjonen	271
11. VERDI AV VERDIENE	271
Verdier et annet selvkunnskapsmiddel	271
Universelle verdier og Dharma	272
Utdrag fra boka Value of values (Verdi av verdiene) – Swami Dayananda	272
Å handle i harmoni med dharmaordenen	273
Universelle verdier er ikke absolutte, men relative.	274
Universelle Verdier - Samanya Dharma	276
Situasjonsbetinget Etikk – Visesa Dharma	276
En Kjenner-Handler Splittelse	277
En Bedre Person?	278

Å Forstå Verdier:	279
1. Undersøkelse inn i stolthet, forfengeligheit, hovmod, selvforherligelse	279
Løsning – Gransking i Det Totale Sinnet	279
2. Pretensjon, affektasjon	280
3. Ikke-skade (Ahimsa)	281
4. Tilpasning, Akseptere mennesker og situasjoner som de er	282
Holdning av ksanti – tilpasning, å romme andre og aksept	283
Tilpasning – Forståelse - Medfølelse – Objektivitet av Swami Dayananda	283
5. Oppriktighet, Ærlighet	284
6. Tjeneste til læreren	285
7. Renhet	285
8. Sjalousi og Misunnelse	287
9. Stødighet, vedvarenhet, utholdenhet	288
10. Sinnsmestring	288
11. Sinnsro overfor sanseobjekter	289
12. Avkall, nøysomhet	289
13. Fravær av egoisme	289
14. Verdssettelse av tid	290
15. Fravær av eierskap	290
16. Fravær av overdrevet tilknytning til de kjære	291
17. Uforanderlig sinn i alle situasjoner	291
18. Konsekvent ikke-dualistisk hengivenhet til Gud	292
19. Å elske ensomhet	292
20. Fravær av krav for selskap	292
21. Vedvarende praksis av selvkunnskap	292
22. Beslutning, gjennomføring	293
23. Forsiktighet, overveieelse og avhold	293
12. Å VÆRE EN VIS PERSON, FRIGJØRING OG KJÆRLIGHETENS NATUR	293
Oppsummering i Bhagavad Gita og Upanishadene om det å være en vis person: ...	293
1. Alle problemer relatert til menneskelig utvikling stammer fra ens projeksjoner ...	293
2. Å løse problemet av den konstante søkeren gjennom virkelighetens kunnskap ...	294
3. Behovet for ledsagende oppmerksomhet til psykologisk vekst	295
4. Ingen blanding mellom forskjellige virkelighetsordener for en vis person	295
5. Beskrivelse av en vis person	297
6. Siste kommentarer	300
Opplysthet	301
Opplysthet, frigjøring (moksha):	301
Oppvåkning - Frihet - Opplysthet	301
Hva er kjennetegn til en fri og en vis person?	303
Å vokse til en kjærlig person av Swami Dayananda	304
Bhakti Yoga og Kjærlighetens natur	306
Bhakti – Hengivenhetens yoga	307
Utdrag fra Narada Bhakti Sutraene om emner som hengivenhet, kjærlighet og bevissthet – Swami Paramarthandas kommentarer	308

Realisering (Akhandakara vritti)	317
Hva betyr Akandakara vritti	317
Hvordan forårsaker Akandakara vritti frigjøring?	319
7 trinn av opplystheth – fra Vedantateksten Panchadasi	322
5/10/15 regelen	324
SELVREALISERING	324
SELVAKTUALISERING OG SELVINTEGRERING - NIDIDHYASANA	325

MANIFESTASJON – UPERSONLIG SKAPER

- MAKROKOSMISK KAUSALKROPP

- DET TOTALE SINNET 328

Skapelse – Universets Opprinnelse – Big Bang – Eksistensens Mandala	329
Det Totale Sinnet (Isvara) er Varig og Midlertidig	331
En samtale mellom en Vedanta-student og en Ateist om emnet Gud	331
Big Bang – Det Store Smellet - Materie	337
Hiriyangarbha – Det Gyldne Egget av Skapelsen	338
Prakriti – Den Subtile Årsaken av Materie og Energi	339
Sammendrag - Isvara/ Det Totale Sinnet, Maya og Prakriti er det samme, men er likevel forskjellig	340
To Skapelsesteorier	341
Meningen bak årsak-virkning undervisningen – Mandukya Upanishad og Gaudapadas Karika	342
Parmenides og Mandukya Upanishad	343
Holografisk Prosjeksjon Er en God Analogi i Vedanta Undervisningen	344
Hele skapelsen er bare en tidløs projeksjon på den selvlysende bevissthets-skjermen som et hologram	345
Identitet og Språk – Holografisk Prosjeksjon er en god analogi for den tilsynelatende virkeligheten	346
Hva skaper projeksjon?	348
Holografiske bilder	348
Bevissthet har ingen dimensjonalitet - Hologram som god metafor	349
Livet er en Holografisk Prosjeksjon	350
Indras nett: Alt er Ett, Ett er Alt – Atharva veda	350
Maya Gjemmer Ikke Bevissthet	352
Selvet er ikke Mystisk	353
Hva Er Forskjellen Mellom Meg og Gud?	353
Vakker Intelligent Ignoranse	354
Anadi - Begynnelsesløs Ignoranse	354
Hva kom først: Høna eller egget?	354
Bhagavad Gita – Essensen av Upanishadene hvor begynnelsesløs nevnes i deres skrifter. Kapittel 9 – Kongelig Hemmelig Kunnskap	355
Begynnelsesløs eller Tidløs	356
Er Personen Skapt av Bevissthet?	356

NIRVIKALPA SAMADHI	358
Den som ser handling i ikke-handling og den som ser ikke-handling i handling er virkelig vis	359
Eksisterer Gud?	360
Isvara/ Gud/ Totale og upersonlige krefter:	362
Har vi Fri Vilje?	363
Bevissthet har ingen Fri Vilje:	364
Fri Vilje og Sansen av Handleren	366
Fri vilje eller forutbestemt	368
Fri vilje er ikke nødvendig	372
DMT OG KAUSALKROPPEN	372
Åpenbaringer og Selvets Lykksalighet	374
Universet – Brahman's dag og natt – Manifestert og Umanifestert	376
Bruken av ordet Manifestasjon og Skapelse -Tattva Bodhah	376
Materie – Manifestasjon - Umanifestasjon	377
Jagat er en manifestasjon, ikke en skapelse	377
Gud/ Det Totale Sinnet	378

BEVISSTHETSVITENSKAP KVANTEFYSIKK VITENSKAP 380

Bevissthet – Det harde problemet i vitenskapen	380
Kvantefysikkens Gåtefulle Implikasjoner	380
Gunaer og Vitenskap	380
Vedanta mot Vitenskap	381
Kvantefysikk og Vedanta	385
Kvantefysikk - Observatøren og det Observerte - Seeren og det Sette	387
Guds partikkel - Vitenskap - Vedanta Bevissthetsvitenskap	388
Rom og Tomrom	392
Vakuum	392
Sinn fra Materie eller Materie fra Sinn?	393
Er Dualitet Virkelig?	395
Kan vi stole på at våre sanser forteller oss sannheten?	396
Hologram og Holografisk Prosjeksjon nevnt av vitenskapsmenn	397
Utdrag fra Rupert Sheldrakes bok Morfisk resonans om emnet hologram eller holografi hvor han nevner David Bohm:	397
Morfisk resonans og naturlover – Intervju med biologen Rupert Sheldrake	399
Ervin Laszlo nevner også dette om David Bohm og hans teorier om holofelt eller implikate orden i boka Revolusjonen i Vitenskapen på s.36 og 37:	400
Vitenskap åpen for konseptet om hologram og holografisk projeksjon	401
Paralleller mellom nåværende tankemodeller av holografisk prinsipp i fysikken, Vedaene og Vedanta	401
Et Fraktal-Holografisk Univers teori	402

Dr. Jude Currivan er en kosmolog og futurist om boka Kosmisk Hologram	403
Stephen Hawking: Hva skjer inni svarte hull er som et Hologram, Science Vibe – November 29, 2015	404
Holografisk prinsipp og Skyggen som binder	404
Fra Magasinet Visjon 1-2019 om holografi, kvantefysikk, helheten og universets flyt	407
Edgar Mitchell – kvanteholografisk formalisme	407
Pionerer i kvantefysikken var interessert i Vedaene og Vedanta	409
Kvantevirkelighet	410
«Kvantemekanikken inspirert av Vediske skrifter?»	413
Mer om Planck Skala - Kvantefysikk - Bevissthet - Vedanta	415
Bevisstheten skaper universet	417
John Hagelin – Bruce Lipton – Candace Pert	418
John Hagelin - Enhetsfelt - Holografisk prinsipp - Ormehull - Bevissthet	418
Bevissthet trenger ingen validering	419
Vedanta dekker alt	420
Om Kvantefysikk, Indianere, Bevissthet og Fremveksten av en Skapelseshistorie: ...	421

MIN INDIVIDUELLE REISE 424

SAND – Science and nonduality kongresser i California 2013 og 2014 – utdrag fra reisebrev	426
Å Praktisere Vedanta Selvgransking – James Swartz November 2014 Westerwald youtube video	433
Et reisebrev til Tiruvannamalai i India Januar 2017	434

Etterord 438

Meningen med Livet	438
Vedanta og Reinkarnasjon	438
Du er Meningen i Ditt Liv	439
Du er Meningen med Livet	440
Å Knekke Koden	440
Livsvei - Svadharma og Meningen med Livet	440
Filosofier og Meningen med Livet	441
VERDEN ER PERFEKT SOM DEN ER	442
Verden Trenger Ingen Fiksing	443
Karma yoga holdning til seg selv (individet) og verden (det totale) - Naturlig bidrag i Verden	443
Objektivitet	444
Å elske alt det stygge - skyggesidene i oss selv og verden - Ubetinget Kjærlighet vår essens og natur	445
Selvets natur, bevissthet er parama prema svarupa.	446

Det Er Ikke Noe Galt Med Verden	446
Verden er perfekt som den er – noen flere tanker	447
Moder Jord lider – Martyrarketype – Klima og miljø	447
Vedisk holdning til teknologi og materialistisk utvikling i verden	449
Ondskap og destruktive handlinger i verden	450
Hvem skal en klandre for ondskap og annet som skjer i verden?	450
Ondskap Er Forårsaket av Ignoranse av Det Totale Sinnet	450
Healing og Intensjoner	452
Sykdom og Healing - Følelser og Tanker	453
Selvkunnskap er den eneste selvhealing	454
Verden Er Bare Ditt Sinn	454
Kort oppsummering hvorfor Verden er perfekt som den er	454
REINKARNASJON OG KARMA	455
Hva er Reinkarnasjon?	455
Egoet Ønsker En Garanti	457
KARMA	458
Minner er Lagret i Intellettet	460
Er Lidelse Forårsaket av Karma eller av Ignoranse?	460
Det originale Selvet er ufødt, den dør ikke og ei heller reinkarnerer.	
Det er evig og bakenfor tid	461
Kommentarer tilslutt rundt emnet reinkarnasjon:	462
HVORFOR ER DET LOGISK AT BEVISSTHET ER MIN SANNE NATUR?	462
TRANSCENDENTAL KJEDSOMHET – TOMHET – TOMROM -	
FULLSTENDIGHET	466
Transcendental kjedsomhet	467
Kjedsomhet Er Ikke Kjedelig	467
Hva Er Kjedsomhet?	468
DYP SØVN OG ERFARING AV TOMROM	468
Ut-Av-Kroppen Opplevelse	469
Buddhisme og ideen om tomhet	469
FULLSTENDIGHET OG TOMHET	470
Samadhi – Fravær av objekter – Dyp Søvn – Tilstedeværelse – Bevissthet/ Selv	471
Samadhi er ikke likestilt selvkunnskap	472
Er Samadhi nyttig?	474
STILLHET ER EN GOD METAFOR TIL VÅR SANNE NATUR	474
Stillhet som superkraft	475
Stillhet har ikke noen problemer med ignoranse	475
Å sitte i stillhet	476
Å granske nøye sitater og undervisning fra Ramana Maharshi om emnet stillhet ...	477
STILLHET MOT ORD	478
Direkte Erfaring av Deg er Direkte Kunnskap av Deg	479
KJÆRLIGHET OG SELVFØLELSE	480
Kjærlighet, Selvfølelse, Selvkunnskap og Vedanta	481
Symptomer av lav selvfølelse, en smertefull analyse: Ensomhet, overdreven aktivitet	482

Kan ikke motta kjærlighet	483
Sammenligning	483
Manipulasjon og Kontroll	484
Dømming og kritikk	484
Urimelig selvkritisk, idealisme	484
Vingling	485
Følelsesmessig trang	485
Alt jeg gjør er for egenkjærlighet	486
Overdrevet sensitiv minne	487
Skyldfølelse	487
Hvordan utvikle selvtillit	487
Elsker jeg deg eller elsker jeg deg slik du får meg til å føle meg?	488
Hvem Er Jeg?	489
Ikke-dualistisk kjærlighet og frihet er vår natur	491
Å elske det stygge - skyggesider.	491
Bhakti - Hengivenhet - En handling av kjærlighet for deg av deg, Selvet	492
Selvfølelse - Verdighet	493
Skam og lav selvfølelse	494
Å Mestre Sinnet - Karma Yoga - Korrigere Lav Selvfølelse	494
Tilgivelse er også Egenkjærlighet	495
Å Ta Vare på Miljøet er En Form For Egenkjærlighet	495
Noen Spørsmål og Svar rundt emnet Bhakti - Hengivenhet - Kjærlighet	495
KJÆRLIGHET OG FORHOLD	496
Hvordan underviser en om kjærlighet i Vedanta	496
Hva er ikke-dualistisk Kjærlighet	498
Vi søker ikke forhold for frihet	498
Frihet og begjær er ikke uforenlig	499
Begjæret som er motsetning til dharma er også bevissthet	499
Når ikke-dualistisk kjærlighet er kjent, søker vi den ikke	499
Et fritt vesen er alltid alene, men aldri ensom	500
Ikke-dualistisk kjærlighet er belønning i seg selv	500
Ikke-dualistisk kjærlighet i forhold	501
Kvalitetene som er naturlig i ikke-dualitetsforhold:	501
1. Frihet til å være min egen person	501
2. Vennskap er grunnlaget	502
3. Fokuseret på likhet, ikke forskjeller	502
4. Forholdsdharma er alltid bevart	502
5. Å Kommunisere fra fullstendighet	503
6. Ingen forventninger eller krav	503
7. Fysisk tilstedeværelse er ikke nødvendig	503
8. Kjærlighet er en hengiven holdning av tjeneste	503
9. Objektivitet mot resultater	504
Hvordan bli fri, i et dualistisk forhold	504
Behov tiltrekker	505

Avsluttete Forhold	506
Råd for å søke etter et bra forhold	506
Ikke-dualistisk kjærlighet og menneskelig kjærlighet	507
SEX OG FORHOLD	508
Å se bakenfor hvorfor en røyker cannabis sativa for eksempel og fråtser i porno	508
Sex-og-Forhold Vasana (Programmeringer, tendenser, vaner)	509
Det Lange Svaret på Sexlivet	511
Kulturelle og religiøse vaner	511
Krigen mellom kjønnene	512
Yogaens ståsted	512
Er seksuell sublimasjon en kvalifikasjon for moksa?	513
Opprinnelsen av begjæret	513
Gi avkall på	513
Karma Yoga	514
Utroskap og Flere Sex Partnere	514
Tantra	514
Det Sunne Synet på Sex	515
Noen Spørsmål og Svar rundt emnet Kjærlighet og Forhold	515
ALT ER EN DRØM	516
Overlapping	517
David Lynch, Drømmer og Kreativitet	517
Er livet virkelig en drøm?	518
Drømmer – Fantasier – Det Totale Sinnet - Individet	518
Avsluttende kommentarer	519

KILDER: 521

Nettsider:	521
Kontaktinfo:	522

Sanskrit ordliste: (Tattva Bodhah) 523

INTRODUKSJON

«Frigjøring er å fjerne oppfatningen at du er noe annet enn selvet».

Jeg har drevet en blogg, som heter Merlinscorner. Den ble nedlagt 9. april 2019 og om-dannet til noe nytt. Ny hjemmeside ble publisert og den heter Bevissthetsvitenskap. Det er en hjemmeside hvor jeg vier den til Vedanta, Bevissthetsvitenskap (Selvkunnskap) og de mer gåtefulle implikasjoner av kvantefysikken. Det vil være blogg, podcast, video, veiledning og andre ting som vil være ingredienser der. Denne boka og andre bøker vil også komme etter hvert. Jeg viser min store kjærlighet til vedisk kunnskap og livsvis-dom.

Jeg har hatt Merlinscorner bloggen siden 12. Mars 2013. Det er ca. 6 år og jeg evig takk-nemlig for den reisen der med spennende blogger. Nå åpner det seg nye muligheter og et større potensiale i en hjemmeside.

Min første blogg i Merlinscorner var Nytenkning i Vitenskapen hvor Rupert Sheldrake påpekte endel spennende punkter. Min holdning nå er at verken vanlig vitenskap og kvantefysikk trenger å endres, fordi de er perfekte som de er. Mens Vedanta eller Be-vissthetsvitenskap er perfekt som den er og dens tidløse metodikk og undervisninger er mer passende for å granske virkelighetens natur, som har med hvem vi er, virkeligheten og bevissthet enn vanlig vitenskap og kvantefysikk for øyeblikket. Det er ingen blind tro: I denne boken gir jeg deg noenlunde metodikken og undervisningen slik at du kan granske og undersøke selv om det er noe i det vedaene snakker om at alt er bevissthet. Det er vår identitet og hvem vi er. Autoriteten til hva sannheten er om hvem vi er, er ikke opp til meg eller deg, men det gjennomsyrrer Vedantas skrifter og kilder. Det tar lang tid å fordøye, kontemplere og assimilere selvkunnskapen. Det krever et tålmodig, systema-tisk, modent og klart sinn, som har sansen for å jobbe metodisk og møysommelig over lang tid.

I uhøytidelighetens navn så ser jeg på meg selv som en selvgransker, bevissthetsviter og vedantaveileder. Og ser frem til mer kreative, uhøytidelige og morsomme sprell på hjem-mesiden Bevissthetsvitenskap. Det er blodig alvor, men en skal ikke ta livet altfor seriøst. Ta det med ro. Livet skal også nytes og vår natur er også lykkosalighet ved siden av gren-seløs bevissthet, eksistens og kjærlighet. Det er provoserende, fordi sannhet provoserer om hvem vi er, virkelighet er og det er ingen blind tro. Selvkunnskapen vil utfordre alt det du har kjennskap til og erfarer. En må undersøke og granske selv utifra metodikken, som blir presentert i denne boka.

Vedanta betyr kunnskapen som slutter søken for kunnskap. Vedanta er om den sanne virkelighetsnaturen og dens grunnleggende prinsipper er at bare kunnskap, ikke erfaring, kan frigjøre deg av dine feilaktige tro på hvem du tror du er.

Vedanta presenterer metodikk og undervisninger, som gjør at vi selv kan undersøke de ugranskede erfaringer av virkeligheten. Det er også en av mine hovedintensjoner med boka, som er en døråpner til Vedanta: En slags introduksjon til Vedanta og det blir vist i kapittel 3 til det fulle. Kapittel 2 og 3 er viet til Vedantaundervisningen og metodikken, mens kapittel 4,6 og 7 er tilleggskapitler for å granske ekstra på ulike emner dypere. Kapittel 5 viser paralleller til Vedanta og Kvantefysikkens gåtefulle implikasjoner.

Vedanta er hovedsakelig en muntlig tradisjon i flere tusener av år hvor en student lytter først til det en veileder eller lærer sier. Å få best utbytte av boken, anbefales det at du lytter først til flere korte Mp3lydfiler og videosnutter på hjemmesiden bevissthetsvitenskap.com under emner presentert i Vedanta hvor emner som kvalifikasjoner, karma yoga og selvdisiplin er nevnt. På Individuell veiledningsiden ligger hele kapittel, som er delt opp i 12 deler pluss en introduksjon og 3 selvgranskingssadier før en leser boka.. Det er en veldig systematisk og grundig steg-for-steg undervisning, som ditt sinn eksponeres for og som vil fjerne ignoranse over flere år.

Jeg tilbyr oppfølging og veiledning av denne undervisningen uten ekstra kostnad,fordi jeg er selvforsynt økonomisk. Det kan skje via telefon,email,skype eller personlig oppmøte.

Jeg er ingen ekspert på kvantefysikk eller er en vanlig tradisjonell advaita vedanta lærer. Jeg følger ikke-tradisjonell format og viser essensen av hva Vedanta egentlig er. Swami Dayananda, Swami Paramarthananda og Neema Mejmudar er noen lærere jeg vil anbefale å se nærmere på om en vil granske mer i dybden hva tradisjonell Advaita Vedanta har å by på. Bevissthetsvitenskap er på en måte en slags døråpner for noe mer å granske om virkelighetens natur.

Å granske betyr å følge steg for steg undervisningen og følge det til punkt og prikke. Det er et møysommelig, grundig og tålmodig arbeid, hvor fruktene vil være frigjøring og perfekt eller varig tilfredsstillelse. Hvor lang tid det tar avhenger av din natur, personlighet og evne til å integrere eller assimilere selvkunnskapen. Du har ikke dårlig tid selv om du kanskje er i en pensjonisttilværelse.

Det er selvinnsynende at vi alle eksisterer og er bevisste. Men få kjenner til at vi er selve Bevisstheten og Eksistensen. Sat Chit Ananda betyr Eksistens - Bevissthet - Grenseløs Lykksalighet og Kjærlighet. Alt dette er synonymer og ikke deler. Det er vår natur og vår identitet.

Bevissthetsvitenskapen (eller Selvkunnskap) som Vedanta blir kalt for - Brahma Vidya på sanskrit - er en metodikk til å fjerne ignoranse om vår virkelige natur. Denne boka vil hovedsakelig handle om Advaita Vedanta, men den vil også komme innom min reise i det åndelige som førte meg til Advaita Vedanta og hvorfor jeg kaller boka for bevissthetsvitenskap.

Jeg håper jeg inspirer deg på din naturlige vei og ser frem til å uttrykke videre det som er naturlig for meg å gjøre. Bevissthetsvitenskap er min måte å presentere Vedantametodikk og undervisninger på. Det er et ikke-tradisjonelt format som utfolder Tradisjonell Advaita Vedantaundervisningene på. Og du vil legge merke til at det vil være noe repetisjoner på emner og sånt, som blir nevnt i hvert kapittel og ulike emner, som blir presentert. Det er ulike kontekster og synsvinkler jeg viser fra, som er en av flere grunner til det. Å eksponere sinnet sitt til vår virkelighetsnatur er frigjørende og ganske behagelig når man har tiltro til det som blir presentert. Ignoransen sitter hardt og dypt i oss og repetisjoner er en av virkemidlene til å få sinnet til å tenke mer utifra ikke-dualitetsvisjonen eller bevissthetens ståsted.

Vedanta har ingen problemer med vitenskap eller kvantefysikk. Som den er anvendt i dag, fokuserer kvantefysikk mest på den praktiske bruken av teorien og ikke på dens gåtefulle (mystiske) implikasjoner.

Jeg viser også kvantefysikkens gåtefulle implikasjoner siden det var også det som inspirerte meg blant annet til å følge Tradisjonell Advaita Vedanta. Jeg har hatt kjennskap til dette i flere år gjennom kvantefysikere som David Bohm og F. David Peat at grunnleggerne (oppdagerne) av kvantefysikken Heisenberg, Schrödinger, Bohr var opptatt av å studere Vedaene og Vedanta. Jeg forstår mer i dag hvorfor de gjorde det og takker for deres inspirasjon til å gå mer grundig til verks i forbindelse med Tradisjonell Advaita Vedanta:

”Kvantefysikk er enig med hva Vedaene har sagt hele tiden om at det er egentlig ingen virkelig skapelse, det er bare en tilsynelatende eller en «virtuell» skapelse. Husk, virkelig som å være definert som det som er alltid tilstedeværende og aldri endrer seg. Det eneste som er kontinuerlig er bevissthet.”

Denne boka er en gave til alle sannhetssøkere, fordi sannhet setter en fri og viser oss hvem vi er. Er du klar for å ha kjennskap til hvem du er, har alltid vært og vil alltid være? Da kan denne boka være det du trenger akkurat nå på din vei og inspirere deg på ulike måter.

Vedanta sier to ting som er essensielt:

- 1) Du er god nok som du er, som den tilsynelatende person du spiller ut i rollespillet «livet». Mennesker har en tendens til å følge idealer av andre mennesker og tror det er deres livsvei. Men hva med å følge det som er deg selv? Det er mer enn godt nok og ignoranse er ikke din feil.
- 2) Å bli fri fra den eksistensielle lidelsen, som handler om at en ikke vet hvem en er. Da trenger du å fjerne ignoranse om din virkelige natur og Vedanta har kunnskapsmiddel til å gjøre dette. Denne frigjøringen kalles på sanskrit for Moksa.

VEDANTAS HISTORIE

Hvor kommer Vedaskriftene ifra?

Skriftene (sastra på sanskrit) kommer ikke fra menneske eller en person. Skriftene snakker om levemåte, som er ment for universell harmoni, fordi skriftene er ikke et produkt av menneskeintellekt. Vitenskap blir kalt for pauruseyam sastram, det vil si fra menneskeintellekt. Skriftene blir kalt for apauruseyam på sanskrit. De er ikke oppfinnelser av menneskeintellekt. De er åpenbaringer gjennom rishier, seere og vismenn.

Vedaene blir sett på som en gave fra Det Totale Sinnet/ Makrokosmisk Sinn (Isvara på Sanskrit). Rishiene tjente som et medium for å motta Vedaene. Hver rishi er som et tv-apparat, som er mottakelsessenter av informasjon fra overføringssenter, som vi ikke ser. Overføringen er ikke fra et sted på jorden eller hvor som helst. Overføringen er direkte fra Det Totale Sinnet, Upersonlig Skaper, Skapelse som tilrettelegger alle ting vi ser her på Jorden og i Universet. Det Totale Sinnet ser, hører og har all kunnskap om alt på Jorden og i Universet. På samme måte som kunnskap om kvantefysikk, gravitasjon og relativitetsteorien for eksempel ikke kommer fra et menneskeintellekt, men til mennesker via ulike åpenbaringer eller oppdagelser. Direkte fra Kilden eller Det Totale Sinnet, som har all kunnskap. Kunnskapen på sanskrit om hvor vedaene kom fra er som følgende i Bhagavad Gita:

Og derfor sa Krishna, brahmaksarasamudbhavam. Veda er ikke en oppfinnelse av menneskeintellektet, veda har kommet ut av aksaram, som betyr bhagavan (Det Totale Sinnet). Brahma betyr veda. Vedaene kom fra Gud/ Det Totale Sinnet.

Rishi Lydbølger Hymner Mantra

Vedaene var tilgjengelig i form av et middel av lyd og bølger. Rishiene var de kvalifiserte menneskene til å motta dem. Rishiene hadde et kvalifisert sinn, som var modent, klart, intelligent og rent nok til å ta imot disse lydbølgene. De gav dem til hele menneskeheten og ikke bare til India selv om de ble presentert som hymner og mantra, som er på sanskrit. Rishiene ble kalt for seere av disse mantraene eller hymnene.

Det var Rishiene (seere som hadde kultivert rolig, harmonisk, modent og intelligent sinn i endel år for flere årtusener tilbake via meditasjon, kontemplasjoner osv.), som fikk ned ulike hymner og kunnskap gjennom lyd, i første omgang som nevnt. Vedanta blir kalt for shruti (hørt - muntlig tradisjon). Einstein (relativitetsteorien) kom ned som en slags åpenbaring og det samme skjedde med vedaene, som har kunnskap om alt som har med mennesker, skapelse og kosmos å gjøre. Rishiene hørte kunnskapen utenfra - det kom ikke fra dem. Men fra Selvet/Bevisstheten - skapelsen - Upersonlig Skaper. Det Rishiene hørte gikk via rom/eter (akasha) til hørselen deres og de hadde det som skulle til for å

hente ned denne kunnskapen om hvem vi er, virkelighetens natur, skapelse osv. (mikro og makrokosmos). Sanskrit er et språk som mange blir berørt av gjennom mantraer og ulike tekster. Det rører noe i oss mennesker.

Rishiene var tydelig på at det ikke kom fra dem og deres intellekt. Men fra Skapelsekraften som tilrettelegger alt i verden og universet, Det Totale Sinnet og at derfor er det sjelden noen rishier har blitt nevnt med navn.

Subjektive erfaringer har ikke status som kunnskapsmiddel. Det er viktig å forstå at de Vediske Rishiene eller seere/ vismenn er ikke presentert som mystiske erfarere som rapporterte deres personlige erfaringer. De er seere av mantraer, og ikke enkle erfarere. De hadde ingen erfaringsritualer. De hadde en visjon, en åpenbaring eller vi kan kalle det for en oppdagelse. Når de sier at det er vurdert som et kunnskapsmiddel, er hele tilnærmingen til det de erfarte noe annet. Vedantaskriftene er sett på som et kunnskapsmiddel og de kommer hovedsakelig fra Upanishadene, slutten av alle Vedaene.

Når Vedaene kom er det ulik oppfatning og mening om. Det kan være snakk om over 10 000 år siden. Det foregikk undervisning fra lærer og elev muntlig i endel tusener av år i India. Det var ikke før Shankaracharya skrev ned ca. 800 år etter Kristus at Upanishadene og andre skrifter ble «skrevet» ned slik at det kom til nytte for ulike lærere i ettertid helt til i dag.

Fra Wikipedia:

«I vedaene er terminologien rishi på sanskrit, betegnet som en inspirert poet av Vediske hymner (type sanger). Før-Vedisk tradisjon av Hinduisme så på Rishiene (eller Ruesi i Laos og Thailand) som seere eller vismenn, som etter intens meditasjon (tapas) realiserte sannheter og evig kunnskap, som de utarbeidet inn i hymner.»

Rishiene var spesielle

Vedanta hevder at en lærer er nødvendig for å lede en effektiv selvgransking. Spørsmålet om hvordan rishiene kunne ha oppnådd kunnskapen i mangel av en lærer. For det første bør vi være klar på at systematisk utfolding av skriftene og arbeidet av prakriyas eller spesifikke analysemetoder, er midler til å oppnå frigjøring (moksa). Faktum er at det er kanskje mer realiserte vesener, som har oppnådd selvkunnskap utenfor undervisningstradisjonen av sampradaya enn inni den. Det finnes ingen spirituelle tradisjoner som utfolder sannheten på en slik systematisk måte som Vedanta.

Vi kan ikke bevise dette, men det er fornuftig å anta at mange mennesker har oppdaget deres sanne natur inni konteksten av utallige spirituelle tradisjoner. I denne forbindelse, var rishiene ikke noe mer spesielle enn de realiserte vesenene forbundet med andre tradisjoner. Selvfølgelig hva som gjør undervisningene til rishiene så unike er den systematiske erfaringsanalysen de formulerte, slik at andre kan oppnå samme innsikt og kunnskap. I denne forbindelse er rishiene spesielle.

Fortsatt gjenstår spørsmålet: Hvordan oppnådde rishiene selvkunnskap?

Kanskje det beste svaret til dette spørsmålet er åpenbart gjennom en overveielse av den moderne vitenskapsoppgadelsen. Grunnleggende sett har moderne vitenskap oppdaget Isvara (Skaper/ Skapelse/ Det Totale Sinnet). Moderne vitenskap har oppdaget lovene som regjerer manifesteringens-operasjoner, som Vedantatilhengere vet er en tilsynelatende virkelighet. Vitenskapsmenn skaper selvfølgelig ikke disse lovene, de har rett og slett avslørt disse gjennom analyser. Det er sant at en del av forutsetningene til å lære går inn i å muliggjøre vitenskapsmennene til å gjøre disse oppdagelsene, men det umiddelbare poenget er at kunnskap, selvkunnskap inkludert, ikke er skapt, men avslørt. Og fordi kunnskapen, eller virkelighet (som er relativ eller tilsynelatende, inni konteksten av manifestasjonen, men absolutt med hensyn til selvet) eksisterer allerede, den er åpen for å oppdages av noen.

Derfor, hvis noen er kvalifisert, kan en få tilgang til kunnskapen, selv uten hjelp av en lærer. Slike hendelser er få og de som gjør det oppnår selvkunnskap gjennom en åpenbaring og assimilerer på stedet. Ramana Maharshi er en slik person. Hva som gjorde rishiene unike i denne forbindelse var at de etterlot oss med forskjellige analysemetoder, hvor vi kunne oppnå samme kunnskap gjennom veiledet gransking som de hadde oppnådd gjennom deres selvstendige analyser og kanskje også via spontane åpenbaringer. Derfor konkluderer vi med at rishiene var spesielle. De var kvalifiserte søkere, som var i stand til å oppnå kunnskap uten en mellommann.

Og det virker å være usannsynlig inni konteksten av verden i dag, og vi vet at de samlet sammen sannheten, fordi deres undervisninger er upåklagelig logiske. De ledet den kvalifiserte studenten til utvilsomt forståelse av den grenseløse bevisste naturen av eksistensen og har stått imot tidstesten fordi utallige jnanis eller de som har oppnådd selvkunnskapen som er ensbetydende til moksa (frihet/ frigjøring) har bevitnet faktumet når de har assimilert fullstendig, som setter en fri fra lidelse.

Eksempler på to vedanta kunnskapsmantraer som er av stor betydning for Vedanta i dag:

Det er vanlig at disse mantraene blir påkalt fra en vedantalærer i dag:

Om brahmanandan param sukkadam kevalam jnana murtim dvandatitam gangana sad drisham tatvamasyaadhi lakshyam.

Ekam nityam vimalam achalam sarvadhi sakshi bhootam.

Bhavatam triguna rahitam sad gurum tam namami

OM (selvet) er grenseløs bliss (lykksalighet) og evig nytelse. Det er bortenfor gunaene, tilstedeværelsen som også er kjent gjennom den Vedantiske erklæringen, Du er Det.

Det er det ene, evige, rene, uforanderlige vitne av alt.

Det er bortenfor erfaring og de tre gunaene.

Jeg bøyer til det selv, det ene, som fjerner ignoranse.

En Vedantalærer påkaller på sanskrit denne teksten før undervisningen begynner og hva det betyr ser du nedenfor. Kort oppsummert så er det en hyllest til tradisjonen hvor ingen eier kunnskapen og det går tilbake til ren bevissthet/eksistens eller selvet.

sadāśiva samārambhām sankarāchārya madhyamām asmad āchārya paryantām vande guru paramparām

Sadashiva samararambham
Fra den første guru, ren eksistens/ bevissthet
Shankaracharya madhyamaam
til Shankaracharya i midten
Asmad Acharya paryantaam
Og tilslutt min lærer
Vande guru paramparam
Jeg står foran guru-disippel tradisjonen

Isvaro guratmeti
Isvara/ Det Totale Sinnet/ Skaperen, min guru,
Murthi bedha vibaghine
er bakenfor form og dualitet
Vyomavad vyapta deha
bakenfor rom og kroppen
Dakshinamurthiyaa namaha
Jeg bøyer til Isvara/ Det Totale Sinnet i form av Dakshinamurthi, som bringer selvkunnskapen

Sarva Vedanta siddhanta
importen av alle Vedanta tekster
Gocharam tamagocharam
er bakenfor det kjente og ukjente
Govindam paramanandam
det er grenseløs lykksalighet og ufødt lys
Satguru pranatoshmahaam
Jeg tilber virkeligheten som min Guru

Guru er assosiert med kunnskap. Betydningen av ordet guru er, den som er giveren av kunnskapens lys og den som fjerner mørke av ignoranse. For de som studerer skriftene så er det å påkalle hele Guru Parampara som er ansvarlig for både forfatterskap av skriftene og så vel som bevaring og utbredelse av skriftene.

Verset «Guru Parampara» handler om flere årtusener ubrutt muntlig undervisning mellom lærer og elev i Vedanta - Sampradaya tradisjonen.

Adi Shankaracharya var en av de første som begynte å skrive ned oversettelser og kommentarer av ulike tekster fra Upanishad, Bhagavad Gita og så videre. I moderne tid er Chinmayananda og Dayananda de mest kjente. Deres undervisning fortsetter i ulike skoler verden over: Chinmaya Mission og Arsha Vidya Gurukulam blant annet.

En av elevene til Swami Paramarthananda beskriver Sampradaya på en fin måte: Vedanta Sampradaya: Ordet sampradaya er formet fra røttene, da, til å gi med forståelsene sam og pra. Sam står for samyak, som betyr fullstendig og grundig. Pra står for prakarnena, som betyr ytterst bra. Selv om Vedanta Sampradaya betyr undervisningstradisjon hvor kunnskapen av Advaita Vedanta er overført fullstendig og korrekt.

Undervisningstradisjonen blir en avgjørende faktor av overføringen av kunnskapen. Ordene som er tilgjengelig i språket passer bare for å åpenbare verdens objekter og ikke subjektet. Kunnskapen om vi er hel, uten å tvile, er motbevist av vår hverdagslige erfaring av å være et begrenset individ i en enorm verden. Valideringen av denne kunnskapen stilles også spørsmål ved av forskjellige filosofisystemer. Det er sampradaya, som tar vare på disse problemene og kommuniserer kunnskapen fullstendig og korrekt i en fullt ut assimilert form. Dette holder kunnskapen i live uten former for tap eller avvik til tross for tidens gang.

Vibrasjoner OM Lyd - Vedanta - Selvkunnskap - Avslørt Kunnskap

Hum er referert i sanskrit som nada brahman. Skapelse er vibrasjoner. Alle objekter er i kontinuerlig flux, endrer og beveger seg, underlagt spesifikke kontinuerlige fysiske lover, som betyr Isvara/ Det Totale Sinnet. Alt som beveger seg skaper en lyd. I Bibelen sies det: «I begynnelsen var Ordet og Ordet var Gud.» Ordet var lyd. I Hindu-kulturen, er ordet OM representert som lyden av atman, selvet. Mange urbefolkningskulturer tror at jorden og dens skapninger har blitt sunget inn i eksistensen. Lyd er vesentlig til livet, som med stillhet.

Vitenskapen har kommet frem til at jorden vibrerer ved en resonans av 7.83 Hz, bedre kjent som Schumannresonans. Schumannresonansen (SR) er et spektrum sett i ekstremt lav-frekvens (ELF) delen av Jordas elektromagnetiske feltspektrum. Schumann-resonans er en global elektromagnetisk resonans, generert og oppglødd av lyn utladet i hulrom formet av Jordas overflate og ionosfære. Du kan søke det opp (Google) og finne ut om alle slags teorier om den.

Alle planeters legemer vibrerer eller hum. Den har blitt kalt for sfærenes musikk, eller *musica universalis* (bokstavelig talt, universell musikk), også kalt for sfærens harmoni. Det er et urgammelt filosofisk konsept, som gjelder deler i bevegelser av himmelske legemer: solen, månen og planeter, som en form for musikk. Denne musikken er ikke vanligvis tenkt å bli bokstavelig hørbar (selv om sensitive sinn kan høre det klart, noen ganger kan den holde noen våken om natten), men en harmonisk, matematisk eller religiøst konsept. Videre vitenskapelige utforskning har avgjort en spesifikk del i noen omløpsbanebevegelser, beskrevet som en omløpsbane resonans.

Ikke gjør den feilen å tro at ved at du er i stand til å høre lyden er spesiell eller vesentlig. Det er ikke det at Det Totale Sinnets skapelse ikke er vakkert, intelligent og mystisk, men ikke glem at alt er i *mithya*. Frihet er egenskapen å diskriminere deg, bevissthet, fra objektene i denne virkelighetsordenen(*mithya*) som dukker opp i deg hele tiden og jordresonansen eller musikk er et objekt kjent til deg som alt annet.

Vedanta er blitt kalt for *apauruseya jnanam*, som betyr ikke filosofi, eller erfaring av en person som en profet eller en mystiker, som med Buddha, Jesus eller Abraham. Det er heller ingen trossystem eller religion. Vedanta går foran alle kjente religiøse eller filosofiske veier, fordi det er en veiløs vei som ligger til grunn til alle andre veier. Det er en uavhengig undervisning, eller *sruti*, som betyr hva som er hørt. Det er også kalt for selvkunnskap.

Selvkunnskap, ulikt objektkunnskap står for seg selv og er alltid sann fordi den er sann til seg selv, som betyr at den kan ikke bli avvist av noen annen kunnskap. Selvkunnskap er forskjellig fra kunnskap av objekter, som er objektbasert, ikke subjektbasert. Kunnskap av objekter er ikke kunnskap med mindre den er sann til objektet. Hvis jeg ser etter en hund og mine øyne og sinn er funksjonell, vil jeg ikke se en katt. Hvis det er min kunnskap, da er det min tolkning av et objekt (*pratibhasika*), som ikke nødvendigvis er kunnskap. Ignoranse (eller mitt syn) forårsaker meg til å se eller erfare objekter på en spesiell måte på grunn av mine betingelser (programmeringer). Mennesker tror at ignoranse er kunnskap, fordi de tror på hva de erfarer er kunnskap. Det kan være kunnskap eller ikke. Selvkunnskap er verken bekreftet eller avvist av noen sine meninger eller erfaringer.

Vedanta er åpenbart til menneskesinnet, ikke tenkt ut fra et menneske eller resultatet av noen handling og derfor kan du stole på det. Hva betyr det at vi mener at det er avslørt eller åpenbart? Hevder ikke alle religioner dette? Hva Vedanta mener med åpenbart er enkelt. Et godt eksempel av åpenbart kunnskap er Einsteins oppdagelse av relativitetsloven og Newton av gravitasjonen eller Thomas Edisons oppdagelser for bruken av elektrisitet. Å oppdage midler til å avdekke noe som var der, men som var tidligere ukjent. Relativitet, gravitasjon og elektrisitet beskriver hvordan verden virker ifølge fysiske lover, og ikke ifølge Einstein, Newton eller Edison. Gravitasjon, relativitet og elektrisitet bryr seg ikke om du tror på dem. De opererer på samme måte om du forstår hva de er eller ikke.

Men omsider, etter å ha realisert personens vanskeligheter, har Det Totale Sinnet vært så vennlig å bestemme personens oppgraderingsprogram ved å avsløre skriftene på dharma og karma til noen få av dens pionerer, som var kontemplative personer, rishier (seere/ vismenn). Deretter var også skriftene av selvkunnskap utviklet og organisert som et middel til å fri modne individer for alltid fra byrden av selvignoranse og dens virkninger: psykologisk lidelse (ekstensiell kollektiv lidelse).

Vedanta som et åpenbart kunnskapsmiddel av Swami Dayananda

Utdrag fra Bhagavad Gita home study course volume 1 s. 34 og 35. (og litt på side 36)

Rishiene var ikke forfatterene av vedaene. Vedanta er et kunnskapsmiddel iform av ord. Kunnskap om deg. Den snakker om deg. Ordet åpenbaring er forstått som av et passende kunnskapsmiddel. Første steget mot selvkunnskap og akseptere at Vedanta er et åpenbart kunnskapsmiddel. Sannhet om hvem du er.

Hvordan vet vi at Vedanta er et Kunnskapsmiddel? Hva er beviset? Finnes det bevis for et kunnskapsmiddel? Hvis Vedanta er et kunnskapsmiddel for selvet, krever det verken konklusjon ei heller bevis via persepsjonen. Alt som kreves er at det ikke bør motsette seg hva du vet sansningsmessig eller slutningsmessig.

Vedanta kan ikke bli motbevist som et kunnskapsmiddel og det kreves ingen bevis annet enn selv-validering. La oss anta at en mann som er tretti-fem og var født blind går igjen- nom en ny kirurgisk prosedyre som vil føre til at han ser. Denne operasjonen er vurdert som en suksess. Det er ingen komplikasjoner og legene er overbevist om at mannen vil se igjen. Etter å ha fjernet bandasjene, sier doktoren: «Vær så snill å åpne øynene dine.» Men med øynene fast lukket sier mannen: «Doktor, jeg vil åpne mine øyne når du beviser at jeg kan se.»

Hva kan doktoren gjøre nå? Han blir spurt om å bevise at mannen sine øyne er et kunnskapsmiddel, slik at de er kapabel til å se. Men hvordan kan han gjøre det? Han kan bare si at jeg tror du vil være i stand til å se. Operasjonen gikk veldig bra og det er ingen grunn til at dine øyne ikke skulle se. Selv om doktoren tvinger mannens øyne til å åpne, vil det eneste beviset han vil være i stand til å se er registrert av øynene selv.

Vedanta sier at du er løsningen til ditt problem og at det er ingen annen løsning. Du har allerede prøvd å løse problemet utallig mange ganger. Vedanta lover ingenting. Den sier ikke at du vil bli løsningen, den sier at du er løsningen. Til å bli løsningen har en underforstått betydning om forpliktelse og investering. Du kan finne ut eller ikke, siden hver tilblivelse bringer med seg usikkerhet.

I Den Vediske Visjonen av virkelighet, er alt som er kjent eller ukjent Brahman (Selv/ Bevissthet/ Eksistens) og du er tat tvam asi du er det, selv/ bevissthet. Å oppnå denne visjonen, vil du innse at du er fri fra begrensninger påtvunget deg på grunn av ignoranse og feil.

Hvordan kan en vedisk tekst i Mithya avsløre virkeligheten av Satyam?

En student tar opp tvil om Vedaenes autoritet: For eksempel, hvordan er Vediske tekster overlegen til andre hellige tekster? Hvorfor skal jeg tro på at Vedanta har det ultimate svaret? Er det ikke et annet synspunkt?

Til en mer sofistisert innvending, som er tatt opp:

Studenten: Dine hellige tekster og bøker er objekter, avhengig av en essens for å eksistere. Og dere kaller dem for åpenbaringer, og bruker dem som et gyldig kunnskapsmiddel til å støtte dine argumenter. Objekter som de er og tilhører den relative verdenen, hvordan kan de snakke om Sannheten (Det Absolutte)?»

Vedantalærer: Ja, bøkene er avhengig av en essens for deres eksistens, men vi lever i en verden hvor alt er avhengig av en essens, mithya-verdenen. Vår sinn og kropp inkludert tilhører denne virkelighetsordenen, som vi kaller for mithya. Hver virkelighetsorden jobber inni seg selv. Hva som virker i en virker ikke i et annet. For eksempel hvis du er sulten i din drøm, da er det bare drømmemat som vil leves igjennom. Mat fra vår våkne verden kan ikke og har ingen rolle i en drømmeverden. Det er det samme for bøkene.

I en transaksjonsverden, en relativ verden, en avhengig eksistens, kan relativ kunnskap alene fjerne relativ ignoranse. Upanishadene og Vediske tekster tilhører også denne relative virkelighetsordenen. De hjelper oss å fjerne ignoransen, som tilhører den samme relative eksistensen. Ordene blir skrelt bort fra oss, lag for lag av ikke-kjennskap, helt til vi kan se klart Selvets sannhet og verdenen. Til tross for deres avhengighetsstatus, kan vediske bøker hjelpe oss til å forstå det Absolutte.

Studenten: Hvordan kan jeg med sikkerhet vite at ordene snakker sannheten? Jeg kan ikke blindt tro uten positiv bevis.

Vedantalærer: Hvis vil lytter vil hva ordene avslører med et våkent sinn, med fullstendig objektivitet, å tillate at ordene snakker for seg selv, de samme tekstene vil velsigne oss med sannhetens visjon. (ikke-dualitetsvisjon).

Vi vil se at det virker hver gang ved å løse oss umiddelbart fra alle begrensninger og frykter. Hvis for eksempel en øyelege, etter en lang operasjon sier, Du kan se om du åpner dine øyne. Og pasienten, som er mistenkelig svarer dette: Lov meg at jeg kan se, bare da vil jeg åpne mine øyne.

Han gir ikke kirurgen en sjanse. Han har verken tillit eller tro. Uten positiv bevis kan han ikke tro kirurgens ord. Når bøkene snakker om det Absolutte (at vi er bevissthet/selv), kan de virke hvis vi entrer dem uten fordommer, og er klar over vår begrenset mentale kapasitet, villig til å lytte til ordene og åpne oss til visjonen de formidler og tar dem til å være et gyldig kunnskapsmiddel.

I påvente av egen gransking, ser vi at skriftene avslører sannhet, ikke direkte, men ved implikasjon, selvets sannhet og alt annet er En grenseløs Eksistens Bevissthet (satchitananda).

Student: Hvis du vurderer de hellige bøkene, som åpenbarte tekster, hva med våres tanker? Alt i alt, ifølge din mening, opplyser Bevissthet sinnet. Sinnet gir fødsel til tanke. Derav hver tanke er opplyst av Den Ene Bevissthet. Det er en åpenbaring. Hvis det er sant, hvordan vil du forklare volden og grusomheten, som vi ser i verdenen hvor mennesker påtvinger på hverandre?

Vedantalærer: En åpenbaring er en ide, en tanke avslørt av noe ukjent, noe nyttig og utilgjengelig for uavhengig kjennskap. Hvis vi skal bruke dem som et kunnskapsmiddel, må de også være i samsvar til definisjonen av et gyldig kunnskapsmiddel. De må ikke bli motsagt eller opphevet av noen kunnskapsmidler. De må være fullstendig objektiv, uten egoets innflytelse som kan farge dem med subjektivitet.

Hver tanke kan derfor ikke være en åpenbaring. Selv om vi kan definitivt si at hver tanke er åpenbart, siden det er Bevissthet, som bringer hver og en av dem i lyset. Med tanke på vold og skade, reflekterer de den psykologiske ordenen hvor personens sinn kommer under. Vold avslører en indre uro, som farger diskriminasjonssansen og tilstrør dem hat og sinne.

Ondskap stammer også fra tidligere negative tendenser fremmet her og nå. En turbulent barndom og andre ubehagelige livssituasjoner kan også bidra til dette. Et eksempel er en person som har blitt lurt og dermed lar det gå utover hele menneskeheten.

Igen, hver handling har en reaksjon. Hat og vold vil slite på gjerningsmannens sinn og ånd. Hva kan være en verre straff å lamme ens egen følsomhet? Med ingen håp for lindring eller til og med et ønske for det, er man plaget inni seg selv og kan ikke komme ut av det. Vold bringer med seg ens egne lidelser gjennom indre og ytre midler. Årsak- og virkningslover kan aldri bli benektet.

Mens derimot handlinger som er i harmoni med ordenen vi ser overalt omkring, er det fred og ro. Det produseres en sans av velvære av både kropp og ånd. Slike handlinger gjør vårt sinn positivt følsomt til nye virkeligheter. En bryr seg om naturlig for andres velvære og er sensitiv til andres følelser.

VEDANTASKRIFTENS HISTORIE

Vedanta blir kalt for brahma vidya, som betyr bevissthetsvitenskap eller selvkunnskap. Det er en objektiv og vitenskapelig analyse av ens sanne virkelighetsnatur og din erfaring, basert på fakta. Som med annen vitenskap, er den ikke personlig og den har en metodikk, hvor en følger den med stor dedikasjon og engasjement, vil levere utvilsomt kunnskap som er moksa (frigjøring), hvis studenten er kvalifisert. Vedanta er enkelt og greit sannheten om deg. Ikke din sannhet eller min sannhet eller en annen sin sannhet,

men «Sannheten». Vi har sett på hvor den kommer fra og hvem som tok kunnskapen ned muntlig. Hva med det som er skrevet ned i dag og hvor kan vi finne den kunnskapen? Det vil bli utfoldet i dette emnet om Vedantaskriftens historie.

Ulikt alle andre store ideer, som har hatt stor innflytelse på sivilisasjonen og inspirert religioner, som med Buddhisme, Jødedom, Islam og Kristendom, så vel som filosofier som Konfutsianisme, Platonisme, Socratisme, som alle er tilskrevet til en på det tidspunktet levende person, som har blitt forgudet og hedret, kjennetegner Vedaene at det ikke har blitt tilskrevet til noen Gud eller levende person. Den eneste guddom framsatt av Vedaene er det ikke-dualistiske grenseløse Selvet, den sanne essensen av alle vesener.

Mens Hinduisme stammer fra Vedaene og der den dominerende Indiske religionen med utallige symbolske guder og gudinner, er ikke Vedaene, som er hellig, upersonlig og evig skrifter, basert på Hinduisme eller noen andre religioner eller filosofiske ideer.

Vedaene dannet den urgamle tradisjonen kalt for Sanatana Dharma (Den evige vei), som stammet fra hva vi nå kaller India, men som den gang ble kalt for Bharat, som betyr Lysets Land eller menneskene som opprettholder rettferdighet, mellom 6000 til 7000 år siden. Mange forskere har drøftet dette punktet, men de fleste er enig i at Vedaene er i det minste 3500 år gammel, som gjør Vedanta til den eldste skriftlige undervisningen på planeten.

Alle de spirituelle veier, som har blitt nevnt og tenkesystemer, inkludert Vedaene (som ikke er en spirituell vei som sådan), begynte som en muntlig tradisjon og var omsider nedtegnet av forfattere med varierende grader av modifisering og tolkning. Bortsett fra Vedaene, som har forblitt for det meste uten forfatter og fri for tolkning med unntak av mennesker som ikke forstod deres opprinnelse. Vedaenes språk som ble uttalt og da skrevet ned var i Sanskrit, som også er den eldste muntlige språk, som forutgår til og med Sumeriske og Arameisk. Men ulikt alle andre urgamle språk, var det ikke skrevet ned ganske nylig, rundt 500 til 800 år siden.

Vedanta og dens opprinnelse: Bharat – Lysets Land – India

De originale Vediske tekster, Upanishadene, forutgikk både India og Hinduisme. Før India var India ble det asiatiske subkontinentet kalt for Bharat, Lysets Land, som betyr bevissthet. Rishiene var jegere og samlere, som ikke bygget templer hvor du kunne installere personifiserte guddommer. Når jordbrukstidsalderen startet, økte folketallet og med dem kom templer. På den tiden, spilte de naturlige kreftene: luft, ild, vann og jord annen fiolin til personifiserte guddommer. Det er nødvendig å se mennesker som ånd hvis du ønsker deg et harmonisk samfunn. Rishiene var ikke husfolk, og Vedisk kultur ble kalt for Sanatana Dharma, som betyr den evige sannheten, eller den evige veien.

Vedantatradisjonen gjør det veldig tydelig at Selvet ikke er et objekt, som betyr at de ikke kan bli personifisert. Det kan bare bli avslørt gjennom implikasjon og slutning, som be-

tyr fjerning av ignoranse. De fleste mennesker i verden kaster Gud ut, på grunn av Guds forbindelse med religion. Sekulære mennesker har ingen interesse i Gud i det hele tatt. De prøver å få verden til å virke for dem, men Vedanta er ikke religiøs eller spiritielt, selv om den setter pris på verdien av både Gud (Det Totale Sinnet – All kunnskap) og verdenen. Det er en praktisk erfaringsanalyse og en metodikk for å fjerne ignoranse om virkelighetsnaturen.

Vedanta

En formulering av denne form for yoga og erkjennelsesvitenskap finnes i de indiske vedaskriftene. Den vediske perioden antas å være mellom 2000 til 1000 år før vår tidsregning. Vedaene er åpenbart kunnskap fremkommet gjennom meditasjon og indre syn av seere og rishiene. Kunnskapen kom ikke fra et menneske eller en person. Men til en person. Upersonlig kunnskap rett fra Det Totale Sinnet (Makrokosmisk Sinn), med en kompleksitet og dybde utenfor enkeltpersoners mulighet til å kunne konstruere. I den vediske perioden oppstod sanskrit, ayurvedisk medisin, vedisk astrologi og flere kunnskapsdisipliner innen vitenskap, teologi og kosmologi. Lignende åpenbaringer av vediske hymner (skrifter) kan man se i vanlig vitenskap - gravitasjon, relativitetsteori og kvantefysikk blant annet.

Vedisk kunnskap består av fire områder, artha, kama, dharma og moksha. Artha er hvordan skape trygghet, velstand, rikdom og overflod. Kama er om tilfredsstillelse, velvære og nytelse. Det gjelder ikke bare innen elskovskunsten hvorav de mer kjente Kamasutraene har sin opprinnelse, men i alle former for estetikk, fra matlagning til kunst. Dharma er læren om universets lovmessighet, orden og etiske grunnregler. Moksha er hvordan oppnå menneskets ultimate eller valgløse mål, å bli fri. Kunnskapen om dharma og moksha kalles vedanta.

Vedanta har eksistert i en ubrutt tradisjon like siden den vediske perioden. Kunnskapen har passert fra lærer til elev gjennom tusener av år og blitt jevnlig holdt vedlike gjennom skrifter og undervisning. Ingen personer har eierskap over denne kunnskapen. Den er ikke basert på enkelte personers opplevelser og deres eget system, men ulike formuleringer er blitt annektert og godkjent av et større fellesskap. Vedanta er verken filosofi eller religion, men en vitenskap basert på en metode av selvgransking i en logisk kritisk og systematisk undersøkelse av vår egen erfaring.

Vedanta danner grunnlag for yoga, tantra, buddhisme og flere av Østens indre veier. Antakelig har de fleste religioner også røtter i vedaene og med et enda dypere opphav i en felles global kosmologisk forståelse. Moderne historie ignorerer den systematiske eksistensen av tidligere sivilisasjoner før vår tidsregning, på flere områder langt mer avanserte enn vår. Dette på tross av at monumentale byggverk fra slike forhistoriske perioder fortsatt finnes som synlige bevis flere steder på jorden. Istider, flodbølger og naturkatastrofer har fått slike sivilisasjoner til å gå under. Enkelte mennesker har antakelig overlevd og brakt kunnskap videre, men i fragmenterte og usystematiske former. En slik

universell kunnskap har blitt spredd i mange ulike retninger, og den vediske kunnskapen er muligens den mest inntakte og tydeligste.

Det er fire Vedaer: Rig Veda, Yajur Veda, Sama Veda og Atharva Veda.

Hver Veda har to seksjoner eller deler (kanda):

1. Karma kanda Handlingsseksjonen.

2. Jnana kanda Kunnskapsseksjonen.

1. Karma kanda

Den første seksjonen, karma kanda, gjelder å leve i verden, ritualer for spesifikke mål, som begravelse, bryllup, ha barn, jordbruk, tjene penger og så videre. Påkaller gudene til å få det du vil ha, med andre ord sikkerhet, nytelse, dyder. Dualistiske øvelser for personen identifisert med å være en person, handleren som tror den kan oppnå fullstendighet av dens begjær gjennom passende handling, som den kan gjøre til en viss grad. Den første seksjonen av hver Veda er ikke egnet for den siste og mest viktige jakten, frigjøring fra bindinger til objekter (moksa).

2. Jnana kanda

For moksa (frihet), trenger vi en veldig forskjellig undervisning og kvalifikasjoner for Selvgransking. Denne undervisningen er funnet i den andre seksjonen av Vedaene, jnana kanda, Vedanta-undervisningene, som betyr omtrent - kunnskapen som slutter ens jakt etter kunnskap. Vedanta-Undervisningene inneholder Upanishadene, som det er mer enn 200 av, hvorav de første 10 er de viktigste. Noen av Upanishadene er henvist av en forfatter, men forfatterskap har ingen forbindelse med hva de er formidlet, fordi det er den tidløse og upersonlige kunnskapen av Selvet, bevissthet. Forfatterskap er i form av kommentarer (karikas) som utfolder betydningen av tekstene.

De Ti Hovedupanishadene i deres respektive Vedaer:

1. Isa - Yajur Veda
2. Kena - Sama Veda
3. Katha - Yajur Veda
4. Prasna - Atharva Veda
5. Mundaka - Atharva Veda
6. Mandukya - Atharva Veda
7. Taittiriya - Yajur Veda
8. Aitareya - Rig Veda
9. Chandogya - Sama Veda
10. Brhadaranyaka - Yajur Veda

Hva Betyr Ordet Upanishad?

Betydningen av ordet Upanishad er Selvkunnskap. Ordet i seg selv er laget av to forstavelser, Upa og Ni, og et ord, sat eller sad, fra kilden sad. Denne kilden har en tre-dobbel betydning:

- (1) Fjerne, slite ut (visaranam);
- (2) Å gjøre slutt på (avasadanam);
- (3) Å oppnå eller ha kjennskap (gamanam).

Ordet sat er middelet av handlingen ved dens kilde. Forstavelsen ni betyr bestemthet, det som er konstatert. Derfor er kunnskapen kalt for ni. Forstavelsen upa betyr det som er nærmest. Det nærmeste er deg selv, Jeg, Bevissthet/ Selvet. De to forstavelsene sammen, upani betyr den bestemte kunnskapen av en selv. Dette kunnskapsmiddelet er Vedanta, i slutten av hver del av Vedaene, hvor emnet er Upanishad, Selvkunnskap.

Vedanta er en vitenskapelig undervisning som har eksklusivt med den sanne virkelighetsnatur å gjøre og negerer oppfatningen av handleren. Selv om Vedanta stammer fra Vedisk kultur, er den grunnleggende undervisningen universell i det at det fundamentale prinsippet er at virkelighet er ikke-dualitet, i motsetning til en dualitet. Den avslører at det er bare et prinsipp, som opererer hvor i alt har sin opprinnelse, og er laget av, og det er bevissthet, Selvet. Derfor er Vedanta i essens ikke noe spesifikt, som tilhører noen kulturer, raser eller religioner, siden bevissthet ikke tilhører noen. Det er hvem vi er, fordi det er bare en bevissthet.

Bhagavad Gita, delen av Mahabharata (En puranisk eller mytisk tekst tilsynelatende skrevet av Vedavyasa) er også inkludert i Vedantaundervisningen. Bhagavad Gita er virkelig Vedaene i kode, fortalt i billedform, som når den er skikkelig forstått og undervist, utfolder hele Vedanta-metodikken. Den siste teksten, som er inkludert i Vedantas kunnskapsmiddel er Brahma Sutraene, som er en samling av intellektuelle samtaler, som gjelder veldig subtile emner samlet og publisert av Badarayana. De er kompliserte diskusjoner, som ikke er nødvendig for Selvgranskning, men er nyttig for de som vil forstå de finere detaljer av Vedanta læresetningene.

Metodikken eller kunnskapsmiddel Vedanta bruker til å undervise var utviklet av Indisk kultur og er godtatt til Hinduisme. Takket være Sri Adi Shankaracharya har hovedsakelig Vedantaskriftene blitt skrevet ned.

Hva er symbolet på dialogen mellom Arjuna og Krishna i Bhagavad Gita?

Arjuna = jiva (ego, tror og føler at det er separat fra alt annet i verdenen og universet)

Krishna = rent sattvisk intellekt, som er dyktig til diskriminasjon (skille mellom selv og ikke-selv)

Kauravas = Adharma (Umoralskhet. Egoistisk, umoden, barnslig, grådig del av individet)
Pandavas = Dharmakrefter (moral/dyder/å gjøre det som er passende)

Tilleggstekster i Vedantaundervisningen basert på Upanishadene, Bhagavad Gita og Brahma Sutraene

I tillegg til Upanishadene, Brahma Sutraene og Bhagavad Gita, er det også tilleggslitteratur tusener av tekster basert på disse tre kildene i Vedanta.

Sutraene er tekster skrevet i form av treffende, lærerike utsagn, som er ganske kryptisk på grunn av deres kortfattede natur. Disse tekstene presenter de Vediske undervisningene i kodet form og tjener til å klargjøre uklare utsagn og løse de tilsynelatende motsetninger som eksisterer i kildetekstene. Blant de som er mest interessant å merke seg av Sutra litteratur er tekstene som:

Adi Shankaracharya kommentarer og oversettelser:

Tattva Bodhah

Atma Bodha

Drg Drisha Viveka

Aparokshanubhuti

Vivekachudamani

Vedanta Sara av Sadanda Swami og Panchadasi av Vidyaranya Swami.

Smrtis er sekundære skrifter, som også klargjør kildetekstene. Terminologien Smriti betyr, det som er husket og poengterer det faktum at deres innhold var skrevet av mennesker. De er hovedsakelig fokusert på dharma og personlige erfaringer, som reflekterer kunnskapen avslørt av kildetekstene. Den mest kjente Smriti litteraturen er Bhagavad Gita. Også to nylige tilføyelser i denne kategorien i moderne tid er Upadesha Saranam og Sat-Darshanam av Ramana Maharshi er verdt å nevne.

TRADISJONELL ADVAITA VEDANTA - SAMPRADAYA - ADI SHANKARACHARYA

«Ingenting renser mer enn selvkunnskap.» -Bhagavad Gita

ADI SHANKARACHARYA (788-820)

Adi Shankaracharya var en av de første og mest kjente som startet å skrive ned sine kommentarer fra ulike Vedanta tekster i Sampradayatradisjonen. De mest kjente er Tattva Bodhah, Vivekachoodamani og Atma Bodh.

Han er første shankara med en enestående fortolkning av hinduskriftene, spesielt Upanishadene og Vedanta. Han har hatt en dypsindig innflytelse på utviklingen av hinduisme i en tid når kaos, overtro og fordommer var svært utbredt. Shankara var en talsmann

for storheten av Vedaene og var den mest berømte Advaita læreren, som gjenopprettet Vedisk Dharma og Advaita Vedanta til dens opprinnelige renhet og ære.

Ved siden av å pusse opp skriftene, rensket han den Vediske religiøse praksisen av rituelle overflod og innførte den sentrale Vedantaundervisningen, som er Advaita eller ikke-du-alisme. Shankara gjenopprettet forskjellige former av religiøse praksis i akseptable normer, som vist i Vedaene.

Shankaracharya sammenligner skriften (shastram) til en mor. En mor kommanderer barnet i begynnelsen, fordi barnet er ikke moden nok til å forstå betydningen av befalingene. Moren må til og med true barnet. Når noen er på et alvorligere nivå, blir befalingsspråket og trussel brukt når noen har vokst opp tilstrekkelig, og gradvis kan vi fjerne befalingene og truslene og de er byttet ut med undervisning, overbevisning, opplysthet og løfting. Siden vår skriftslitteratur gjør jobben, blir det kalt for Shastram.

RAMANA MAHARSHI (1879-1950)

Ramanas respons er i harmoni med tradisjonell Vedanta. Ramana hadde den største respekten for kunnskapen bevart i Selvgranskingsvitenskapen. I strid med oppfatningen som er vanlig i dag, som har med irrelevans av urgammel og tidløs tradisjonell Advaita Vedanta, var han veldig skarpsindig i forbindelse med skriftene. Han skrev til og med en skrift, Upadesha Saram, som har fått en Upanishadstatus av det tradisjonelle Vedanta-samfunnet, en stor ære.

Denne undervisningen blir kalt for diskriminasjon mellom subjektet, seeren og det som er sett, objektene. Den etablerer forståelsen at hva du ser betyr erfaring inkludert alle mystiske erfaringer, er ikke selvet. Den som ser (vitne) erfaringene, er deg, selvet. Han sier at du vil realisere hvem du er, som betyr å forstå at du er selvet når du har separert seeren, deg fra hva du erfarer.

Den som ser (vitne) erfaringene, er deg, selvet. Han sier at du vil realisere hvem du er, som betyr å forstå at du er selvet når du har separert seeren, deg fra hva du erfarer.

En ting som flere beundrer med Ramana var hans vegring, motsatt av mange moderne lærere, til å fabrikke en fantasifull personlig undervisning om emnet selvrealisering. Hans erklæringer var i harmoni med skriftene på Yoga eller Vedanta. Selv om Ramana døde halvt århundre siden var han en veldig moderne vismann, hvis du anser faktumet at den Vediske spirituelle tradisjonen er tusener av år gammel.

Hvorfor vegret han seg til å gjøre det? Fordi ingen moderne undervisning behøves. Hele opplysthets-opplegget ble utarbeidet for lenge siden. Opplysthet er enkelt og greit forståelse av selvet og dens forhold til erfaring, egoerfareren og formene egoet erfarer. I et nøtteskall er det forståelsen - imens formene er avhengig av selvet og at selvet ikke er avhengig av formene. Denne frihet fra binding til erfaring blir kalt for moksha, frigjøring. Det

er ikke noe du oppnår, det er noe du er. De operative ordene er og blitt fjernet. Hvilken fjerning er det? Tillater ødeleggelsen av ubevisste tendenser, vasanaer til å oppnå selvet? Eller er opplysthet fjerning av oppfatningen av at verden er separat fra selvet?

I Ramanas undervisning vil du finne begge ideer. Ordet verden er egentlig en psykologisk terminologi. Det betyr ikke den fysiske verden. Den fysiske verden, i den grad den egentlig er fysisk, er selvet. Den er upersonlig. Ingen individer skapte den og ingen individer vil fjerne den. Men den verden som Ramana sier må bli fjernet er den psykologiske projeksjonen, som utgjør et individs personlige verden. Disse projeksjonene er basert på troen på at selvet er separat, utilstrekkelig eller ufullstendig. Ramanas undervisning er ikke Ramanas undervisning. Det blir kalt for vichara, gransking og går tilbake flere tusener av år siden.

Meningen med gransking er kunnskap, ikke den fysiske fjerning av sinnet. Hvis han hadde undervist Yoga som et frigjøringsmiddel ville han ikke ha oppmuntret til gransking fordi Yoga er viet til samadhi-erfaring, ikke forståelse at en er selvet.

Problemet er at noen tror at man må ha de samme opplevelsene som Maharshi for å bli opplyst og henger seg opp i opplevelsene, mens det var ikke det som gjorde han opplyst, men mer at han forstod og realiserte at han var selvet. Alle som har lignende opplevelser som han, realiserer eller forstår ikke hvem de egentlig er og har andre oppfatninger av hva de har opplevd.

Hvordan vet du at ditt sinn ikke tenker?

Hvis sinnet er død, hvordan vet du at sinnet er død?

Du er oppmerksom på fraværet av tanker.

Fraværet eller tilstedeværelsen av tanker har ingenting med deg å gjøre.

Du er aldri ikke tilstedeværende

Spektakulære erfaringer i meditasjon er fullt mulig. Det finnes ulike stadier av samadhi og ikke-dualistiske erfaringer forekommer. Særlig personer med nær døden-opplevelser rapporterer om tilstander av grenseløs lykke, kjærlighet, tidløshet og kosmisk enhet. Slike opplevelser kan være til stor inspirasjon og viktig skritt til en dypere forståelse av ikke-dualisme. Det er fortsatt refleksjoner av Selvet og ikke Selvet i seg selv.

Faren er å gjøre erfaringen til et mål istedenfor en mulighet til å lære fra erfaringen. Ramana Maharshi er et eksempel på akkurat dette. Gjennom samadhi allerede i ung alder ble han fri. Det var ikke erfaringen som frigjorde han, men forståelsen som fulgte i kjølvannet. Dette er sjeldent. De fleste kommer til frigjøring gjennom kunnskap og ikke erfaringer. Det er rom for erfaringer, men de må forstås i sin rette sammenheng.

Som nevnt før så kan man la seg inspirere av ulike moderne lærere eller bli inspirert av lærere fra fortiden som ikke fulgte fullt ut Vedanta Sampradayaundervisningen. Men gjennom Vedanta Sampradaya lærere vil man ikke miste noe på veien av det vedaene gir oss av kunnskap og man får også undervisning av kvalifiserte lærere som bruker tradi-

sjonell format eller vestlig format. Problemet med mangler i læren hos såkalte ikke-dualistiske lærere eller lærere som har blitt inspirert av vedaene, er at man lett kan la egne personlige meninger styre hva som skiller mellom kunnskap og ignoranse om oss og virkeligheten i våre undersøkelser.

Og de som følger Vedanta Sampradayatradisjonen lar skriftene - den upersonlige metodikken som et middel til kunnskap - for å fjerne ignoranse - styre og ikke ens meninger og synsing om hva som er riktig eller sant. Å ha tillit til læren er jo en av kvalifikasjonene.

Det er noe man får finne ut og undersøke selv. En lærer kan ikke gi en elev opplysthet eller fjerne ignoranse for en person, men undervise i en metodikk som gjør at man selv kan jobbe med å undersøke virkeligheten og det en erfarer. Selvkunnskapen fjerner ignoransen etter møysommelig arbeide over tid.

NISARGADATTA MAHARAJ (1897-1981)

Nisargadatta Maharaj, som var en selvrealisert guru, som flere i ikke-dualitetskretser har blitt inspirert av hans tekster og måte å undervise på.

Han var ikke en skolert tradisjonell vedantalærer og noen av hans sitater, som hans elever, studenter og tilhengere har oversatt fra indisk mangler sammenheng og er til tider uklart eller forvirrende. Blant annet emnet om at det absolutte er bakenfor bevissthet eller er før bevissthet. Det er ikke i tråd med tradisjonell vedanta sin selvkunnskap og metodikk.

Det er typisk for moderne ikke-dualitet eller vedanta at en kommer med sitater tatt fullstendig ut av kontekst og sammenheng. Og uten å ha det store bilde, en fullstendig metodikk, så vil man miste essensen i dem og det kan også være motsetninger, som kvalifiserte lærere i tradisjonell vedanta er dyktig til å forklare. Noe som moderne vedanta lærere ikke er siden de mangler en skikkelig metodikk og har ikke Det Store Bildet i sine kunnskaper.

Det absolutte er ikke før bevissthet

Hvis dette er en ikke-dualistisk virkelighet, som skriften sier den er, da er det bare bevissthet. Dette betyr at det er ingenting før bevissthet. Bevissthet er det absolutte. Det er «Jeg Er» i den betydningen at den er hva det er, med andre ord bevissthet eller sat (sanskrit).

Maharaj refererte kanskje til subtilkroppen (ego, sinn, intellekt) når han sa bevissthet. Det er reflektert bevissthet og ren bevissthet er før den. Med andre ord kilden av dens refleksjon.

Problemet med Maharaj er at han ikke var en lærer. Han lagde flere erklæringer fra hans egen erfaring, og en måtte være tilstede i erfaringen for å forstå erklæringene i konteksten eller for å stille han spørsmål. Det kan godt være at det har vært en feil fra oversetteren. Det er lett å miste mye når du oversetter fra et språk til et annet.

Denne er en erklæring som har en underforstått betydning at kun realiseringer av bevissthet ikke er godt nok og at en må gå bakenfor for å få en slags tilstand før bevissthet. Å være i en tilstand fjerner ikke tvilen om hvem du er, fordi det er bare en bevissthet og du er det. «Jeg er-stadiet» er deg. Du er ikke inni den. Bevissthet er ikke i noen stadier. Som Krishna sa om bevissthet i Bhagavad Gita: «De (alle objektsstadier er objekter) er i meg. Jeg er ikke i dem.

SWAMI CHINMAYANANDA (1916-1993)

Han grunnla Chinmaya Mission og var en av de mest kjente Vedantalærere i moderne tid som begynte å undervise på engelsk.

SWAMI DAYANANDA (1930-2015)

Han grunnla Arsha Vidya Gurukulam og var elev hos Swami Chinmayananda i en periode. Han underviste også på engelsk og en av hans beste og mest møysommelige oversettelser fra sanskrit til engelsk er Bhagavad Gita Home Study Course som er på ca. 2000 sider fordelt på 9 solide bøker.

Chinmayananda hadde kjennskap til at moksha (frigjøring) ikke var erfaringsbasert, men hans måte å skrive på kunne misforstås - mistolkes som om det var det.

Swami Dayananda underviste Ny Vedanta inntil han ble korrigert av Swami Tarananda, som forklarte ham at Ny Vedanta ikke gjorde en skikkelig forskjell mellom erfaring og kunnskap. Den erfarende entitet (individ), erfarer alltid og vil fortsatt gjøre det helt til kroppen dør. Ingen erfaring kan ta plass uten bevissthet, men det ikke-erfarende vitne, bevissthet, erfarer aldri noe. Det er alltid vitnet av den erfarende entiteten. Alle erfaringer, slik som erfaringen stillhet, tar plass i tid og slutter. Når erfaringen slutter, er personen med all deres preging fortsatt her. Den eneste måten å forstå sinnets natur er å gjøre om bindende programmeringer/ tendenser til ikke-bindende og negere (fjerne i likningen) handleren (diskriminere objektene fra subjektet) er Vedanta.

Mystiker og Ikke-Mystiker - Tilnærmelser til Ikke-dualitet

I Advaita Vedanta sampradaya er det to grunnleggende tilnærmelser til ikke-dualitet: Mystiker ikke-dualitet og ikke-mystiker ikke-dualitet. Når du først blir interessert i ikke-dualitet er forskjellen uviktig, men når forståelsen blir mer sofistikert, blir forskjellen viktig.

Mystiker og ikke-mystiker ikke-dualister er enig på tre punkter:

- 1) Karma yoga er for rensing av sinnet
- 2) Direkte ikke-dualistisk kunnskap, ikke indirekte ikke-dualistisk kunnskap, frigjør
- 3) Verden trenger å bli eliminert. Indirekte kunnskap er kunnskap av noe som en ikke kan oppfatte. Direkte kunnskap er kunnskap av noe som er tilstedeværende.

Men deretter er de uenige. Mystikerens ikke-dualist sier at fordi du er i dualistisk stadie når du får ikke-dualistisk kunnskap, er kunnskapen indirekte og du trenger å entre en ikke-dualistisk tilstand til å konvertere den til direkte kunnskap. Han sier for å entre inn i ikke-dualistisk tilstand trenger du å fjerne verden slik at du eksisterer som selvet alene.

Ikke-mystikeren argumenterer at den er ikke i individets kraft i å eliminere verden siden det er bare Skaperen som kan gjøre det, å anta noe skal bli oppnådd ved eliminering av verden. Mystikerens argument er at verden er eliminert i dyp søvn holder ikke vann, fordi sunn fornuft sier oss at verden eksisterer når jeg sover. Faktumet er at jeg sover med glede, fordi jeg vet at mitt liv i verden lever videre. Min kone, barn og jobb er fortsatt der når jeg våkner opp. Ikke-persepsjon av verden er ikke eliminering av verden. Dessuten sier loven av konservering av energier at hvis du ødelegger noe så dukker det opp i en annen form.

Hvordan kan du si at den mystiske tilstanden hvor det ikke finnes noen objekter å dele tilstanden er en ikke-dualistisk tilstand? Det er ikke en ikke-dualistisk tilstand, fordi det er et objekt tilstede og objektet er fravær av objekter. Hvis det er bare deg, hvordan vil du vite at det ikke er noen objekter? Og selv når du kom ut av din mystiske ikke-dualistiske tilstand, vil verden være tilstede. Slik at det ikke ble eliminert.

Den mystiske prøver å vri seg unna faktumet ved å si at du ikke kan snakke om denne tilstanden, fordi den er transcendent, betyr uforklarlig, slik at du må entre den og se den for deg selv.

Men ikke-mystikeren argumenterer at for å oppnå den tilstanden er hardt arbeide nødvendig og han vil ha noe forsikring at det er verdt trøbbelet. Mystikeren argumenterer at mystiske erfaringer er bevis, slik at du kan jobbe med å meditere for å omdanne din indirekte kunnskap til direkte kunnskap.

Ikke-mystikeren argumenterer imidlertid at verden ikke er virkelig i utgangspunktet. Noe som ikke er virkelig så godt som ikke-eksisterende. Hvordan kan du eliminere den? Han argumenterer at troen på at verden er virkelig, trenger å bli eliminert. Faktumet er at den ikke-dualistiske mystikeren er en veldig dualistisk mystiker, fordi han gir lik status til selvet og verden. Derfor hvis du har en, har du ikke den andre, som natt og dag, kulde og ild og så videre.

Men den ikke-dualistiske mystikeren sier at verden og selvet ikke er i samme orden

av den ikke-dualistiske virkeligheten. Begge eksisterer som bevissthet, men den ene er virkelig og den andre er ikke det, slik at det ikke er en motsetning. På samme måte når du ikke teller ditt bilde i et spill som et annet deg, kan du ikke telle med verden som et annet objekt.

Hvis dette er sant, da er mystikeren sin oppfatning at jeg var i en dualitet-tilstand når jeg hørte de ikke-dualistiske undervisningene av Vedanta usann. Det er ingen grunn for meg å meditere for å omdanne indirekte kunnskap til direkte kunnskap, fordi hvis jeg fulgte med, fjerner undervisningen enkelt og greit ignoranse av den tilstedeværende, alltid erfarende, ikke-dualistiske selvet og erfaringen av grenseløs lykksalighet, som alltid er tilstedeværende, er nå tilgjengelig. Den var bare gjemt av troen på at virkeligheten er en dualitet.

Hvis en kvalifisert gransker i det hele tatt trenger å meditere og de fleste krever noe meditasjon er det ikke for å fjerne verden, men for å assimilere selvkunnskapen.

Oppsummering: Det er ikke dualitet eller ikke-dualitetsstadier. Det er bare alltid tilstedeværende, ikke-dualistisk bevissthet, som betyr at jeg er ikke-dualistisk bevissthet med kunnskap om hvem jeg er eller ignoranse om hvem jeg er. Hvis dette er sant, som skrifterne hevder, erfarer jeg alltid bare ikke-dualistisk bevissthet. Ethvert forsøk på å oppnå en diskret mystisk ikke-dualistisk erfaring er ikke bare unødvendig, det er umulig.

Tradisjonell eller ikke-tradisjonell Advaita Vedanta

For mange år siden skrev Swami Dayananda en liten brosjyre for å forklare hvorfor han ikke lenger følte seg komfortabel med undervisningen til Swami Chinmayananda. Hans første erklæring er : «Jeg kaller meg selv en lærer av tradisjonell Advaita Vedanta.» Mye senere forklarte Swami Paramarthananda en av Dayananda sine fremste disipler, forskjellen mellom mystiker og ikke-mystiker ikke-dualister (som jeg har skrevet essensen fra i forrige emne overfor denne). Han refererte ikke til Chinmaya eller Dayananda. Det er et viktig emne som fremhever forholdet mellom erfaring og kunnskap, som er signaturemnet av Dayanandas brosjyre.

Swami Chinmayananda, som var en mystiker ikke-dualist. Husk på at både mystiker og ikke-mystiker (ikke-dualister) underviser ikke-dualitet. En stil er lettere for erfaringsorienterte mennesker og den andre for kunnskapsorienterte mennesker selv om begge har baksider. Baksiden for erfarings-orienterte individer er tendensen til å tenke på frigjøring som en diskret erfaring og baksiden for kunnskapsorienterte mennesker er tendensen til å forvente en slags ikke-dualistisk erfaring for å bekrefte kunnskapen. Swami Dayananda gjorde et ekstremt viktig bidrag til Vedanta sampradaya ved å gjøre en klar forskjell ved å lande tungt ned på siden av kunnskap. Å oppnå og bevare kunnskap er også erfaringsbasert slik at du ikke kan avvise erfaring heller. Du kan bare vite om forskjellen. Og du kan ikke avvise erfaringsorientert tilnærming fordi åpenbaringer kan ofte starte granskning, som leder til forståelse av kunnskapens verdi.

Når det er sagt så var han ikke den første læreren til å gjøre denne forskjellen som er bygget inn i den fundamentale forutsetningen av Upanishadene. Hvis virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet, er alt ikke-dualistisk bevissthet, inkludert meg og min erfaring, som betyr at jeg alltid erfarer selvet, som igjen betyr at mitt fundamentale problem er ignoranse.

Det er forståelig, men trist at noen Vedantamennesker, som ikke hadde kjennskap til både Chinmaya og Dayananda har tillatt deres syn på Dayanandas undervisninger til å bebreide dem mot mystiker ikke-dualisme.

Men når du er en tilhenger, er det ofte vanskelig å se trærne for skogen. Det er mange vestlige mennesker som ikke bare er fasinert over Vedanta, men med indisk kultur som nærer det. De har ideen om at Vedanta bare er virkelig Vedanta hvis det kommer i en spesiell pakning av India, oransje klær, Sanskrit og så videre.

De fleste mennesker vet ikke hva en mahatma (en stor sjel) virkelig er. Både Swami Dayananda og Swami Chinmaya var mahatmaer. Det er viktig for Dayananda sine hengivne å vite at Swami Dayananda tjente Chinmaya i mange år og det var på grunn av Chinmaya sin kjærlighet til han at han ble så velkjent så tidlig i hans liv. De hadde enkelt og greit forskjellige ideer om hvordan en skulle undervise Vedanta basert på deres egen svadharma (livsvei) og behovet for det totale gjennom deres liv. Poenget er at Vedanta står høyere enn læreren. Læreren er strålende på grunn av undervisningen. Ja, hvis en lærer er strålende, vil han eller henne være en stor reklame for Vedanta, men det er alt. Så lenge du bruker tradisjonell/ ikke-tradisjonell dualitet til å føle deg spesiell er det en jobb å gjøre.

Neo-Advaita vedantaundervisninger og deres svakheter/ mangler sammenlignet med tradisjonell Advaita Vedanta

Som jeg har nevnt allerede har Ramana Maharshi, Nisargadatta Maharaj og lignende inspirert mange til å granske og studere ikke-dualitet. Problemet med neo-advaita eller moderne advaita vedanta er at de er hovedsakelig bare opptatt av vår essens - hvem vi er - bevissthet/ selvet og hvordan erfare og oppnå tilstander for å komme «dit». De mangler karma yoga, dharma yoga, verdier, kvalifikasjoner, samspillet og sammenhengen mellom upersonlig skaper (Makrokosmisk/ Det Totale) og oss mennesker (Mikrokosmisk/ Individ).

De mangler det store bildet eller den store sammenhengen, som tradisjonell Advaita Vedanta viser i sin metodikk og undervisning. Samt hvordan vi takler og møter verden. Det er vel og bra å ha kjennskap til bevissthet/selv, men de hopper som regel over det som skjer i vår verden, hvordan verden fungerer og det er noe ikke tradisjonell Advaita Vedanta gjør. Det skaper en lettvin og forvirrende måte å forholde seg til verden, mens metodikken, selvkunnskapen i tradisjonell vedanta er krystallklar på at frigjøring vil

ikke skje før man forstår «verden» og dens skapelse utifra mikro- og makroperspektiv. Fra individ og det Totale perspektiv.

Anti-intellektuell holdning og ønske om å fjerne ego og sinn er også andre elementer som neo-advaita er opptatt av for å «oppnå» tilstander, som skal gjøre oss mer hele eller komme i tomhet blant annet. Problemet er ikke egoet, sinnet og intellektet ifølge tradisjonell Advaita Vedanta. Det er identifisering med dem.

Neo-Advaita undervisninger

Advaita betyr ingen divisjon, med andre ord, ingen deler, ikke-dualitet. Problemet med Neo-Advaita bevegelsen er at deres moderne lærere snakker om ikke-dualitet enten i terminologi av en enhets-erfaring med alt i mithya (verden) eller de refererer til satya, den absolutte virkelighetsnaturen, som tomrom og tomhet. De elsker å si at ingenting egentlig skjer. Siden de ikke har en undervisning, sier de at du eksisterer ikke, derfor har du ikke et problem, som skal sorteres ut og ingen problem, ingen behov for løsning, ingen behov for en undervisning. Ignoranse er veldig smart!

Vedanta avviser ikke mithya (verden), som ikke-eksisterende. Den sier istedenfor at mithya ikke er virkelig, men den bekrefter også at det eksisterer som en tilsynelatende virkelighet. Siden alle tilsynelatende individer, som er utstyrt med et menneskeintellekt uunngåelig erfarer en dyp sans av begrensning på grunn av maya sin overlapping, ble en komplett selvgranskingsmetodikk utviklet kalt for Vedanta av Isvara (Det Totale Sinnet) til å fjerne Maya sin villedete kraft, som er hovedgrunn til menneskelidelse, virkningen av selvignoranse.

Neo-Advaita lærere underviser små fragmenter av resirkulert skriftlig kunnskap, som de har lest eller hørt fra andre, som de blander med deres egne tolkninger og spirituelle erfaringer for å finne på en spesiell cocktail, som de liker å kalle for sine undervisninger. Det er litt kunnskap pakket inn i ignoranse. De virker å være late og lite villige til å bli skikkelig undervist av vedaskriftene, og dessuten vil de ta æren for deres egne undervisninger. Vedanta lærere tar ikke æren for undervisningene, fordi de vet at de tilhører ingen andre enn Isvara/ Det Totale Sinnet/ Makrokosmisk Sinn, som «seerene» - Rishiene fikk ned vediske skriftene fra via hymner (mantraer).

Begrepet Guru:

Jeg ble inspirert til å skrive noe om begrepet guru etter å ha lest Magasinet Visjon nr. 2 - 2017. Redaktøren Eirik Svenke Solum skrev dette blant annet på første siden av magasinet:

«I denne utgaven av Visjon møter vi flere læremestere, spirituelle veiledere - og guruer. Noen skal vekke din sjelskraft og la deg se bakenfor ditt sinns og samfunnets slør. Andre, de-

ler ut millioner av omfavnelser, hvor mennesker mener å erfare glimt av andre dimensjoner og kraftfull energier. Guruene skal vise oss veien til opplysning og sann selv-realisering.

Det er nok klokt å være kritisk i møte med guruer og mestre som mener å kunne overføre krefter og egenskaper som langt overskrider det allment menneskelige. Det finnes utallige eksempler på respekterte guruer som har misbrukt sin rolle. Og mange har latt seg forlede til å tro at mennesket bak gururollen er ufeilbarlig, der det opplagt finnes brister.

I østlige kulturer er det dessuten mer tradisjon for at noen mennesker kan være overordnet andre. Hos oss er likeverdighet en verdi de fleste samles om. At gururollen er problematisk betyr ikke at veiledere innen spiritualitet og selvutvikling er uten verdi. Tvert om. En god og dyktig veileder kan ha mye å bringe videre.

Vi har åpenbart mye å lære om det å være menneske, hvordan forstå våre relasjoner og utfordringene vi møter. Og det finnes godt utprøvde redskaper, som psykiateren og presten kanskje ikke har kjennskap til.»

Når man lytter til ordet guru, får man opp ordet lærer som synonym og som Eirik sier - en som man fort ser opp til og at man kan føle seg underlegen. I tradisjonell Vedanta er de krystallklar på at det ikke er et skille mellom lærer og elev. Ingen guru som er overordnet. Guruen/ læreren skal undervise om metodikk i forbindelse med selvkunnskap, som fjerner ignoranse. Men det er ikke guruen som skal gjøre «jobben» - det er studenten/ eleven selv. Han/Hun blir undervist av en kvalifisert lærer i tradisjonell Advaita Vedanta Sampradaya linjen og får innblikk i en møysommelig og tålmodig metodikk, som Vedanta er og hvor også det kreves en form for disiplin/ arbeide med seg selv på ulike måter (karma yoga) - for å gjøre seg klar til å ta imot - lytte og lese om kunnskapen om hvem vi er - hva virkeligheten er - hva skapelsen er osv. Med andre ord endel eksistensielle elementer i vår eksistens her i livet.

Jeg skal forklare mer tradisjonell Advaita Vedantas syn på begrepet Guru. Det er noe mer utdypende enn at det bare har med en lærerrolle. Og det har ikke noe med å se opp til en person, men heller mer ha en respekt og ydmykhet overfor læreren og ikke minst læren. Guruen i tradisjonell Advaita Vedanta er egentlig skriftene og den er upersonlig og objektiv. Det vil si upersonlig Gud/ Isvara/ Det Totale Sinnet, som er egentlig guruen siden skriftene (vedaene) kommer direkte fra Det Totale Sinnet.

Det krever også at man ser på sine egne kvalifikasjoner som elev og være klar og moden for denne selvkunnskapen, som handler om å fjerne ignoranse om hvem vi er.

Å følge din egen indre guru/ lærer/ veileder

Vedanta forvandler deg til din egen guru. Tilbe deg selv. Hjelp deg selv.

Ideen i Vedanta er å gjøre deg til din egen guru og at du selv fjerner dine tvil. Hvordan

gjør du det? Du ser på hva du tenker og føler hvert eneste øyeblikk og du evaluerer din erfaring med referanse til faktumet at du er Selvet. Meningen er å se ting fra bevisshetens ståsted til at sinnet ditt overgir seg til deg, bevissthet og blir rolig og tilfreds. En lærer burde inspirere deg til å ta kontroll over ditt eget sinn.

Lærerens jobb er å gjøre deg uavhengig, og ikke handle som en livslang støtte. En av mine læreres guru var veldig direkte og sa dette: «Jeg er ikke interessert i dine problemer. Du er problemet. Sitt ned, hold munn og følg med. Jeg vil ha deg ute her fort så mulig, fordi du bruker verdifull tid som andre kan ha nytte av.»

I begynnelsen trenger du helt klart å bli avhengig av en lærer, men din tillit til deg selv burde øke gradvis. Sinnet blir like skarp, som laser når man blir eksponert for denne metodikken.

Selvet er vår identitet: uforanderlig, grenseløs, ufødt, fullstendig, alltid tilstedeværende bevissthet. Det er bare en av oss utifra den ikke-dualistiske visjonen. Når vi tilber noe der ute i verden så tilber vi oss selv essensmessig.

I Mundaka upanishad handler ordet GU om mørke (ignoranse) og ordet RU er dets ødelegger. Med andre ord handler ordet Guru om å fjerne ignoranse om hvem vi er. Og i Vedanta utfolder en kvalifisert lærer og veileder selvkunnskapsmetodikken til en elev, som også er kvalifisert (moden og klar), for at selvkunnskap skal fjerne ignoranse. Læringen og veilederen hjelper med andre ord eleven til å selv la sinnet sitt eksponeres av selvkunnskap og selvkunnskapen jobber i oss med å fjerne ignoranse. Når eleven har fjernet all tvil så vet hun eller han til det fulle hvem de er.

Guru er som nevnt før et misforstått begrep. Og om man ser mer nøye på ordet Guru - GU - RU utifra vedanta kunnskap, har det med å fjerne ignoranse (avidya). Vidya betyr kunnskap på sanskrit.

En vedantalærer hjelper og veileder en ved å vise hvordan man fjerner ignoranse ved hjelp av metodikk som er av upersonlig og objektiv art. Slik at man blir sin egen guru. Og bare en selv kan fjerne ignoranse ved hjelp av selvkunnskap til syvende og sist. (Guds nåde er med og avgjør også her.) Nå er vi egentlig alle opplyste i utgangspunktet - vår essens er det samme som frihet.

Gu = ignoranse

Ru = Fjerne

Vedantalærer: «Jeg er fortsatt disippel til min guru og han er fortsatt disippel til hans guru. Vi er alle disipler av Det Totale Sinnet/ Makrokosmisk Sinn (Isvara).

«Guru er en midlertidig psykologisk hjelp. Det er det hele. Det er ikke noe mer enn det. Det bør være nyttig for mennesker.»

Guru er assosiert med kunnskap. Betydningen av ordet guru er, den som er giveren av kunnskapens lys og den som fjerner mørke av ignoranse. For de som studerer skriftene så er det å påkalle hele Guru Parampara som er ansvarlig for både forfatterskap av skriftene og så vel som bevaring og utbredelse av skriftene.

-Swami Paramarthananda

Tradisjonelle vedantaskrifter sier tydelig at det vi tenker, føler, ser (persepsjon), hører, smaker, tar på m.m. i verden er en refleksjon av hva vi er - vår essens - som er uforanderlig, ikke-dualistisk, alltid tilstedeværende, fullstendig, hel, komplett og grenseløs. (Sathya – bevissthet - selv). Vår verden, samsara samt det vi blir presentert som - jiva - individ/ person er alltid i endring, er begrenset, dualistisk og eksisterer i tid og rom. (Mithya) Å skjelve (diskriminere) forskjellen på Sathya (det som er vår essens og identitet) vs Mithya (det vi opplever i verden gjennom våre kropp og sinn verktøy) er en av hovednøkkelen til moksa - frihet. En guru, som er kvalifisert i tradisjonell Vedanta, kan vise oss gjennom metodikk til å fjerne ignoransen om hvem vi er og hva virkelighet er. Det krever endel tålmodig og møysommelig arbeide. Det kan ta flere tiår før selvkunnskapen er stødig i oss og at vi er fri.

Lærer-rolle i Tradisjonell Vedanta

Vedanta er bevissthetsvitenskap basert på bevisst og gyldig kunnskapsmiddel som er kapabel til å fjerne ignoranse av vår sanne natur. Det veiledende prinsippet av Vedanta er at bare kunnskap, og ikke erfaring, er det som fjerner ignoranse fra sinnet. En shaktipat (overføring av energi) guru er noen som er superbundet av spirituell energi. Ved å være med disse menneskene så vil en ofte erfare opplysthet.

Dessverre, så har alle erfaringer en begynnelse og en slutt. Erfaring som shaktipat (energioverføring) kan være inspirerende, men det vil ikke fjerne ignoranse om ikke selvkunnskap er tilstede og sinnet er kvalifisert til å motta den. Og en viktig faktor trenger å taes i betraktning: Alle erfaringer er i tid, så shaktipat, nirvana eller samadhi kan aldri bli permanent.

For opplysthet trenger du selvkunnskap og for det trenger du en lærer og skriften. Du trenger å bli undervist hvordan diskriminere deg selv fra individet, din refleksjon i subtil kroppen (ego, sinn og intellekt). De fleste shaktipat guruer overfører energi til mennesker og vekker deres tillit i Gud. De snakker om moksa (frigjøring) indirekte generelt sett, men kan ikke vise hvordan en fjerner ignoranse av deg selv. Shaktipat guruer tar deg for å være personen du tror du er og kommuniserer til deg på den måten. Men du er egentlig ikke den personen. Du er egentlig selvet, grenseløs bevissthet.

Hvis du er interessert i frigjøring, da trenger du å eksponere sinnet til selvgransking av din sanne natur av virkelighet og ikke flere erfaringer. Dette er fordi Vedanta åpenbarer til deg at du alltid erfarer bevissthet: Du har et ignoranseproblem som forhindrer deg fra fullt ut å sette pris på din sanne natur slik at du har et kunnskapsproblem og ikke erfaringsproblem.

Guruen er selvet, underviser selvet og bruker et gyldig og uavhengig kunnskapsmiddel til å gjøre det, som er Vedanta.

Her forklarer en vedantalærer forskjellen på hva som fjerner ignoranse om hvem vi er og det som ikke gjør det. Det er den klassiske debatten som har eksistert til alle tider - kunnskap og erfaring. Og det finnes endel såkalte Shaktipatguruer, som underviser utifra det de har opplevd og erfarer - og ser på det som opplysthet eller selvrealisering. Tradisjonell Advaita Vedanta ser på det som indirekte kunnskap om hvem vi er. Fordi opplevelser er alltid i endring og er i «mithya» - i en dualistisk virkelighetsorden eller verden hvor tid og rom eksisterer. Mens hvis man er stødig i selvkunnskap, vil man fjerne ignoranse. I tradisjonell Advaita Vedanta er selvkunnskapen direkte kunnskap og det som gir moksha.

Det finnes flere Shaktipatguruer her i Norge, som er opptatt av å aktivere, overføre - heale oss og få oss til å oppleve kjærlighet eller oppvåkning av ulik art. Det kan være en fin måte å kultivere sattva (sinnsro) på i livet og er ifølge tradisjonell Advaita Vedanta en fin måte å forberede seg på - gjøre seg klar til å ta imot selvkunnskap. Men opplevelser fjerner ikke ignoranse. Å kultivere sattva betyr at en noenlunde har et fredfullt, klart og modent sinn.

Osho og misbruk av lærerrollen

Det verste eksempelet på en slags shaktipatguru på 1900-tallet er Osho. Han var en guru som misbrukte sin posisjon og inspirerte mange på sin vei utifra sine egne realiseringer og opplysningsopplevelser, men det er et eksempel hvor ting kan gå virkelig galt om man har en guru-rolle. VGTV dokumentar om Osho nevnte kort disse tingene: Her avslører en tidligere medarbeider og en tidligere sekretær i Osho sin organisasjon hva som skjedde bak kulissene. Det var mord, narko-avhengighet, sex-misbruk, sus og dus i luksus m.m. i organisasjonen. Endel mørke sider som sagt.

Det har kommet en netflixdokumentar nå nylig som varer i ca. 10 timer fordelt på 6 episoder. Jeg så ferdig hele dokumentaren i april 2018. Det er mer ekstremt enn VGTV dokumentaren fremstiller det som skjedde. Mer detaljert og grundig. Reaksjoner fra tilhengere og andre som erfarte dette på ulike måter.

Jørg Arne Jørgensen, lektor og religionshistoriker har skrevet en interessant en gjestekommentar i Stavanger Aftenbladet, som jeg vil analysere og kommentere litt.

Den heter Gud eller galning? Og han stiller et interessant spørsmål: Hva er galt med å hengi seg til en guru? Kan det ha positive sider?

Jeg svarer dette på disse to spørsmålene: - Det er ikke noe galt å hengi seg til en guru om en har kjennskap til at læreren egentlig er tekstene (Upanishadene osv.) og at de lærer

elevene slik at de skal bli egen guru (følge skriftene for eksempel). Det vil si at selvkunnskapen fjerner ignoranse om hvem man er. Det er også likeverdighet mellom lærer og elev. Og respekt for dharma, samfunnslover og regler blant annet.

Men i Osho sitt tilfelle så er det jo å opphøye læreren til noe større enn andre personer, det vil si elevene, veldig betenkelig (noen ganger farlig). Og i tillegg når han i sin lære er opptatt av å bryte lover og regler i samfunnet (dharma) og ikke tar hensyn eller respekterer det så er det ikke rart det går fullstendig galt. Det måtte jo krasje før eller siden selv om det var noen gode intensjoner i utgangspunktet med byen Rajneeshpuram.

Å bruke ordet Bhagawan på en guru eller person er jo også meget uheldig, fordi på sanskrit så står Bhagawan for Gud/ Totale Sinnet. Og vi mennesker viser oss tilsynelatende som individer. At en er åpen for at vi er bevissthet/ selv (atma) - essensmessig er noe helt annet. Et problem for mange såkalte opplyste guruer er at de har ingen skikkelig metodikk, doktrine og skriftbasert kunnskap i deres lære. I Osho sitt tilfelle et ekstremt eksempel på hvor galt det kan gå når man ikke er opptatt verdier, dharma og mye annen kunnskap for å tilpasse seg verden. Det er lett å ta av når en bare har egne erfaringer som kan være gnist av opplysning. Det er skikkelig ville vesten dette i moderne tid.

Jeg tror helt sikkert folk verden over har blitt inspirert av Osho/ Rajneesh på en positiv måte. Det er jeg ikke i tvil om og kjenner flere som har blitt inspirert av hans undervisning, meditasjoner m.m. Jeg var med i en kundalini-aktivitets gruppe i Oslo på midten av 90-tallet, som var basert på Osho. Det gav en form for inspirasjon der jeg var på veien.

Men dokumentaren viser hvor viktig dette med bl.a. verdier er. Dette med tilpasningsdyktighet var jo fremmedord for Rajneesh/ Osho og de som ledet organisasjonen. De trodde de kunne ture som de ville og gikk imot samfunnets dharma - regler, lover m.m. der i USA. Det er lærerikt å se og hvor mye ansvar man har når man er i en organisasjon av spirituell art. Eller en organisasjon i seg selv.

Å bli opplyst betyr ikke at man er fri til å gjøre hva man vil i verden naturlig nok. Det bringer med seg ansvarlighet i samfunnet og det å bidra på en konstruktiv måte. Definisjonen av frihet og frigjøring er det jo delte meninger om. Det er her kunnskap og intellektet også spiller en viktig rolle. Noe som kan være undervurdert som verktøy i spirituelle kretser. Det er mye prat om hjerte og følelser. Intellektet må være med og det er egentlig ikke forskjell på kjærlighet og kunnskap f.eks.. To sider av samme sak. Kjærlighet til sannhet og kunnskap er jo kjekt å integrere i mitt ståsted.

Det er kanskje også en av svakhetene med Oshobevegelsen at det er for overfokus på hjertet, følelser, energier og lite om kunnskap og intellekt, som verktøy. Vi trenger å ha både hode og hjerte med kan man jo trygt si i livet.

De gjorde det som sikkert var naturlig for dem der og da. Gjort er gjort. Hva andre kan lære av det er interessant sånn organisasjonsmessig og visjonsmessig. Det var gode intensjoner der sånn, men en kan jo også se at det er lett å miste bakkekontakten hvis ikke sunn fornuft, verdier m.m. er integrert i ens liv.

Sannhet som bevissthetstilstand

Vi tenker ofte på sannhet som den situasjon at et utsagn eller en oppfatning stemmer overens med virkeligheten. I de asiatiske religionene gir det mer mening å se sannhet som en slags bevissthetstilstand. Vår dagligdagse bevissthet er sørgelig begrenset, men det er mulig å stige opp til langt mer opphøyde tilstander, såkalte mystiske erfaringer av den ytterste virkelighet. Slike frelsende opplevelser ? Opplysning, frigjøring, moksha eller, nirvana, kjært barn har mange navn ? ligger i kjernen av disse religionene.

- Her er Jørgensen på ville veier og tar alle under en kam hva østlige, asiatiske religioner eller filosofier handler om. Vedanta, som han har liten kunnskap om er jo verken filosofi eller religion, selv om det kan se tilsynelatende slik ut. De låner noen religiøse impulser i bhakti - hengivenhet blant annet. Å oppnå bevissthetstilstander har ikke noe med tradisjonell Vedanta å gjøre. Utifra ikke-dualitetsvisjonen og ståsted er vår identitet uforanderlig, alltid tilstedeværende, ufødt, fullkommen, ikke-dualistisk bevissthet/selv. Det vil si at vi fra ikke-dualitets ståsted erfarer oss selv hele tiden. Vi har ikke et erfaringsproblem, men et identitetsproblem. De fleste tror at vi er det vi «ser» og oppfatter verden gjennom vårt kropp-sinn verktøy, men når man blir kjent med selvkunnskap som bevissthetsvitenskap og metodikk så vil ens gransking følge det som Vedanta viser oss: Vi er ikke vår kropp, tanke, følelser, sinn, verden osv. Vi er det som er vitne til verden, det ikke-erfarende vitne, som opplyser alt som eksisterer i verden.

Moksha eller frigjøring har ingenting med frelse å gjøre - det er ikke noe vi skal frelse oss fra. Vedanta er opptatt av at vi ikke skal lide og det gjør vi heller ikke når vi forstår eller realiserer hvem vi er, selv/bevissthet. Definisjoner i Vedanta er veldig viktig. Vedantametodikken hjelper oss til å gjenkjenne hvem vi egentlig er og alltid har vært. Det krever moden, klart og fredfull sinn for det meste og at vi har tillit til hvordan selvkunnskapen jobber i oss. Jørgensen blander og mikser sammen og tror han har funnet ut likheter mellom ulike spirituelle eller religiøse retninger. Men det går ikke og han feiler her i sine konklusjoner, fordi han ikke undersøker eller gransker dypt nok hvem han egentlig er.

Men siden opplevelsen fullstendig overskrider det språklige, kan «sannheten» ikke fullgodt nedfelles i en tekst. I stedet må den opplyste formidle innsikten direkte til sine disipler ved et langvarig og nært guru-disippel-forhold med omfattende personlig, psykologisk og åndelig veiledning.

- Den egentlig læreren i tradisjonell Advaita Vedanta er ikke personen, som er guruen, men skriftene. De kvalifiserte lærerne som kan tyde og vise oss metodikken, som fjerner ignoranse om hvem vi er. I fortiden var det endel muntlig undervisning mellom guru og elev. Helt til Shankaracharya kom og skrev ned kommentarer fra ulike Upanishader og andre vediske tekster ca. 600 år etter Kristus. Å integrere og aktualisere kunnskapen om hvem jeg er når vi fjerner ignoranse om hvem vi er, diskriminere mellom det vi er identitetsmessig selv/ bevissthet (uforanderlige) og kropp-sinn verktøyet/ verden (foranderlige) er en av de viktigste punktene i metodikken til Vedantas selvkunnskap.

Men at sannheten for all tid kan ligge i en bok, strider jo mot en moderne oppfatning av hva en tekst er. En tekst kan jo ikke fungere uavhengig av historisk sammenheng. Meningen må på ett eller annet vis oppstå i individet, som igjen er en del av et samfunn og en større meningskontekst. Meningen kan jo ikke ligge implantert i selve teksten.

Slik sett har de asiatiske religionene en mer moderne tekstforståelse. Selv om hinduismen har hellige bøker, setter man dem i prinsippet ikke så høyt. – «Kunnskap i bøker er som penger i en annens lomme», heter det i et indisk ordtak. Det er i individene sannheten lever? og den bør fortrinnsvis overføres direkte fra menneske til menneske i et nært og personlig forhold.

-Sannhet utifra tradisjonell Advaita Vedantas ståsted - ikke-dualitetsvisjonen ligger i Upanishad-tekstene. Om hvem vi egentlig er. Når Jørgensen sier at det er i individene sannheten lever så tar han egentlig feil. Sannhet er ikke personlig, men upersonlig. Den har alltid vært her og er uforanderlig. Skriftene og kildene til Vedantaundervisningen er upersonlig. Sannhet om hvem vi er, vil alltid være upersonlig. Objektivitet er en av de viktigste kvalifikasjonene også når man følger tradisjonell Advaita Vedanta. Metodikken fjerner ignoranse og etterhvert når tiden kommer så vil man realisere hvem man er og det er av upersonlig og objektiv art. Skriftene, selvkunnskapen er med og fjerner all tvil om det. Guruen i Vedanta, jeg nevnte er Det Totale Sinnet (Isvara), som de vediske skriftene egentlig kom fra. Kunnskapen kom til rishiene og ikke fra dem. Kunnskapen åpenbarte seg for dem som kvantefysikken kom til de som grunnla dem, det samme med relativitetsteorien og gravitasjon blant annet.

Det er tydelig forklart i skriftene også. Upanishad gjennom en kvalifisert lærer viser oss upersonlig sannhet om hvem vi er og det er av veldig subtil art. Det er selvkunnskapen som fjerner ignoranse og ikke en guru. Tekstene og skriftene er essensielt her.

Er stillhet den beste læreren?

Stillhet er den beste læreren.

Noen spurte en gang en av de største Vedantin, Swami Dayananda om dette var sant. Han smilte og sa, hvis det var sant så ville alle sidene i Upanishadene være blanke.

Stillhet er den beste lærer er det mange som sier, men som Dayananda sier da hadde ikke Upanishadene eksistert om det hadde vært det. Stillhet ser ikke forskjell på kunnskap og ignoranse om vår natur, hvem vi er og virkelighetens natur.

Overgangen fra erfaringen av Selvet til kunnskapen ”Jeg er Selvet” er forsikret når Selvrealisering finner sted, selv om det kan ta tid før sporene av dualistisk tankegang visner bort. Som den rensede, granskende subtile kroppen (ego-sinn-intellekt) ser innover på Selvet og kontinuerlig diskriminerer mellom Selvet og Ikke-Selvet. Og en dag uten fanfare, vil et veldig subtil skifte i visjonen inntreffe og den mediterende realiserer at han

eller hun ikke lenger mediterer på Selvet, men har ”blitt” Selvet, som observerer den tilsynelatende mediterende. Vi er meditasjon i seg selv. Vi er Selvet som er et vitne eller observerer det tilsynelatende individet som mediterer.

Selvkunnskap er ikke intellektuelt, som nevnt tidligere. Opplysthet er nyttesløst hvis det ikke etableres tanken i intellektet: ”Jeg er grenseløs bevissthet”, fordi Selvet fungerer gjennom intellektet i denne verden. Hvis jeg erfarer grenseløshet på et dypere eller transcenderende nivå og har ingen intellekt til å fatte med, vil bare erfaringen tjene å provosere en konflikt inni meg.

Swami Dayananda gav en veldig klar undervisning om stillhet - som er: Stillhet motsetter seg ikke ignoranse. Stillhet vil ikke lære deg og vil aldri fjerne ignoranse av din sanne natur. Mens stillhet er en god måte å beskrive sattva (den mest subtile manifesteringen av sat...bevissthet), som er sann sinnsnatur når det er klart og ikke forurenses av rajas og tamas. Likevel siden stillhet ikke er bevisst, så kan den ikke bli kombinert med bevissthet, fordi det er mithya (verden - foranderlig) og bevissthet er satya (uforanderlig).

Stillhet er ikke bevissthet/selv. Og som med ”rom” så er det likevel en god metafor for bevissthet/selv. Den gjennomtrenger alt i verden.

Moksa er ikke stillhet nødvendigvis. Stillhet er et objekt, som viser seg tilsynelatende inni bevissthet. Moksa er bevissthetens natur i seg selv.

Mandukya Upanishad og Gaudapadas Karika om student og lærer

For å unngå dualitet i lærer-student forholdet, skal studenten se på læreren som Selvet, og ikke som en opplyst person. Hvis en misforstår at læreren, undervisningen og granskeren er mithya (verden som er i endring gjennom vår kropp-sinn verktøy) fører det til uheldige projeksjoner på læreren som går på akkord med forholdet.

Det finnes ingen perfekte jordiske guruer. Isvara/ Det Totale Sinnet er perfekt guru. Det Totale Sinnet har undervist deg hele tiden. En jordisk guru kan ikke leve opp til dine forventninger slik som du ikke kunne leve opp til din mors forventninger. Det er hele meningen med svadharma (et individs livsvei og natur) - undervisningen. Mennesker er hva de er, så hva er vits med å kontrollere? Hvis du ikke projiserer dine forventninger på andre, så kan energien bli brukt til noe viktig: Din gransking.

VEDANTAUNDERVISNING OG METODIKK

«Selvrealisering er hvor arbeidet av selvgransking begynner.»

VEDANTA ER IKKE EN TEORI ELLER EN PRAKSIS

Vedanta er selvkunnskap. Det er kunnskapen som avslører hvem du er. Men det er heller ikke en teori eller en praksis. Det er bare ren kunnskap, slik som at dette jeg skriver på er en pc. Det er ikke noe du trenger å gjøre noe med. Du trenger bare å vite hva det er.

Hvem vi er kan aldri være en teori, men vi bruker ord for å kommunisere:

«Vedanta tjener som et speil, som avslører vår sanne natur. Øynene kan ikke se seg selv, slik at for å se våre øyne må vi se inn i et speil. På samme måte tjener Vedanta-undervisningen som et speil som gjør oss i stand til å se vår sanne natur». -Vedanta Den Store Sammenhengen – Swami Paramarthananda

Alle objekter, hvorvidt de er subtile som tanker og følelser eller grove som et fjell eller kroppen er reflektert bevissthet. De er bildet i speilet, som er et reflekterende medium. Det reflekterende mediumet er Eksistensfeltet, som også blir kalt for Isvara (Det Totale Sinnet), Maya eller den tilsynelatende virkeligheten. En refleksjon kjenner ikke seg selv. Kjenner refleksjonen i speilet deg? Nei, men du vet det. Slik er det med bevissthet, som ser bare seg selv, fordi det er bare bevissthet, som kjenner alt til å være selv. Alle objekter eksisterer på grunn av bevissthet, men bevissthet er ikke avhengig av noe for å eksistere, slik som havet og bølgen er avhengig av vann, men vann er fri for bølgen og havet.

Bevissthet trenger ikke noe til å ha kjennskap til seg selv, den er selvstrålende og eksisterer alltid. Den kjenner alltid seg selv og krever ikke objekter til å gjøre det. Når Maya viser seg, viser objekter seg og det er tilsynelatende noe for bevissthet å være bevisst på. Men fordi det er bare et prinsipp, fordi virkelighet er ikke-dualitet, for bevissthet er det ingen objekter. Dualitet er enkelt og greit overlapping oppå ikke-dualitet når Maya, kraften i bevissthet til å villedende viser seg. Dualitet er tilsynelatende virkelig, slik som luftspeiling i ørken gir illusjonen av vann.

Ord er viktig iforbindelse med å fjerne ignoranse om hvem vi er og når det er fjernet så er det ikke noe tvil om hvem vi er, som også er direkte kunnskap: *”Jeg er alltid tilstedeværende, ikke-erfarende vitne, ikke-dualistisk, fullstendig, hel, komplett, grenseløs bevissthet /selv /lykksalighet /Ubetinget kjærlighet”.*

Vedanta viser oss at vi er ikke en teori, som skal praktiseres. Vi erfarer alltid oss selv (subjekt) og det er ikke en spesiell erfaring, som kan vise hvem man er. Bare forståelse gjør det.

Vedanta er en radikal lære, fordi den går imot alt det vi erfarer og oppfatter gjennom vårt persepsjonsverktøy, som bare viser en refleksjon av det vi egentlig er eller hva virkeligheten er. Vedantas metodikk viser oss når vi gransker nøye og møysommelig at vi er ikke hva vi erfarer og oppfatter i denne verden. Det vi erfarer er tilsynelatende virkelig. Dette her er en viktig del av grunnmuren i tradisjonell Vedanta Sampradaya. Den er jo tydelig på dette at det ikke er en filosofi eller teori.

Skal man følge Advaita Vedanta - tradisjonell sampradaya må man legge alle sine egne synsinger, meninger, opplevelser og trossystemer tilside og la vedanta jobbe igjennom en på deres premisser. Det er ikke lett å gjøre for mange. Det er forståelig.

Er Vedanta bare en teori som skal realiseres gjennom personlig erfaring?

Det er oppfatninger i flere Vedanta sirkler, som en trenger å undersøke nøye og motbevise siden dens implikasjoner er veldig grunnleggende. De hevder at selv om Vedantatekstene er et kunnskapsmiddel, er de bare teoretiske. De må bli gyldig gjennom en direkte personlig mystisk erfaring av en spesiell bevissthetstilstand, hvor vi kan verifisere visjonen utfoldet av Vedanta.

De hevder at spesielle erfaringer er krevd til å konvertere den teoretiske kunnskapen inn i virkelighet og er basert på følgende:

- 1) Siden absolutt virkelighet ikke er tilgjengelig gjennom persepsjon eller slutninger, kan en bare få tilgang til den via noen spesielle erfaringer. Derfor, avslører Vedanta som et kunnskapsmiddel bare en teori, som trenger å bli realisert eller validert via direkte erfaring.
- 2) Som vitenskap inkluderer empiriske eksperimenter til å verifisere noe av dens teorier med referanse til den fysiske virkeligheten eller biologiske verden, på samme måte kan den absolutte virkeligheten bli verifisert gjennom en individuell erfaring.
- 3) Generasjoner av yogier, tantramestre, og mystikere har snakket om erfaringer og antydte teknikker og metoder til å realisere disse erfaringene.
- 4) Tekstene eller guruene bare antyder deg noen metoder, men tilslutt er det du som skal verifisere sannheten. Innholdet er at ens personlige erfaringer alene har det siste ordet. Det er ikke nødvendighet å stole på noen autoriteter eller guruer.

5) En kraftfull og ekstraordinær erfaring er nødvendig for å riste av oss fra våre oppfatninger om virkelighet. Uten den, vil bare vår forståelse forbli teoretisk eller intellektuell. For å motbevise disse fem oppfatningene overfor må vi først forstå at enhver erfaring er ikke et kunnskapsmiddel og kunnskapen er omtrent som tolkningen du gir den. Til enhver erfaring trenger du et gyldig kunnskapsmiddel for å forstå den korrekt, fordi ellers vil den ikke gjøre deg mer vis.

Vedanta er ikke en teori og du er tilgjengelig hele tiden. Kunnskapen gitt av Vedanta er direkte og umiddelbar kunnskap, siden den snakker om den virkelige naturen av «Jeg».

Dessuten skal enhver direkte kunnskap være forstått og ikke praktisert. For eksempel når øynene avslører former og farger, når du opererer med selvkunnskapsmiddel, som er dine øyne, er det en teori eller praksis? Det er ingen av dem. Det er umiddelbar kunnskap. På samme måte når sannheten av subjektet og objektene er avslørt til å være en ikke-dualistisk bevissthet av Vedanta, er forskjellene forstått til å være mithya eller tilsynelatende. For å forstå individets kropp-sinn sansekomplekset og objektene som mithya, trenger en bare å granske inn i deres virkelighet. En trenger ikke å avklare dem midlertidig og fysisk i en spesiell erfaring.

Vi mangler ikke erfaring for å forstå virkeligheter. Ikke-dualitet blir sett på som innholdet av alle erfaringer her og nå selv i den våkne tilstanden. Subjekt/ objekt-splittelsen er erfart av meg og er forstått som tilsynelatende virkelig her og nå når læreren peker den ut til meg, ved å bruke kunnskapsmiddelet som er Vedanta. Hver erfaring er inni bevissthet, det uforanderlige innholdet av alle erfaringer, inkludert den spesielle erfaringen av samadhi, som stopper sinnsaktiviteter for en periode. Faktumet er at vi erfarer ikke-dualistisk bevissthet hele tiden uten å vite det, som Jeg ser, snakker, leser, snakker. Det er et uforanderlig element i alle, som er sannheten av den som ser, leser, tankene som viser seg i sinnet mitt. Derfor trenger vi ikke mer erfaring eller vente på en spesiell erfaring til å forstå virkeligheten, som er innholdet av alle våre erfaringer.

Til slutt varer ikke-dualitetserfaring som beskrevet, for en begrenset tid, noen minutter eller en time. Det betyr at en erfarer en sinnsabsorpsjon for begrenset tid, som en tar for å være ikke-dualitet. Og etterpå, når en igjen tenker konkluderer en at det er dualitet. For å ha et absorbert og stille sinn for en stund er høyt verdsatt, fordi en nyter en spesiell fred og ro. Men problemet er at en tar det som ikke-dualitet. Hvis det er gjort, blir ens forpliktelse til å repetere denne erfaringen gjennom meditasjon, spesifikke puste teknikker eller andre teknikker og verktøy. Verden som tar en bort fra ikke-dualitet blir en plagekilde. Hva en trenger å forstå er at ikke-dualitet er min forståelse av virkelighetens natur og ikke fravær av tanker.

For å konkludere feilaktige oppfatninger om virkelighet kan bli korrigert bare ved å undersøke dem og tilbakevise dem, å bevise at de er feil, ved å ikke ha en intens erfaring til å riste dem. Jeg kan ha en intens subjektiv fryktserfaring av en tyv i mørket og det kan bare bli tilbakevist bare av forståelse, som er en projeksjon og at en ser at tyven jeg så var

bare en skygge. Hvis intense erfaringer leder til virkelighetsforståelse, ville alle mennesker, som tok LSD o.l. være vismenn.

«Vedanta er verken en teori eller en praksis. Det er et kunnskapsmiddel for å vite om sannheten om deg selv» -Swami Dayananda

«Alle former av kunnskap skjer i intellektet. Det finnes ikke en intellektuell kunnskap. Det kan være to kunnskapstyper: En er direkte og den andre er indirekte. Når selvet(atma) er uforanderlig tilstedeværende, kan kunnskapen av selvet bare være direkte». -Teaching Tradition of Advaita Vedanta av Swami Dayananda

Kunnskapen om hvem du er, er mer subtil enn intellektet og sinnet

Vedanta-elev: Det er bare en stødig forståelse av hvem du er av ditt sinn? Når du sier at du realiserer hvem du er, sier du alltid at det er en forståelse, som fjerner all ignoranse, slik at det er sinnet som endelig forstår hvem du er?

Vedanta-lærer: Ja og nei. Ja, fordi det er stødig fjerning av alle misoppfattelser og tvil om deg selv i sinnet ditt.

Nei, fordi ditt sinn vil ikke forstå det. Kunnskapen om hvem du er, er mer subtil enn intellektet og sinnet. Slik at sinnet eller intellektet kan ikke forstå det, men all ignoranse av misoppfattelser kan bli fjernet. Hvem du er blir tydelig når alle misoppfattelser og misforståelser er fjernet siden du egentlig vet hvem du er allerede, fordi du er med deg selv hele tiden.

Med en gang denne kunnskapen opererer gjennom ditt intellekt og sinn uten noen misoppfattelser, lidelser som er basert på begrensede ideer om deg selv vil stoppe. Et eksempel: La oss si at du tror du trenger kjærlighet fra noen for å være lykkelig. Hvis du finner ut at kilden av all kjærlighet egentlig er deg selv, vil du ikke trenge kjærlighet igjen fra noen til å føle deg lykkelig og fullstendig.

Vedanta er ikke et akademisk studie

Vedanta lærer: Nididhyasana er å bli kvitt Vedanta som et kunnskapsmiddel. Hvis du er Selvet, trenger du ikke det. Undervisningen burde ikke fylle intellektet. Den bør tømme det. Kanskje du prøver å huske alle undervisningene. Undervisningene spiser opp urenheter. Du kan ikke lese deg til moksa(frigjøring), fordi Vedanta er ikke et akademisk studie. Det er en dynamisk, pågående, alltid-tilstedeværende gransking inn i sinnet ditt, holder din oppmerksomhet på hvem du virkelig er hele tiden. Den filtrerer alt du tenker og føler gjennom tanken *«Jeg er hel og fullstendig eksistens / bevissthet»*. Mennesker leser fordi de er ignorante og realiserer ikke at ignoransen er veldig intelligent og får deg til å mistolke og huske tolkete betydninger, ikke kunnskapen som er utfoldet av en lærer. Vedanta er en muntlig tradisjon, en shabda pramanam – kunnskapsmiddel via lyd.

Første Vedanta-trinnet er å lytte, ikke lese. Å bli en Vedanta Computer tenker ikke. De memorerer. Når jeg sier at det er bare en aggressiv spøk ment som å skremme de intellektuelle, som ønsker å utfordre en lærer. En lærer er som en computer i den grad at han/ hun har kjennskap til alle undervisninger fra alle vinkler, men ikke fordi læreren ønsker å gjøre det. Siden undervisningen har fjernet lærerens ignoranse, kom lykksalighet sammen med undervisningsminnet. Alt det var Det Totale Sinnet.

Og når jeg underviser, er det ikke jeg som underviser. Det er Det Totale Sinnet, som gjør erindringen. Jeg påkaller Det Totale Sinnet og Det Totale Sinnet tar over, og det bare flyter som det skal. Det overrasker selv meg. Når du lytter(sravana), trenger du å se bort fra lærerens kropp og anta at ordene kommer fra Selvet. Hvis de ikke gir noe mening, kommer de fra individet sitt sinn. De er tolket. Skriftene er ikke ment til å bli tolket av en student. De er ment til å bli hørt. Hvis du ikke er tilpasset når du lytter, lytter du gjennom filteret av din egne tendenser og vaner. Du kan tenke om hva du virkelig er og takle sinnet fra den plattformen.

Vedanta elev: Hvordan anvender vi vår frie vilje til våre tanker?

Vedanta lærer: Ved å endre dine tanker. Hele Vedanta-undervisningen handler om å endre måten du tror om deg selv, verden og Det Totale Sinnet (Isvara). De fleste mennesker tror at deres tanker er inngravert i granitt, slik at de føler seg som offer for deres sinn. Men det er ingen grunn, bortsett fra vane, med andre ord vasanaer, hvorfor du ikke kan bevisst introdusere forskjellige tanker. Husk, livet ditt er bare tanker. Bevissthet pluss en tanke er en erfaring. Bevissthet minus en tanke er bevissthet. Hvis du fjerner, ikke benekter, tankene, som er en unik tenkemåte – med kunnskapen «Jeg er hel og fullstendig bevissthet», hviler du som bevissthet, deg selv, som er tanke-fri.

Advaita Vedanta – filosofi eller ikke-filosofi

Noen Advaita Vedantalærere bruker dog betegnelsen filosofi på deres undervisning. Og når en undersøker ordet filosofi, har den to betydninger:

1) Tro (eller trossystemer) akseptert som med sikkerhet av noen grupper eller skoler. Denne definisjonen er ikke berettiget for Vedanta.

2) Den rasjonelle undersøkelsen av spørsmål om eksistens, kunnskap og etikk. Dette er berettiget fullstendig for Vedantisk litteratur.

Derav kan Vedanta bli kalt for filosofi, men bare hvis ordet er først definert som i punkt 2, slik at den som lytter ikke tolker det som er vanlig å se filosofi, som punkt 2.

Du er allerede Selvet

Vedanta er ikke erfaringsbasert, fordi du er allerede Selvet. Den eneste tingen du erfarer er ditt Selv. Selvet er bevissthetslyset. Enhver opplysthet som begynner vil slutte. Det er et ignoranseproblem, ikke et erfaringsproblem. Vedanta er ikke en teori, som trengs å bli praktisert. Hva kan du gjøre for å erfare deg Selv? Vedanta er et kunnskapsmiddel som fjerner ignoranse av Selvet. Det er som med øynene. Hvis dine øyne er lukket, trenger du ikke å se treet foran deg. Hvis du åpner dem, ser du treet. Med en gang du har sett treet, trenger du ikke å fortsette å se på det gang på gang slik at du kan vite hva det er. Slik at dine øyne er ikke lengre nødvendig.

Vedanta er ikke lengre nødvendig når du vet hvem du er. De kan se på andre ting. Å forstå tydelig skille mellom kunnskap og erfaring er viktig her.

Brahman og atma er navn for ditt Selv, ren bevissthet. I Sanskrit er de synonymer for chaitanya, som betyr bevissthet eller oppmerksomhet. Brahman og atman er det samme. Shankara sier, «*Jivo brahmaiva na parah*». Det betyr at bevissthet viser seg som et begrenset individ(jivaatma) og er ikke-forskjellig fra Brahman, bevisstheten i alt. Det er bare en eksistens/bevissthet slik at alle er det og du erfarer det hele tiden. Upanishadene sier at det er bare bevissthet/ eksistens. Du kan ikke få det du allerede har ved å gjøre noe. Du kan sette pris på faktumet at du har det. Du er ikke forskjellig fra Buddha og så videre.

Vedanta er det store bildet og opplysthet er for sinnet. Sinnet står ikke i veien for selvet. Dets ignoranse av selvet og dets manglende forståelse av dets forhold med selvet holder den borte fra frihet. Problemet er ikke å fjerne sinnet. Ignoranse er problemet. Selvet er allerede fri. Sinnet trenger å bli løsrevet fra dens begrensede konsepter slik at den kan nyte frihet. Det er et verdifullt instrument og også en del av løsningen. Når det er eksponert til Vedantaundervisningene på en forpliktet måte, kan det fri seg selv.

Karma yoga er essensiell for alle som søker etter opplysthet. Det er middelet for å oppnå et klart,modent og rolig sinn slik at den kan forstå dets natur og bevare kunnskapen av hva som virkelig er. Det er det mest kraftfulle verktøyet, fordi den gjør hverdagen din til en opplysthetsvei. Den ødelegger den spirituelle/ verdslige dualiteten.

Omdanne intellektuell kunnskap til stødig overbevisning

Intellektuell kunnskap må bli omdannet til stødig overbevisning. Inntil kunnskapen er fullt ut integrert, vil sinnet fortsette å identifisere seg med alle dets gamle ignoransemønstre. Det kan være at de fortsatt jakter på berømmelse, penger, sex, dop med mer.

Når kunnskapen er ordentlig assimilert av sinnet, er resultatet fullstendig tilfredsstillelse. Du mister trangen til å søke lykke i verdenen (som er røttene av samsara), fordi du endelig vet at lykkensaligheten av fullstendig tilfredsstillelse er deg.

Mange mennesker er for late og erfaringssultne til å gjøre det nødvendige arbeidet til å virkelig assimilere kunnskapen, og det er ikke lett å få til. Som et resultat, er kunnskapen bare delvis assimilert og dette leder til konflikt i deg, fordi på den ene siden tror de at det er allerede det hele og fullstendig, men på den andre siden de blir ledet rundt av deres vasanaer, fordi de samtidig føler seg ufullstendig. Kunnskap (jnana) må bli omdannet til overbevisning (vijnana), ellers vil ikke undervisningen rett og slett føre til frigjøring (moksa).

Vedanta Må Bli Verifisert av Deg

Vedanta er et kunnskapsmiddel, som ikke er tilgjengelig til direkte persepsjon og persepsjonbasert slutning. Vedanta er ikke en filosofi. Den er ikke oppfunnet av mennesker og er ikke en samling av mennesker sine antakelser om livets mening eller virkelighetens natur.

Vedanta er en åpenbart visdom «sett» av rishiene (seere) i dype meditasjonstilstander eller kontemplasjoner. Senere har det blitt undersøkt i over tusener av år slik at alt som gjenstår er den essensielle sannheten åpenbart gjennom forskjellige erfaringer. Derfor er Vedanta en systematisk analyse av ens egne ugranskete erfaring, som fjerner feilaktige oppfatninger en har om erfaringen og avslører den underliggende virkelighet av alle erfaringer, som er grenseløs bevissthet.

I den forbindelse er Vedanta en vitenskap. Den er ikke om den materielle verden, men essensen av bevissthet, som støtter alle objektive fenomener. Det er en vitenskap i den forstand at den er basert på grundig gransking, logiske analyser og dens avsløringer er gjentatt verifiserbare. Hvis undervisningene er utfoldet skikkelig for en kvalifisert student, vil studenten alltid se (med andre ord forstå) eksakt de samme tingene, som rishiene eller opplyste vesener har sett gjennom tidsaldre siden tidenes morgen. Deretter vil studenten ikke måtte tro på noe. Han vil ha «sett»/ forstått sannheten for han selv. Selv-kunnskap vil automatisk fjerne ignoranse, og dessuten vil den fortsette å oppnå det selv etter noen transcenderende erfaringer eller åpenbaringer har forsvunnet.

Vedanta er et Ordspeil

Hvorfor er ord så viktig i å avsløre hva/ hvem vi er essensmessig? Og hvorfor kan ord fjerne ignoranse av vår sanne natur? Ord fungerer som ordspeil i Vedanta. Vi kan ikke erfare vår essens - vår natur - men ord kan fungere som underforstått betydning av hvem vi er - speil eller refleksjon av hva som skjer. Og granske, reflektere og analysere nøye bak ordenes betydning. Å ha samme ordforråd er jo viktig i Vedanta.

Når mine øyne ikke kan se og når jeg ønsker å se mine egne øyne så kreves et speil. På samme måte så kreves det et finere speil, som vil vise min sanne natur til meg selv. Dette

vidunderlige speilet er Sabda pramanam (kunnskapsmiddel) eller upanishadiske(veda skriftenes) ord. Vedanta tjener altså som et speil som åpenbarer din sanne natur.

Det er muntlig speil eller blir kalt for et ordspeil. Skriftene (sastram) lover at de kan vise oss den indre naturen. Du bruker speil og ser(forstår). Jeg forteller deg at hvis du ser speilet så ser du fjeset ditt. Med mindre du bruker det hvordan vil du vite det? Du vil bruke speilet og du vil gjenoppdage din indre natur.

Ord er veldig viktig. Vedanta handler om ord, fordi de er et verktøy som bærer med seg ideer. Når en lærer jobber med noen spiritielt, så er det første de gjør å sette opp et felles ordforråd. Det kan skje at etter en time inn i en satsang kan en person forstå hva læreren mente med kunnskap. Når studenten fikk betydningen så tilføyde det en hel ny dimensjon til studenten sitt sadhana (arbeide), som er et kritisk nivå, som får overgangen fra erfaring og handlingsord til identitetsord.

Vedanta er et utmerket kunnskapsmiddel, fordi den bruker Sanskrit (gammel indisk) ord som har spesifikke betydninger, som betegner fysiske, psykologiske og spirituelle fakta. Det er ikke mange ord å lære, kanskje førti eller femti, men med en gang de er forstått så kan en gå veldig langt med dem. De kan ta deg rett inn i tausheten/ stillheten.

Selv eller Jeg er et godt ord. Opplysthet er enkelt og greit å ha kjennskap til betydningen av «Jeg», når du sier eller tenker det. Når du sier det og ditt konsept er at «Jeg» er begrenset, utilstrekkelig og ufullstendig så samsvarer ikke din forståelse av ordet til hva det refererer som. Vedanta får deg til å tenke på lik linje med hva som defineres som virkeligheten: Jeg er grenseløs, tilstrekkelig, fullstendig, ufødt, alltid tilstedeværende selv/ bevissthet.

Vi har alle fått et intellekt og det handler om å bruke det. Det er tendenser til anti-intellektuell holdning i den spirituelle verden som skaper unødvendige frustrasjoner, irritasjon, problemer og lidelser.

Å skrive Vedanta er vanskelig, og det viser oss tendenser som viser hvor dualistisk vårt språk og tenkning er. Det er en veldig god måte å gå i dybden av ditt arbeide. Ikke bekymre deg over å stave og grammatikk, det er ikke så viktig som forståelsen av forskjellen mellom underforstått betydning og tilsynelatende betydning av ord.

Ord har to betydninger, en tilsynelatende og en underforstått. Disse to betydninger skjer fordi kausalkroppen og subtilkroppen påvirker vår erfaring samtidig. Vår erfaring er en kombinasjon av disse to faktorene. Med hensyn til denne ideen så er det fornuftig å si at erfaring foregår på to nivåer på samme tid, en erfart direkte og den andre indirekte. I virkeligheten er det ingen nivåer. Bare i Maya, den tilsynelatende virkeligheten så eksisterer de.

Direkte erfaring er rett og slett tanken, som spiller ut i subtilkroppen (ego-sinn-intellekt)

til enhver tid. Vi erfarer bare en tanke av gangen og derfor har vi bare en erfaring av gangen, slik at to strømmer av ord, en fra subtilkroppen og en fra kausalkroppen, kommer ikke samtidig. Selv om de gjorde det så kunne vi ikke høre dem begge, fordi innkommet erfaring er kontrollert av de samme reglene/ lovene som styrer utgående erfaring.

Hvordan snakker kausalkroppen? Eller for å omformulere spørsmålet, hvordan manifesterer den underforståtte betydningen? Den er kodet i den talende eller skrevne ord. Så når du snakker uten full oppmerksomhet, med andre ord når sinnet er rajasisk (opprørt, urolig) eller tamasisisk (sløv, trøtt) så er du ikke klar over at dine ord har to betydninger slik at innholdet av ditt ubevisste er blitt åpenbart. Fordi ord er så åpen for tolkning, får Vedanta oss til å havne i en hel ny verden av persepsjon, fordi den er så hardnakket på den korrekte og bevisste bruken av ord. Den underviser gjennom det underforståtte (gjemt betydning) og ikke vanligvis den tilsynelatende betydningen av ord. For å få selvgransking til å virke, hvor tilsynelatende betydning ikke virker, så må vi ta den underforståtte betydningen, basert på logikk.

For eksempel, hvis vi sier at det er en identitet mellom Isvara (Skaper, Makrokosmisk Sinn, Det Totale Sinn) og Jiva (person), hva mener vi? Vi kan ikke få det til å virke med den tilsynelatende betydningen av denne uttalelsen, fordi Isvara er bevissthet pluss verden, og jiva er bevissthet pluss subtilkroppen. Isvara er allvitende og jiva vet bare dens subjektive virkelighet. Vi må bruke den underforståtte betydningen ved å fjerne alle ikke-essensielle variabler til å forstå hva som er ikke-avvisende, det faktum at både Isvara og jiva er bevissthet.

En må bruke ord til å uttrykke seg selv, og i Vedanta bruker vi ord forsiktig og så nøyaktig så mulig, og har kjennskap til at de er noe, som man peker med fingrene på månen, de er ikke månen. Den ikke-dualistiske visjonen eller Vedanta, er ikke åpen for tolkning: Den er ikke basert på mening eller tro og tilhører ikke noen. Den blir kalt for bevissthetsvitenskap, fordi den er livets fundament i seg selv. Det er kunnskapen, som understøtter alle andre kunnskap. Vedanta blir kalt for *apaurusheya jnanam*, som betyr bakenfor eller uavhengig menneskesinnet og åpenbart til sinnet, ikke tenkt opp av menneskesinnet, ikke en religiøs påstand til å være Guds ord, men på samme måte kunnskap av alt som har blitt avslørt : Som med Edison angivelige oppdagelsen av elektrisitet eller Einstein sin oppdagelse at energi og materie er det samme. Disse store sinnene sammen med alle store sinn gjennom historien har aldri oppfunnet eller skapt noe. Kunnskapen av hva de har avslørt var åpenbart til sinnet. Imidlertid, er objektkunnskapen veldig forskjellige fra selvkunnskap:

Selvkunnskap, ulikt objektkunnskap er alltid sann, fordi den er sann til selvet, som betyr at den ikke kan bli avvist eller negert av noen andre kunnskap. Selvkunnskap er forskjellig fra objektkunnskap, som ikke er subjektbasert. Objektkunnskap er ikke kunnskap om det ikke er sann mot objektet. Hvis det er min kunnskap, da er det min tolkning av et objekt (subjektiv kunnskap), som ikke nødvendigvis er kunnskap. Ignor-

anse(eller mitt synspunkt) får meg til å se eller erfare objekter på en spesifikk måte, på grunn av min preging (betingelser). Mennesker tror at ignoranse er kunnskap fordi de tror hva de erfarer er kunnskap. Det kan være kunnskap, men det kan også være at det ikke er det.

Stor forvirring, misforståelse og lidelser er forårsaket av måten ordene er brukt, når de er basert i dualitet eller ignoranse. Når moksha er målet, er evig årvåkenhet krevd hvis en ønsker å være totalt ignoransefri. Sanskrit utviklet språket av Vedaene og er mindre påvirkelig til tolkning hvis det er brukt passende og forstått. Problemet er at det ikke er passende forstått og at det er vanskelig å lære for oss Vestlige. Noen terminologier har ikke en tilsvarende god oversettelse i et annet språk, men en lærer kan bruke mindre Sanskrit om det ikke er spesielt nødvendig, fordi det kan være forvirrende. En holder på de originale betydningene av alle terminologier i Sanskrit. For det andre, ordene du bruker for å beskrive selvrealisering er ikke gode hvis man bruker kvaliteter av ens erfaring. Fordi en vil ikke beskrive HVEM som kjenner til erfareren og erfaringen. Som bevissthet, har du ingen kvaliteter: Du er triguna atita, som betyr bakenfor gunaene. Du er hva som er med på å forårsake alle kvaliteter.

Bevissthet er Speilet

Ingen handling (selv ikke en antatt spirituell handling) som er kjørt av en begrenset entitet kan i det hele tatt produsere et grenseløst resultat, som er moksha (frihet, frigjøring). Siden bevissthet er subjektet og ikke objektet, så er midlene til vår disposisjon for å vite noe: persepsjon og slutning, er ikke tilstrekkelig fordi subjektet er mer subtilt enn objektet. Siden bevissthet ikke er et kunnskapsobjekt, kan det bare bli åpenbart til å være ens sanne natur av en undervisning som er i stand til å fjerne ignoranse fra sinnet. Den eneste løsningen til å fjerne lidelse er selvkunnskap. Selvkunnskap (Vedanta) må bli undervist til et sinn som er kvalifisert. Bare Vedanta tilbyr et gyldig, uavhengig kunnskapsmiddel kapabel til å frigjøre sinnet for alltid fra ignoranse.

Vedanta er ikke basert på meninger eller trossystemer av noen. Den er utvilsomt kunnskapen, som er grunnlaget til alle andre kunnskaper og er sannheten med en stor bokstav «S» om deg. Det er hvorfor det blir kalt for kunnskapen som slutter søken etter kunnskap. Hvis du er klar til å slutte med søkingen og bli en finner, har Isvara (Det Totale Sinn) bragt deg til den rette plassen: Du trenger ikke å se enda lenger.

Hva Vedanta sier om deg er enkelt og greit dette:

Det er ingenting galt med deg som en person eller med livet ditt. Ditt eneste problem er at du har et kunnskapsproblem forårsaket av den villedende kraften av maya (skaper - skapelse - ignoranse), som produserer dualitetshypnosen, hvor vi identifiserer oss med objekter. Frihet fra lidelse kommer fra den stødige og urokkelige forståelsen om at du er hel og fullstendig, ikke-dualistisk, uforanderlig, grenseløs, handlingsløs, ordinær bevissthet og ikke en person. Personen, deres preging (vaner som styrer sinnet, vasanaer), deres tanker og følelser, deres liv og deres miljø, er alle objekter kjent av deg.

Den tøffe delen er dette: Å bare kognitivt ha kjennskap til at det er sant vil ikke frigjøre sinnet fra lidelse. For å være fri, så må sinnet være kvalifisert til å forstå hva frihet betyr for personen; og den må også integreres og aktualiseres av personen i hvert eneste øyeblikk. Personen må sette kunnskapen ut i livet.

Vi ser utifra kroppens ståsted at verden er utenfor oss selv, men alt skjer egentlig i vårt sinn om en ser det fra selvets ståsted (ikke-erfarende vitne). Alle handlinger kommer fra en tanke. Alt vi ser er det en tanke og kunnskap bak. Det er vanskelig å akseptere for sinnet, som ser noe annet enn hva virkeligheten egentlig handler om.

Speilmetaforen er en god start å begynne i selvgransking

Bevissthet tilhører ikke et individ. Det er den sanne naturen av alt, det er bare bevissthet, og vi er alle den. Når Maya viser seg og med verdens objekter, individet(subtilkroppen) viser seg og på grunn av den villedende kraften av maya så identifiserer det med objekter, og tror at bevissthet er noe annet enn det, og at alle objekter er også noe annet. Vi kaller dette for selvet fortryllet av ignoranse. Dedikert selvgransking er å gå inn i den sanne naturen av sinnet med et gyldig kunnskapsmiddel under opplæring av en kvalifisert lærer som vil ødelegge oppfatningen av dualitet, hvis sinnet er kvalifisert.

Speilmetaforen er et godt sted å starte med ens gransking inn i selvet, hvis du forstår at «Jeget» er din sanne natur, bevissthet eller selvet. Imidlertid så stemmer ikke metaforer eksakt på objektet de representerer. Hovedideen er at det er ingen separasjon mellom ditt bilde i et speil eller speilet. Du kan ikke finne et mellomrom mellom dem.

Det er to typer skjermer: en som reflekterer sitt eget lys og i det lyset (som lyset av en dataskjerm) så viser objekter seg og forsvinner. Denne skjermen har sitt eget lys. Så er det en skjerm, som et filmlerret, som er som solen og månen, med andre ord så projiserer ikke skjermen sitt eget lys, men låner sitt lys fra projektoren, slik som månen låner sitt lys fra solen, fordi det har ikke eget lys.

Alt reflekterer lys, men et speil reflekterer lys klart, som det er, slik at det er kilden av lyset i metaforen. Dess klarere sinnet (reflekterende overflate) er, dess mer tydelig er objektene i det. Selv om alle objekter dukker opp i bevissthet, så er det ikke lett å se noen objekter som bevissthet, fordi de er skjult av ignoranse. Spørsmålet å stille seg er denne: Hvor langt unna er objektene fra speilet? Dukker de opp og står fra hverandre? Nei. Refleksjonen i speilet og speilet er ikke-forskjellig, som bildet i speilet og objektet som skaper det.

Poenget er, hvis speilet (sinn eller reflekterende overflate) er klart, så kan selvet som objekt reflektert i speilet bli kjent som et objekt av kunnskap/erfaring, selv om det er også kjent at selvet er ikke et objekt, men hvem du er. I Ikke-dualistisk virkelighet, så er erfaring og kunnskap det samme. Det er ingen skjuling i et klart speil (et rent speil fri

av ignoranse), fordi en vet at alle objekter er deg (bevissthet), men du er fri av objektene. Bevissthet er alltid den eneste tingen du aldri kan benekte.

Vedanta som et Reflekterende Speil

I Vedanta hører vi ofte uttrykket at skriften handler som et reflekterende speil, som vi kan se (forstå) oss selv, vår psykologi, verden og Skaperen av verden i et unikt lys. Hvis du prøver å se dine øyne uten hjelp av et speil så klarer du ikke det, selv om du vet at du har øyne fordi du kan se. Til å «se» ens selv kan sammenlignes med å prøve å se med øynene uten hjelpen av et speil, fordi selvet, bevissthet, er bakenfor persepsjon. Fordi bevissthet, på en eller annen måte vet at dens identifikasjon med persepsjon skjuler dens verdsettelse av seg selv, så utviklet den Vedanta.

Vedanta er det tredje øyet, speilet som tillater selvet å ha kjennskap til seg selv og da antar vi at det har glemt hvem eller hva det er. Når vi først undersøkte Vedanta, realiserte vi vanligvis ikke at det er et ordspeil. Den ser bare ut som en annen filosofi, bare ord som prøver å fortelle oss noe om noe ukjent fjerntliggende selv, og ikke som den egentlig er, en åpenbaring av vår sanne natur. Vi tror den snakker til oss om hvem vi er når den egentlig viser oss hvem vi er. Å bruke speilet av Vedanta på denne måten, så oppnår vi indirekte kunnskap om hvem vi er, men ikke direkte kunnskap. Indirekte kunnskap er «Jeg har kjennskap til bevissthet, Jeg erfarer bevissthet, Jeg er opplyst. Direkte kunnskap er «Jeg er bevissthet».

Hvis vedaskriften snakker til oss, er det uungåelig at vi vil tolke dens ord. Hvis Vedantaspeilet jobber skikkelig, trengs ingen tolkning. Ikke-dualitetsvisjonen, vil automatisk tolke virkeligheten for oss og vi vil være fri av behovet for å endre på ting eller endre på oss selv. Ordene av skriften fungerer bare som en åpenbaring når de er håndtert av en kvalifisert lærer eller veileder, som er trent i å utfolde skriftene metodisk. Å snakke om selvet fra ens egne personlige erfaringer kan forårsake en åpenbaring i andre, men den utgjør ikke en undervisning. Selvignoranse er solid fastkoblet. Bare et grundig systematisk kunnskapsmiddel som Vedanta kan fjerne det fullstendig. Åpenbaringer kan fjerne den, men den vil komme tilbake uten et fullstendig kunnskapsmiddel.

Tilstedeværelsen av skriften og en dyktig lærer eller veileder er ikke nok, dog. Studenten trenger å være kvalifisert. Studentmetaforen er uheldig fordi det antyder studie og den vanlige ideen om studier er å lese og tolke hva vi har lest ifølge våre trossystemer og meninger. Å studere kan være nyttig for informasjon, men den transformerer ikke ens visjon. Den forlater en som en som tillegger et par småting for informasjon. De forventede kvalifikasjoner for kunnskapsmiddel til å virke koker ned til modenhet. En moden person er en som har evne til å skille mellom selv og ikke-selv. Det betyr at personen er objektiv. En slik person har et disiplinert, profesjonelt sinn som tillater han eller henne å sette tilside verdsatte trossystemer og meninger og lytter med et åpent sinn.

Men for at selvkunnskap skal virke, trenger den å bli assimilert. Assimilering er ikke

tolkning. Hvis sinnet er åpent vil det raskt og uten anstrengelse høste fordelene av undervisningen. Når du spiser et måltid, så trenger du ikke å tenke på å fordøye det. Det blir behandlet automatisk. Men hvis sinnet er lidenskapelig og bundet til dets tros-systemer og meninger så vil det tro at det vet hva som blir kommunisert og da vil det ikke assimilere den, kanskje bare delvis fordøye den. Du kan ikke delvis fordøye deg selv, fordi selvet er en udelelig helhet.

Istedenfor å lytte til ordene, så vil sinnet lytte til dets reaksjoner til ordene og lage kon-septer om selvet. Et umodent sinn fanger opp kunnskapen raskt, men det er ikke alltid det forstår. Hvis din forståelse av hvem du er, er basert på en tolkning av hva du har hørt, uansett hvor inspirert du blir av det, vil livet ditt endre seg, men det vil etter hvert endre seg til hva det var før.

Å lytte er den grunnleggende spirituelle praksisen av Vedanta. Handlinger som flyter fra fullt assimilert kunnskap frigjør. For de som flyter fra tolket kunnskap binder. Når sinnet er lidenskapelig så hopper det fra tanke til tanke. Istedenfor å relatere til gjemte betydninger av ordene, så følger det den tolkede betydningen.

Vedanta er mye mer enn spennende nye ideer. Hvis du har hørt Vedanta og du løper av for å høre andre undervisninger eller lese noen andre moderne spirituelle bøker av nypregete opplyste vesener, så har du ikke lyttet. Du har tolket. Hvis jeg ikke forstår Ved-antas refleksjonsfunksjon, speilet som åpenbarer min sanne natur, vil jeg bli lei av mitt studie av Vedanta. Jeg vil tro at jeg vet det og at jeg vil bruke det på en eller annen måte for å få livet mitt til å virke eller å lære noe nytt.

Men gjennomgangstemaet av Vedanta er «meg». Jeg er ikke noe nytt. Jeg er evig. Jeg vet dette faktum på en eller annen uklar måte, fordi ellers ville jeg ikke være tiltrukket til Vedanta. Men jeg mangler klarhet. Den gradvise utviklingen av klarhet er som et foto som blir tatt av et filmkamera, som blir utviklet. Slik som kjemikalier i serveringsbrettet, de samme ordene blir brukt om og om igjen, men når de blir sett på (forstått) som et refleksjonsmiddel, så vil bildet av min ikke-dualitetsvisjon gradvis bli klarere og klarere.

Når jeg forstår rollen av vedaskriften som et refleksjonsmiddel så vil jeg verdsette skrif-tene på en riktig måte. Og jeg er villig til å eksponere sinnet mitt til visjonen som er åpenbart gjennom dem igjen og igjen. Jeg ser med undring av de nye oppstående og den uforutsette klarheten som omfavner meg og løfter meg bakenfor mitt lille liv og dets uungåelige lidelser.

Utdrag fra Panchadasi av Vidyananya:

Hvis du tror gransking er å lukke øynene og se inni deg, så tar du grundig feil. Du kan ikke se ditt fjes med dine øyne åpne eller lukket med unntak om du har et spill. For å se deg selv så trenger du speilet av Vedanta, et ordspill som avslører deg selv. Selvgransking er Vedanta. **Det er en livslang praksis av gransking i verden**, individet og selvet. Gran-sking benekter individet og verden - hvor bare selvet gjenstår.

Men benektelse skjer ikke fysisk ved å ødelegge Individene og verden; Det er bare kjent som tilsynekomster. Ellers vil alle som sover eller besvimer være frigjorte. Moksa(frihet/frigjøring) er ikke en endring i erfaring av verden eller tilsynekomster av verden. Det er bare klar kunnskap av forskjellen mellom bevissthet og dens tilsynekomster som verdenen. Det er ikke ikke-erfaring av verdenen eller forsvinning av verden eller en mystisk tilstand oppnådd ved å lukke igjen eller overskride sansene. Gransking lar verden og ens dualitetserfaring med den være intakt. Erfaring av dualitet benekter ikke kunnskap født ut av gransking.

Vedanta for Nybegynnere - Introduksjon

Ny Til Ikke-Dualitet?

En Grunnleggende Ordliste – noen få viktige sanskrit ord å ha kjennskap til, som blir brukt mye i Vedantaskriftene:

Isvara Det upersonlige makrokosmiske sinnet, kreative prinsippet, universelle feltet, som vitenskap kaller for nullpunktsenergi og religionen har personalisert og tilbedt, kalt for Gud. Det blir også kalt for Det Totale Sinnet.

Maya Prinsippet som betjener eksistensfeltet, villeder mennesker til å tro at deres kropp-sinn verktøy er separert fra alt, begrenset og krever objekter til å fullføre dem. Det er også kalt for ignoranse.

Jiva Individet, identifisert med kropp-sinn verktøyet.

Gunas De tre grunnleggende programmene som driver universalfeltet: Kraften til å proijsere, kraften til å benekte og kraften til å avsløre.

Samsara Troen på at virkelighet er en dualitet, som er årsaken til all lidelse.

Jagat Objektene verden, alt i skapelsen.

Vasana Følelsmessige og mentale tendenser; handlingsvaner, reaksjonsmønstre, inntrykk.

Vedanta blir kalt for ikke-dualitetsvitenskapen (bevissthetsvitenskapen). Det er ikke en religion eller en filosofi og det er ikke basert på hvilken som helt person eller en persons tro eller meninger. Det er derfor har det blitt kalt et uavhengig og gyldig selvkunnskapsmiddel, som betyr at det står alene og er basert på ren logikk. Alt den lærer har blitt utarbeidet over tusener av år av tusener av rishiene (vise mennesker) som har brukt denne logikken. Den har ikke virkelige forfattere, selv om mange tekster er undertegnet av forskjellige mennesker. Imidlertid, det er ikke deres ord fordi denne kunnskapen kommer ikke fra menneskesinnet: Ingen har funnet opp vedanta. Logikken ble avslørt av bevissthet til menneskesinnene, som var i stand til å høre det og forberedt til å forstå det. Det er en bevist og testet metodikk og kan ikke bli argumentert med fordi det er bare logikken av din ugranskete erfaring. Ordet Vedanta betyr kunnskapen som slutter søken for kunnskap. Vedanta er om den sanne virkelighetsnaturen og dets grunnleggende prinsipp er at bare kunnskap, ikke erfaring, kan frigjøre deg av dine feilaktige tro på hvem du tror du er.

Vedanta beviser ganske åpenlyst at virkelighet er basert på ikke-dualitet, og ikke dualitet. Den finner ut definitivt om subjekt-objekt skillet, og avslører at det er bare et prinsipp som opererer her, ikke to. Det ene prinsippet er bevissthet, som også er referert som selvet, hvor alt, som betyr alle objekter oppstår fra. Vitenskap er ikke langt unna å bevise dette prinsippet til å være sant, selv om den er fortsatt ikke er bredt akseptert. Det er fordi det er den mest åpenbare tingen som finnes. Er det ikke innlysende at du er bevisst? Har det noen gang vært en tid når du ikke har vært bevisst? Hvis det var mulig, ville du ha vært her for å vite at du ikke var bevisst, ville du ikke? Eller ville kroppen være 2 meter under bakken. Hvem er det som vet hva du tenker, føler og gjør hele tiden? Har det ikke skjedd deg at det er noe som opererer i deg, som kjenner deg? Det stille vitnet, som Vedanta kaller for ikke-erfarende vitne, er bevissthet, din sanne natur. Den erfarer ikke, den vet at du erfarer hele tiden, og uten den ville ikke den personen du tror du er erfare noe.

Hvem er du egentlig? Hvem du virkelig er gjenstår etter død, fordi bevissthet var aldri født og dør aldri. Den er i forkant til alt.

De fleste mennesker er totalt identifisert med deres kropp, deres tanker, følelser og handlinger. Å antyde noe annet er absurd. Vedanta sier at denne ignoranse blir kalt for samsara, et Sanskrit ord som betyr troen på at virkelighet er en dualitet. Ignoranse betyr ikke dum, det betyr fravær av kunnskap om din sanne natur som grenseløs, uforanderlig, hel og fullstendig, ikke-dualistisk, handlingsløs bevissthet. Denne ignoransen er årsaken til all lidelse, fordi mennesker som er hypnotisert av dualitet jakter objekter til å fullføre seg selv. Og ingen objekter kan gjøre jobben, fordi selv om de kan levere midlertidig lindring fra begjær, hva enn det er, gleden de leverer varer ikke.

Ganske snart jakter du et annet objekt forgjeves om håp at den vil virkelig gjøre jobben! Det trengs ingen rakettforsker til å forstå at dette ikke fungerer. Bare se rundt, se på mennesker som fortvilet jakter ting, forhold, penger, status, sikkerhet, komfort, nytelse, avledning, hva som helst. Kan en oppnå varig lykke gjennom objekter? Selv om du finner kjærligheten i ditt liv, for eksempel, og dere elsker genuint hverandre for resten av deres liv, vil en av dere dø først. Hvor er lykken da? Og hvis du vinner lotteriet og kan ha hva som helst objekt ditt hjerte begjærer, er det en garanti for lykke? For det meste er det en garanti av det mostatte: binding og lidelse.

Det er midlertidig glede i objektet, men ingen varig glede (lykke). Lykken som kommer fra å oppnå objektet kommer fordi begjærets press, av jakten, er midlertidig bremsert, og det ser ut til at lykken kommer fra objektet. Men den gjør aldri det. Å bruke logikk, hvis det var sant at objektene var virkelig lykkerekilden, ville det samme objektet ha gitt samme glede til alle, men det er klart at de ikke gjør det. Se på det åpenbare, som forholdene og penger. Gjør disse to tingene alle lykkelige? Hm... det er ganske åpenbart at det ikke er tilfellet eller hva?

Hvor kommer gleden fra? Vedanta sier at gleden bare kommer fra deg, bevissthet, selvet. Du er gleden (lykksaligheten): Det er ikke noe du kan oppnå eller miste, det er din sanne natur.

Men dualitet (Vedanta kaller det også for maya) har lurt deg til å tro at du er liten, utilstrekkelig og begrenset, du får gjøre ditt beste til å få alle objekter eller du vil aldri bli lykkelig! Virker det? Er det bevis som støtter troen på at objekter virkelig er kapabel til å gjøre deg lykkelig? Hvor lenge varer lykke? Den forsvinner alltid, som er tilfellet. Det er ikke varig lykke eller sikkerhet eller glede. Den er midlertidig.

Hvordan skal en finne varig lykke, noe som ingen kan gi deg eller ta fra deg? Ved å realisere din sanne natur, hvem du virkelig er. Hva alle jakter etter er virkelig seg selv: selvet.

Dette er frigjøringsreisen, frihet fra feilaktig oppfatning om hvem du virkelig er. Vedanta er billetten til frigjøring.

Hvordan Undervise det Grunnleggende i Vedanta

Student: En venn har spurt meg om å gi et to eller firetimers foredrag om Advaita Vedanta for hennes yogalærer trening, som hun leder. Jeg vurderte å ta med Tattva Bodhah som en tekst. Det er kort tid og kanskje det er mer generell introduksjon i karma yoga, satya(virkelig)-mithya (tilsynelatende virkelig) og så videre ville være bedre. Noen råd ville jeg satt pris på.

Vedanta lærer: Tattva Bodhah er en veldig bra introduksjonstekst siden den forklarer terminologier brukt i Vedanta ganske bra. For et kort foredrag, ville jeg gjøre en rask intro med Den Store Sammenhengen, hovedpunktene (se nedenfor).

Det bør inkludere en liten historie om Vedanta, hva det er og hva det ikke er, hvorfor det ikke er et trossystem, hvorfor det krever kvalifikasjoner, hvorfor det er en gradvis undervisningsmetodikk, metoden og Selvgranskningsnivåer (karma yoga, lytte, reflektere/ granske/ analysere/ undersøke, assimilere/ aktualisere/ rekvalifisere/ integrere): det må understrekes at hovedformålet av Vedanta er å diskriminere satya(Uforanderlig bevissthet/selv) fra mithya (verden av objekter som alltid er i endring), med andre ord identiteten mellom Det Totale Sinnet og Individet hva de har til felles og hva de ikke har til felles, og forskjellen mellom erfaring og kunnskap.

Hvis du har tid kan du røre borti en eller to av hovedprakriyas (metoder), som karna-karya vada (årsak og virkning), panca kosha(fem slire) og avasta traya (de tre tilstander). Forklare grunnen til at Vedanta tilbyr metoder (prakriyas), som er logiske bevis, som avslører den naturlig eksistenslogikken (som er alles ugranskete erfaring) ved å fjerne ikke-essensielle eller tilfeldige kvaliteter, dermed gjenstår bare bevissthet som en uforanderlig konstant. Siden ditt publikum har bakgrunn i yoga, må du forklare hvorfor en ikke kan gjøre noe for å fri sinnet fra ignoranse, siden handleren er problemet.

Derfor må en fremheve viktigheten av forståelsen mellom erfaring og kunnskap, ikke lett å selge til et slikt publikum.

Her er grunnleggende intro til foredrag eller Satsang som en kvalifisert lærer følger:

1. Hva er Det Jeg Vil? Motivasjoner, Verdier

Hva jeg tror jeg vil ha er ikke noe virkelig jeg vil ha. Jeg vil ha frihet fra den som ønsker seg noe. Hvis jeg ønsker frihet, er frihet en ny erfaring eller er det min natur? Hvis det er min natur, kan Jeg ikke erfare den. Den kan bare realiseres, siden virkelighet er ikke-du-alitet og Jeg erfarer alltid meg selv hele tiden.

2. Kunnskapsmiddel (verktøy)

Siden Selvet ikke kan bli objektifisert av sinnet eller sansene, trenger jeg et uavhengig kunnskapsmiddel. Vedanta er et slikt middel som fjerner din ignoranse. (Forklar litt om hva Vedanta er og ikke er)

3. Kvalifikasjoner

Vedanta gir ikke en erfaring, fordi du erfarer allerede, øynene kan ikke se om de har grå stær, med andre ord hvis sinnet ikke er klart kan den ikke forstå undervisningene og trenger å bli kvalifisert. Forklar kort om kvalifikasjoner.

4. Lærer og Arbeide(Sadhana)

Du trenger en kvalifisert lærer eller veileder til å utfolde undervisningene eller vil du tolke dem ifølge dine egne tanker. Du trenger å forplikte deg selv til selvgranskingsprosessen, som betyr sravanna (lytte), manana (granske, reflektere, analysere, undersøke) og nididhyasana (assimilere, integrere, aktualisere, rekvalifisere), gi en kort beskrivelse av disse tre trinnene.

Tattva Bodhah

En kort presentasjon av teksten Tattva Bodhah angående Introduksjon til Vedanta:

«Hvis du er interessert i å ta dine spirituelle spørsmål videre, og ønsker å forstå din sanne natur, sinnets og verdens natur, vil denne introduksjonen være av stor verdi. Frihet og varig glede er resultatet av denne kunnskapen. Dette er ikke bare en akademisk eller intellektuell øvelse. Det er en dynamisk tradisjonell undervisning som involverer deltakerne på en slik måte at den gir innblikk i virkelighetens natur. Vedanta Introduksjonskurs — Tattvabodhah. Det er en introduksjon som utfolder den tidløse, fullstendige undervisningen i selvgranskning, det vil si den tradisjonelle ikke-dualistiske visdom, Vedanta. Undervisningen begynner med en analyse av våre motivasjoner for å søke opplysthet, så fortsetter den ved å oppklare de mange moderne mytene om opplysthet. Videre, gir den en klar definisjon av opplysthet og diskuterer de nødvendige kvalifikasjoner, behovet for en upersonlig undervisning, og en kvalifisert lærer. Den tar også opp selvets natur og til slutt, introduseres de ulike teknikkene (yoga) som fjerner hindringene for ens forståelse av én selv som evig grenseløs, ikke-dualistisk ordinær eksistens-bevissthet.»

Kort sammendrag om Tattva Bodhahundervisningen.

Tattva Bodhah betyr Kunnskap om sannhet eller virkelighet.

Innledning til de fire-foldige kvalifikasjonene

Kvalifikasjon 1: Diskriminasjon (viveka) – Hva er ment med diskriminasjonen mellom det ubestandige og det bestandige? Det er overbevisningen at Selvet alene er bestandig og at alt som erfares er ubestandig.

Kvalifikasjon 2: Objektivitet (vairagya) – Objektivitet er fravær av begjæret for nytelsen av frukten av ens handlinger i denne verden.

Kvalifikasjon 3: Selvdisciplin (samadi sadhanam) er seks typer disipliner. De er kalt de seks indrerikdoms disipliner:

Disiplin 1 – Mestring av sinnet (sama)

Disiplin 2 – Mestring av sansene (dama)

Disiplin 3 – Tilbaketrekking eller ro (uparama – svadharma)

Disiplin 4 – Utholdenhet, tålmodighet og overbærenhet (titiksha)

Disiplin 5 – Tiltro (shraddha) – Tiltro er troen på eller tillit i at det skriften og læreren sier er sant.

Disiplin 6 – Konsentrasjon eller fokuseringskraft (samadhanam) evnen til å holde sinnet absorbert i en bestemt tankegang på et gitt emne.

Kvalifikasjon 4: Brennende ønske for frigjørelse (mumukshutva)

Disse er kvalifikasjonene for å gjøre den diskriminerende granskingen inn i Selvet. Ingen andre betingelser er nødvendige.

Gransking inn i Selvet

Selvet alene er virkelig. Alt annet er uvirkelig/ tilsynelatende virkelig.

Dette er granskerens faste overbevisning og er kalt gransking.

Selvet er det som forblir uendret i fortiden, nåtiden og fremtiden. Det eksisterer før og etter tiden. Det gjennomtrenger og transcenderer alle bevissthetstilstander. Det er kalt satyam, det som er.

Det som ikke eksisterer, som gevirer til en fisk er kalt asat, uvirkelighet/ikke-eksisterende.

Det som eksisterer, men gjennomgår endring er kalt mithya, tilsynelatende virkelighet. Alle tingene i de subjektive og objektive verdener endrer.

Eksistensens helhet kan bli delt inn i to kategorier:

- (1) Jeget som er kalt aham og
- (2) resten av verden som er kalt Dette (idam).

Følgende analyse viser hvordan jeget, kjenneren er forskjellig fra kroppen som er feilaktig identifisert med den.

Individet

Hva er de Tre Legemer (sharira traya)?

1) Hva er det Grove Legemet (sthula sariram)

Det er det som er sammensatt av de fem elementene (mahabhutas) rom, luft,ild, vann og jord etter at de har gjennomgått den delende og kombinerende prosessen (panchikarana)

Det er født som et resultat av fortidens meritterende gjerninger og er transportmiddelet med hvilket en oppnår erfaring i verden. Det er født, vokser, opprettholder seg selv, faller og endelig dør.

2) Hva er det Subtile Legemet (suksma sariram)

Det er sammensatt av de fem elementenes (tanmatras) subtile aspekt før de gjennomgår den delende og rekombinerende prosessen. Det er et resultat av fortidens gode gjerninger og er et instrument for subtile erfaringer. Det består av sytten deler: de fem persiperende sanser (panca jnanendriyani), de fem handlingsorganer (panca karmendriyani), de fem livsviktige lufter: Respirasjon (prana), utskillelse (apana), sirkulasjon (vyana), fordøyelse og assimilasjon(samana) og kraften i kroppen til å utvise uønskede objekter (udana). Udana er også aktiv på dødfalls tidspunktet og er ansvarlig for å løse ut det Subtile Legemet fra det Grove Legemet. Det Subtile Legemet inneholder også sinnet og intellektet.

Det Grove Legemet, den ytre materielle sliren holdes i livet av det Subtile Legemet som drifter persepsjons- og handlingsorganene og pranaene, de fysiologiske systemene. Når det Grove Legemet dør, går det Subtile Legemet av. Det Subtile Legemet varierer fra den ene personen til den neste. Identifikasjonen av Selvet med det Subtile Legemets emosjonelle aspekt resulterer i følelser som «Jeg er lykkelig. Jeg er ulykkelig. Jeg er sint.» osv.

Persepsjonsorganer er kalt jnanendriyam, kunnskapsorganer. De er øyne, ører, nese, tunge og hud. Elementene som gir opphav til de persiperende organer er som følger: Rom for ørene. Luft for huden. Ild(lys) for øynene. Vann for smaken og jord for nesen.

Erfaringsfeltet for øret er rom, som muliggjør lyd. Erfaringsfeltet for huden er luft, som muliggjør berøring. Ild (lys) muliggjør persepsjon av former. Persepsjon av former er øynenes funksjon. Tungen fungerer fordi vann muliggjør smaken. Nesens formål er å kjenne til element jord.

Handlingsorganer er kalt karmendriyas. De er: tale, føtter, anus og kjønnsorganer. Elementet ansvarlig for tale er ild. For hendene, luft. For føttene, rom. For anusen, jord og for kjønnsorganene, vann.

Hva er Sinnet (antahkarana)

Sinnet mottar stimuli fra persiperende sanser og forener eller assimilerer informasjon inn i en erfaring. Sinnet er tanker. Tanker kan bli delt opp inn i fire kategorier basert på deres virksomheter. Når sinnet er i en tilstand av vilje, vakling eller tvil er det kalt manas, emosjon. Når sinnet er involvert i analysen av en situasjon med ideen om å ta en avgjørelse, gjøre en diskriminasjon eller en bedømmelse er det kalt buddhi, intellekt.

Når sinnet anser seg selv som handlingsforfatteren eller nyteren av behag og smerte, er det kalt ego, ahamkara. Delen av sinnet som tilbakekaller minner, og lagrer underbevisste inntrykk er kalt chitta. Sinnet responderer på den måten som passer til situasjonene som oppstår i livet. Det er en annen måte å samarbeide med det Subtile Legemet.

Hva er Årsaks (kausale) Legemet? (karana sariram)

Det som ikke kan defineres i kategori (arnivacya) og er begynnelsesløs (anadi). Det er fri for adskillelser og kilden til Selvignoranse. Det er årsak til det Subtile Legemet og det Grove Legemet. Det er kalt karana sariram.

Erfaring av Lykksalighet

Hva er de Fem Slirene? (pancha koshas)

Den første sliren eller dekkelet til Selvet er kroppen. Den består av næring og er kalt næringssliren (annamaya kosha)

Den andre sliren består av kroppens fysiologiske funksjoner: fordøyelse, respirasjon,

absorpsjon, sirkulasjon og utskillelse. Den er kalt energisliren (pranamaya kosha).

Den tredje sliren er laget av emosjonelle projeksjoner, stemninger og følelser. Den er kalt sinnsliren (manomaya kosha).

Intellekt, faktultet ved hvilket en er bevisst ens kunnskap og oppnåelser er den fjerde sliren og er kjent som vijñanamaya kosha.

I våken tilstand vet et individ visse ting og er ignorant om andre. I den dype søvntilstanden erfarer hvert individ lykksalighetstilstanden. Siden sinnet og intellektet ikke fungerer i dyp søvn, finnes det ingen problemer. Den dype søvntilstanden heter ananadamaya kosha.

Faktum at «jeget» er oppmerksom på de fem slirene betyr at det ikke kan være noen av dem.

DE TRE EKSISTENSTILSTANDER (avasthatrayam)

Hva er Våkentilstanden? (jagradavastha)

Opplevelsestilstand hvor sanseobjekter er oppfattet gjennom sanseorganene, er den våkne tilstand. Når Selvet identifiserer med det grove legemet er det kalt vishva, den våkne. Det subtile legemet og årsakslegemet fungerer også i våken tilstand.

Hva er Drømmetilstanden? (svapnavastha)

Drømmetilstanden er verden projisert av det Subtile Legemet i søvntilstand fra inntrykk (vasanas) høstet i våken tilstand. Når Selvet identifiserer med det Subtile Legemet er det kalt taijasa, den ene skinnende. Det er en lysende tilstand med tanke og følelse, men det har ingen objektiv virkelighet.

Hva er Dyp Søvntilstanden? (susuptyavastha)

Denne tilstanden om hvilken en sier senere «Jeg visste ingenting, jeg nøt grenseløshet» er dyp søvntilstanden. Selvet identifisert med årsakslegemet er kalt prajna.

Selvet (Atma)

De tre bevissthetstilstander tilhørende individet er beskrevet. Utifra beskrivelsen er det klart at Selvet er gitt et annet navn for hver tilstand, fordi det er identifisert med et annet «legeme». Imidlertid er Selvet alltid det samme og allerede tilstede i hver tilstand. Det er kjenneren av tilstandene, og er derfor kalt sakshi, det ikke-erfarende vitnet.

Selvets Natur (satchitananda swarupa)

Hvis Selvet hverken er de fem slirene eller de tre legemer, hva er det da? Det er oppmerksomhet av dem. Den oppmerksomheten er chit. Grunnet være chit er tingene kjent. Derfor er den kalt kjenneren.

Selvet endrer ikke når de tre legemer og deres respektive tilstander endrer. Det er utenfor tiden og er derfor kalt «det som alltid eksisterer» (sat).

Begrensningene, som legemene har lidd av påvirker ikke Selvet. Det er grenseløst. Det er selv-skinne, ser rommet som et objekt inn i det, og trenger gjennom hvert atom i universet. Det er grenseløst og fullstendig (purna). Det er en delløs helhet.

Universet (jagat)

Hva er Universet og hvordan utvikler det seg?

Vi skal nå forklare universet og utviklingen av de universelle prinsippene. Universet som er født av Maya avhenger av Selvet, oppmerksomheten, for dets eksistens. Den oppmerksomheten er kalt Brahman, og er identisk med Atman, Selvet. Ordet Brahman betyr uendelig eller grenseløs.

MAYA

Et skapt objekt kan enten bli til, som en endring eller en modifisering av substansen fra hvilken det er laget av eller ved en feil, som mister den virkelige substansen for noe annet.

Hvem eller Hva er Gud?

Skapelsen

Elementene

Hva er Gud? (Det Totale Sinnet)

I Vedanta er ordet skaperen en billedlig, ikke en bokstavelig beskrivelse, fordi hele skapelsen er ren eksistens/ bevissthet som er evig og uskapt. Både livløs materie og de levende vesenene i skapelsen er evig. En undervisning som er støttet opp under konserveringsloven av energi, som sier at materie ikke kan bli skapt eller ødelagt.

Bhagavad Gita sier at universet har ingen begynnelse, midten eller slutt. På grunn av fakta om at skapelse er tilsynelatende virkelig, er det ikke noe poeng i å spørre om Gud skapte universet. Vi kaller derimot Gud en skaper, fordi universet, som ikke er separat fra Gud, for bestandig går gjennom passive og aktive faser på samme måten vi viser oss når vi er våkne og forsvinner når vi sover. Gud trenger ikke å skape materie og levende vesener, fordi de eksisterer evig.

Vedanta presenterer generelt sett skapelsen av universet som en virkning av en tidligere årsak, som er passende for nye granskere. Gaudapada, en av de store lyskildene i undervisnings-tradisjonen presenterer en veldig vanskelig ide: universet var aldri skapt! (ajati-vada).

Som sådan er det generelt undervist til avanserte granskere. Den er ofte betraktet som den siste undervisningen, fordi kausalitetsideen har en tendens til å formørke faktumet at vår lidelse skyldes ignoranse, og ikke resultatene av ukontrollbare krefter: omstendighetene av ens fødsel, med andre ord karmaloven. Ens skjebne er vanskelig å endre, men ignoranse er relativt mindre vanskelig å fjerne, med en gang du vet hva det er.

Det Totale Sinnets orden og manifestasjon

Vi ser en orden i denne manifestasjonen og vi finner vi ut at det er en orden, både på makrokosmisk nivå og mikrokosmisk nivå. Hvis en blomst er definert som en blomst finnes det en orden. Det er derfor hvorfor kunnskap er mulig. Vi kan se på hele manifestasjonen i formen av forskjellige ordener.

Når du studerer fysikk, er det i kontakt med Det Totale Sinnet (Gud), som er manifestert i formen av en fysisk orden. Det fysiske universet som inkluderer alle krefter, geologi, termodynamikk, din fysiske kropp og dens atferd og så videre. Ved siden av livløse objekter, er det livsformer som antyder spesifikke muligheter. De former den biologiske ordenen: tre og planter kommer under denne ordenen. Når du studerer biologi studerer du Det Totale Sinnet. Livskraften (prana) i hver levende organisme. Funksjonene av denne livskraften som styrer helse eller sykdommer kommer under den fysiologiske ordenen, som er en annen manifestasjon av Det Totale Sinnet. En studie av fysiologi vil være å studere Det Totale Sinnet.

Den psykologiske ordenen inkluderer minnet, som er også en annen manifestasjon av Det Totale Sinnet. Menneskets atferd er inni ordenen, siden alle våre reaksjoner er

minnebasert. Det finnes en kognitiv orden hvor du forstår alle disse ordenene. Det er på grunn av den kognitive ordenen at du kan skille kunnskap, feil, riktige konklusjoner og så videre. Vitenskapsteori er basert på denne ordenen. Den kognitive ordenen inkluderer også et aspekt av minne. Det er derfor du er i stand til å gjenkjenne personen du har møtt tidligere.

Det er ingen avstand mellom en orden og en annen. Der det er fysisk orden er det også en biologisk orden. Det er ingen romlig avstand mellom fysiologi, biologi eller psykologi. På denne måten er Det Totale Sinnet, som er all-kunnskap, i formen av en total orden. I denne orden, er jeg gitt fri vilje til å ønske, velge og handle. Resultatene blir tatt vare på av lovene, som er Det Totale Sinnet. Det er derfor du ikke kan klandre ordenen (lovene). Hvis du putter fingeren din i ild vil det brenne. Lovene produserer handlingens resultater og Det Totale Sinnet(Isvara) er i formen av lovene.

Lovene inkluderer dharmalovene og adharma. Hva du ønsker at andre skal gjøre mot deg er dharma og ikke ønsker at de skal gjøre mot deg er adharma. Menneskene har ikke skapt denne ordenen, men vi føler den og det er hvorfor den er universell. Du ser ikke gravitasjon, men du føler den og sånn gjør også dyrene det. Uten kunnskapen av gravitasjon, kan ikke aper hoppe fra tre til tre. Du føler gravitasjon fordi det eksisterer. Det eksisterer i sinnet ditt. Dharma ligger heller ikke utenfor. Den er i ditt sinn, manifestert i livet ditt. Dharma er manifestert i dine ønsker og handlinger. Faktumet er at du har ønsker og ønsker å fullføre dem slik at du kan planlegge og utføre en handling. Disse er alle et privilegium. Alle resultater er gaver – både positive og negative. De kommer fra Det Totale Sinnet og vi får det vi trenger å lære til alle tider i livene våre.

Prakriti – Den Subtile Årsaken av Materie og Energi

Materie har tre sider- sattva, rajas og tamas. Fordi de er bygget inni Prakriti. Potensialet til alle former, alle tanker, vasanaer og så videre holdes i frøtilstand i den makrokosmiske kausalkroppen. Prakriti er også den subtile årsaken av materie og energi. Derfor er prakriti materie i form av frø. Den ser bevisst ut fordi den låner sitt lys fra bevissthet. Verden og alle utvendige objekter, enten grovmaterie eller subtil materie, er komprimert av prakriti. Prakriti har tre kvaliteter. De tre gunane som reflekterer selv og ser ut til å skjule det, men skjuler det egentlig ikke fordi ingenting kan skjule det.

Ren makrokosmisk sattvisk prakriti er som et lyst og klart vindu kapabel til å reflektere bevissthet (pratibimba chaitanya). Makrokosmisk sattva er blåkopien (planen) til alle former, hele skapelsen, evige sannheter, krefter, lover, jivaer, karma, tre gunae og 5 elementer(rom,jord,luft,vann,ild). Den vet alt. Den er ikke blandet med rajas og tamas, det er ren kunnskap. Det er bevissthet som viser seg som den som har kjennskap. Det er et objekt kjent av bevissthet og inneholder alle objekter, inkludert energi og rom. Når rajas og tamas oppstår og ren sattva er forurenset, så blir vinduet smadret til utallige småbiter. Maya blir avidya (ignoranse), mange sider, mangfoldig, skaper alle objekter til levende og livløse, inneholder essensen av bevissthet, bevissthet preget av rajas og tamas.

Maya produserer alle substanser ut av tamas , eksistenssiden av bevissthet. Hvis Maya skapte alle substanser ut av sattva så ville alle steiner tenke og snakke. Rajas handler på objektene ifølge deres blåkopi, skaper tilsynelatende bevegelse og endring, individualitet og separasjon.

De 5 elementene er sett på som livløs. Men vi ser at de er i konstant endring, som beviser at de ikke egentlig er virkelig, men viser seg tilsynelatende som. Vedanta lærer om verden at alle deres objekter inkludert jivaer kan bli endret på. Men selvet alene er virkelig fordi selvet er uforanderlig.

Nøkkelen her er at prakriti, iforhold til Maya-drømmen, utvikler seg gradvis. Vedanta aksepterer midlertidig dette synet, men nekter også det når undervisningen utvikler seg. Maya er egentlig bevissthet, og den utvikler seg egentlig ikke, men det ser ut til at den gjør det. Hvis vi aksepterer det faktumet at materie ikke kan i seg selv endres, fordi den er livløs, og må derfor bli endret på, da blir spørsmålet hva endrer den? Det ser ut til å være bare to valg: selvet, som sitt lys reflekterer gjennom intellektet (buddhi) via tanker eller de tre gunaene.

Gunaene er imidlertid et annet navn for Maya. Så den andre muligheten er at Isvara/ Skaper opererer gjennom Maya og bruker Maya's projeksjonskraft (rajas) til å skape tilsynelatende bevegelse og endring på pratibasika satyam (jiva sristi, individets skapelse og tolkning av skapelse) nivå. All tilsynelatende materie kan bli endret enten eksternt eller internt på dette nivået. Verken Isvara eller Maya eksisterer på pratibasika satyam nivå av den absolutte virkeligheten. Derfor kan ikke selvet verken endres eller bli endret på.

Den makrokosmiske kausalkroppen er et annet navn for Isvara, som nevnt eller Gud/ Universet/ Det Totale Sinnet. Den tekniske undervisningen på Isvara/ Prakriti/ Maya, eller kausalkroppen, er komplekst fordi alle terminologier er synonyme, men det er også subtile forskjeller mellom alle disse. Isvara er ren bevissthet, som håndterer Maya og er to ting: bevissthet og materie, prakriti. Derfor er Det Totale Sinnet bevisst og som standard får den til å se Maya (materie) ut til å være bevisst, noe den ikke er. Men når vi undersøker materie, finner vi ut at det er også bevissthet selv om bevissthet ikke er materie. Det Totale Sinnet i rollen som Skaperen, skaper, vedlikeholder og ødelegger alt. Derfor er dyp søvn synonymt med den kausale kroppen og med ren tamas: materie, eller ren ignoranse. Disse er subtile poeng, men viktige for å forstå forskjellen.

To Skapelsesteorier

Begge skapelsesteoriene er akseptert av Vedanta:

- 1) Evolusjon
- 2) Spontan eller umiddelbar skapelse.

Hvordan du ser på dem avhenger av ditt perspektiv og selvkunnskap. Direkte eller indirekte kunnskap? Hvis du ser på Skapelsen, som selvet, er den spontan og umiddelbar, eller du kan si at det er ingen skapelse, bare deg (bevissthet/selv). Hvis du ser det som et individ, utvikler skapelsen seg (evolusjon). Selvet utvikler seg ikke, og det gjør heller ikke Det Totale Sinnet (Isvara/ Gud/ Universet). I Maya, den tilsynelatende virkeligheten, eller Skapelsen, er det to krefter: kunnskap og ignoranse. Ignoranse skaper deltakelse, hvor selvet tilsynelatende er identifisert med materie eller objekter, tilsynelatende fortryllet av ignoranse. Kunnskap skaper evolusjon, forsøket av bevissthet til å frigjøre seg fra materie (med andre ord identifisering med objekter eller ignoranse).

Isvara, ren sattva opererende Maya, utvikler seg ikke og er ikke forurenset eller påvirket av rajas og tamas. Som ren sattva, er Isvara/ Det Totale Sinnet årsaken av Maya, og ikke dens virkninger. Dette er den forvirrende-delen, fordi Det Totale Sinnet viser seg også som et individ, eller subtil kropp, og på den måten er den også virkningen av Maya. Derfor utvikler og involverer det begge. Maya sine virkninger blir kalt for mithya, med andre ord det som gjør den tilsynelatende virkeligheten se ut til å være virkelig. Isvara/ Det Totale Sinnet er ikke virkningen av ignoranse: den bare viser seg som en tilsynelatende virkning i en forskjellig form.

Prakriti har en tredobbel kraft: jnana-shakti, kraften til å vite, som inkluderer minne: iccha-shakti, kraften til vilje, inkludert begjær/ ønske, tvil, følelser: og kriya-shakti, kraften til å handle, inkludert ferdigheter, kreativitet, kraft og så videre.

Prakriti er grunnleggende maya/de tre gunaene. Det er materiespeil, som er bevissthet pluss materie. Prakriti utvikler seg, men bevissthet gjør ikke det. I dens originale tilstand er prakriti bare ren, reflekterende, lysende materie.

Her er noen sitater og kommentarer om Isvara/ Skaper/ Skapelse i Vedanta teksten **Panchadasi - Gransking i Eksistens**:

Før skapelse hviler prakriti (natur) i formen av tre tydelige og forskjellige energier (gunas) som vil transformere inn i det subtile (ego, sinn og intellekt) og grove objekter, som utgjør skapelsen. Bevissthet i forbindelse med ren sattva(sumava) prinsippet som har kjennskap, som er ansvarlig for den intelligente designet av skapelsen blir kalt for Isvara, Skaperen eller Kausalkroppen. På dette stadiet har ikke rajas (aktivitet/handling) og tamas (ignoranse) manifestert seg. Når de er manifestert, viser Isvara/ Det Totale Sinnet seg som Subtil Kroppen. Bevissthet pluss Subtil Kroppen blir kalt for et individ (jiva) eller sjel. Som Det Totale Sinnet, bevissthet, som er uskapt, blir ansvarlig for alle objekter som viser seg i den. Objekter er erfaringsbaserte former som viser seg i bevissthet. Isvara/Det Totale Sinnet/Maya har kraften til å skjule (avarana) og projisere (vikshepa). Den projiserer de tre gunas og de fem elementene samtidig.

Fra bevissthetens ståsted er det ingen skapelse. Fra Individets ståsted er Det Totale Sinnet Skaperen og den som regulerer skapelsen, med andre ord objektene viser seg i bevissthet.

Maya refererer til Isvaras kraft for å villedde alle individer, sansende vesener. Både Maya og avidya(ignoranse) har ingen begynnelse, men begge slutter. Ignoranse slutter aldri å komme tilbake når Individet oppnår selvkunnskap. Maya sover i bevissthet når skapelsen har kommet til veis ende og viser seg igjen etter milliarder av år. Den er evig.

31. Det er to typer objekter, materielle og mentale. Den materielle verden er skapt av Det Totale Sinnet, og den mentale verden er skapt av Individet, på grunn av dens skjulte ønske for nytelse.

Kommentar: Individet ønsker å nyte fordi den tror den er ufullstendig, på grunn av ignoransekraften. Den lever i sin egen innvendig væren.

32. Individets mentale skapelse forårsaker bindinger fordi når mentale objekter er tilstede, nytelse og smerte er tilstede, men når de ikke er tilstede så er verken nytelse og smerte der.

Kommentar: Ifølge ens programmeringer, projiserer en nytelse eller smerte på objekter. Erfaringen av alkohol forårsaker kvalme i en person og glede i en annen.

Hva er en Selvrealisert person? (jivanmukta)

Noen som har

- (1) realisert at Selvet er grenseløst,
- (2) at Selvet og verden ikke er annerledes, og
- (3) at den ene som har Selvets visjon, er ikke et atskilt individ.

Hva slags kunnskap er Selvkunnskap

Kunnskap om Selvet er umiddelbar kunnskap (aparoksha jnana).

Hva er Karma?

Karma betyr handling, ikke bare fysisk handling, men også tale og tanker. Karma kan også bety handlingens frukter (resultater).

Alle handlinger produserer både synlige og usynlige resultater. De usynlige resultatene er også karma.

Mine usynlige tanker og motiver produserer usynlige resultater. Denne karma er lagret i subtil kroppen, på samme måte som finansielle transaksjoner i bankregisteret.

Mine motiver eller handlinger er årsaken av den usynlige karmaen. Å skade noen skaper dårlig karma. Samme handling med forskjellige motiver vil produsere forskjellig karma: En kriminell som dreper noen oppnår dårlig karma. En bøddel, som gjør hans oppgaver i å drepe noen vil ikke oppnå dårlig karma.

Døden er en separasjon av subtilkroppen fra den grove kroppen. Et typisk menneskeliv er på ca 100 år eller mindre. Subtilkroppen (sjel – inkluderer ego, sinn (følelser) og intellekt) fortsetter helt til universets oppløsning (når den går inn i en umanifestert tilstand etter flere milliarder år).

- 1) Total karma som jeg oppnår fra fødsel til døden blir kalt for **Agami karma**.
- 2) Når jeg dør blir denne karmaen lagt til alle mine karma (tidligere liv), som blir kalt for **Sanchita karma**.
- 3) En del av den totale karma (Sanchita) bærer frukter og avgjør neste fødsel. Denne delen blir kalt for **Prarabdha karma**.

Karmaloven er en naturlov, som med gravitasjonsloven. Alt er en syklus. Den er begynnelseløs. Når en oppnår selvkunnskap og realiserer at ens essens og natur er bevissthet/selv er det bare prarabdha karma igjen helt til den utgår. Da blir subtilkroppen løsrevet fra reinkarnasjonssyklusen.

Hva er Vedanta?

En dialog mellom en student (den som stiller spørsmål) og en lærer (den som svarer på spørsmål), som gir en viss oversikt over hva Vedantaundervisningen handler om.

Spørsmål: Du sier at Vedanta er en metodikk, en logisk undervisning trinn for trinn. Kan du være så snill å utdype disse trinnene. Hva er de?

Svar: Slik som at øynene er kunnskapsmiddel til form og farger, og ører er et kunnskapsmiddel for lyd, er Vedanta et bevist upersonlig kunnskapsmiddel for eksistens/bevissthet, Selvet. Fordi Selvet, essensen av alt og alle, ikke kan bli objektivisert, slik som objekter som presenterer seg selv til sansene, sinnet og intellektet, kan det ikke bli kjent av persepsjon og slutning. Den kan bli kjent, imidlertid, av Vedanta. Vedanta gir ingen erfaring av Selvet, fordi det er alltid erfart. Den fjerner bare individets ignoranse av Selvet, og avslører det faktum at det er bare et selv, naturen av hva som er grenseløs ikke-dualistisk lykksalighet.

Spørsmål: Du sier at «Vedanta lærer opp sinnet ditt. Jeg lærer deg i å vise deg hvordan du tenker». Kan du forklare hva en tanke er og hva er tenkning ifølge deg?

Svar: Det er mange typer tanker, men Vedanta fokuserer på å transformere tanken : ”Jeg er separat fra de materielle objektene og de bevisste vesenene jeg erfarer”. Tanken om

at Jeg er separat fra alt og er derfor fanget i vevet av subtile og grove handlinger, med andre ord tanker, følelser og situasjoner, blir kalt for dualitet. Dualitet er tanken bak alle andre tanker og følelser. Fordi virkelighet er ikke-dualitisk eksistens/ bevissthet, er ikke vår teknkning i harmoni med den, som skaper lidelse. For å bruke et nummer av enkle, men sofistikerte resonnementmetoder, underviser Vedanta oss hvordan tenke fra Selvets ikke-dualistiske ståsted, slik at den fjerner vår separasjonssans, fremmedgjøring og konflikter fra våre ego selv og andre.

Svar: Hva er sinnet? Kan vi trene sinnet eller er det et ubevisst verktøy som ikke kan bli endret på?

Sinnet er både bevisst og ubevisst. Det er tankestrøm, følelser, begjær, frykt, drømmer, situasjoner vi erfarer i våken og drømmetilstander. Det er vårt verktøy for å oppnå kunnskap og objektserfaringer, med andre ord alt annet enn vår sanne Selv, eksistens/ bevissthet. Vår subjektive erfaring er skapt av tendenser lagret i den ubevisste delen av sinnet, som er skapt av våre betingelser eller programmeringer. Våre betingelse forårsaker våre begjær og frykter, som igjen skaper våre tanker, som igjen for oss til å handle. Våre handlinger legger igjen ubevisste spor, tendenser, som er lagret i den ubevisste delen av sinnet og som manifesterer som vår subjektive erfaringer. Det bevisste sinnet kan bli transformert ved å bruke ens frie vilje til å endre måten en tenker og handler på, slik at en programmerer den ubevisste delen av sinnet. De grunnleggende metodene for å transformere sinnet er: karma yoga (passende handling og holdning), bhakti(hengivenhet) yoga, ashtanga yoga (meditasjon og passende livsstil) og jnana yoga (Vedanta, eller Selvgransking).

Spørsmål: Ser du på deg selv som en lærer eller en levende mester?

Svar: Jeg er en Vedantalærer, som har mestret sinnet. I Vedanta bruker vi ikke ordet mester i ordets rette forstand, som betyr at noen kontrollerer andre, med andre ord følgere. Vår undervisningsmetode er vennskap. Vi ser på mennesker som praktiserer selvgransking til å være likeverdige, som venner gjør. Dette er fordi vi ser på virkelighet som ikke-dualistisk, som betyr at det er ingen forskjell mellom en person og en annen. Mesterideen, som er basert på dualitet, skaper en slave-lignende mentalitet, en engstelig begjær-basert-anspenhet i saue-lignende-mennesker som ikke bidrar til den rasjonelle klare tenkingen som er nødvendig til Selvrealisering. Den er ansvarlig for opptoget av vanærete mestre, som er et stadig innslag i den spirituelle verdenen, hvor menn og kvinner ikke har mestret deres begjær for penger, sex og kraft.

Spørsmål: Hvordan leverer du frigjøringsbudskapet? Ifølge det du har sagt er det ikke bare kognisjon.

Svar: Til kvalifiserte mennesker. Jeg underviser Upanishadene, Bhagavad Gita og prakarana tekster, som er kommentarer av store vismenn på emnet av virkelighetsnaturen.

Disse tekstene er en analyse av de tre aspektene av den ikke-dualistiske virkeligheten: Den materielle verdenen, psykologiske verdenen og eksistens/ bevissthet.

Spørsmål: Hva er betydningen av tro?

Svar: Tro er ubekreftet kunnskap. Den kan korrespondere med fakta eller ikke. For eksempel, er Gud generelt et trosobjekt. Men Vedantaundervisningene gir klar kunnskap av Gud.

Spørsmål: Du refererer til transformasjon. Hva er det, ifølge deg, og hvordan er det gjenkjent?

Svar: Vedanta transformerer et dualistisk, begrenset, utilstrekkelig, ubevisst, liten, selvopptatt (egoistisk) liv til en bevisst, romslig, imøtekommende, kjærlig liv. Det er derfor vi ikke reklamerer noe særlig. Transformasjonen som et individ erfarer når han eller hun vier til Selvgransking har en veldig positiv innvirkning, som tiltrekker andre til undervisningene. Vedantaundervisningene har forblitt den samme i tusener av år, fordi de transformerer liv. Det er ikke en filosofi eller et trossystem, som er stridigheter av individer eller grupper med individer. Det er et bevist middel til direkte kunnskap av den ikke-dualistiske Selvets natur, som er ensbetydende med ubetinget kjærlighet av ens selv og verdenen.

Spørsmål: I Mundaka Upanishad (Swami Nikhilananda) så står det: "Vedaene er ikke beskjeder, men direkte kunnskap." Hvordan vet vi at det er direkte kunnskap?

Svar: Hvordan vet du at du eksisterer? Hvordan vet du at du er bevisst? Det er din direkte erfaring. Ingen har noensinne fortalt deg om disse essensielle fakta, fordi det er selvinnlysende. Hvis virkeligheten er ikke-dualistisk, som Vedanta påstår er det ingen forskjell mellom erfaring og kunnskap. Imidlertid, imens alle erfarer alltid deres egen eksistens/ bevissthet, er ikke Selvet satt pris på for hva det er, fordi ens oppmerksomhet er fastnaglet på erfaringen, som utfolder seg i den. For eksempel, ser du ikke kameraet i bildet når det blir produsert, men du vet egentlig at tilstedværelsen av bildet har en underforstått betydning av kameraets eksistens. Vedanta gjør deg oppmerksom på Selvet, skaperen av erfaringene som utfolder seg i livet ditt. Den gir deg Selvets kunnskap. Så lenge slutning er et indirekte kunnskapsmiddel, er det så godt som direkte kunnskap fordi det er en ukrenkelig forbindelse mellom bevissthet, som er vitne til erfaring og erfaring i seg selv. Hvor det er røyk er det ild. Du erfarer ikke og vet ikke uten bevissthetens velsignelse. Du er Den.

Spørsmål: Du har nevnt at Vedaene ikke kan bli motsagt, fordi de er apaurasheya jnanam (åpenbart kunnskap). At det kommer fra bevissthet, og ikke fra menneskesinnet. Kan du utdype mer?

Svar: Kunnskap er enten relativ eller absolutt. Relativ kunnskap, kunnskap av materielle og subtile objekter er underordnet korrigeringer, fordi kunnskapsmiddelet, menneskesinnet er begrenset. Dess mer det vet, dess mer ignoranse avsløres til det. Dessuten,

er kunnskapsobjektene i kontinuerlig tilstandsendring slik at de kan ikke bli definitivt kjent. Det er spesifikke evige prinsipper, som aldri endrer seg, imidlertid. Kunnskapen av disse prinsippene – gravitasjon, lys, varme osv. er åpenbart til menneskesinnet og er absolutt, det betyr at de er alltid bra. Hvis elektrisitetens naturen var varierende, ville vi ikke stole på den og vår moderne verden ville tilslutt stoppe opp, fordi vi er fullstendig avhengig av den.

Selvet – eksistens/ bevissthet – er uforanderlig, slik at Selvets kunnskap aldri endrer seg. Sinnet, som blir tatt for å være Selvet av mennesker, er imidlertid alltid i endring. Det er derfor det er mange teorier, med andre ord trossystemer, om sinnets natur. Vedanta fjerner ignoransen, som skjuler det alltidtilstedeværende ufødte Selvet, som er tilgjengelig til alle i form av Jeget.

Spørsmål: I Agama Prakarana sies det: «Den våkne er lokalisert i det høyre øye, dets erfaringssete. Drømmeren i sinnet. Den dyptsovende sitter i rommet inni hjertet.» Kan du forklare det litt mer?

Svar: Språket er metaforisk. Det betyr ikke at den våknetilstandsentiteten er i det fysiske øye osv.

Den våknetilstandsentiteten er bevissthet fortryllet av ignoranse, fasinert med sanseobjekter, hvor øyet er det mest fremtredende. Manduyka Upanishad sier at den forbruker erfaring, som betyr at den er sulten på erfaring. Den er en erfaringssulten utadvendt entitet.

Sinnet er en drømmer. Det er bevissthet fortryllet av ignoranse fasinert med tanker og følelser, som er erfaringsabstraksjoner, underbevisste tendenser produsert av ens betingelser. Det er den subjektive virkeligheten. Drømmeren er innadvendt, identifisert med tanker og følelser, fantasier osv.

Rommet i hjerte er bevissthet, som viser seg i form av kausalkroppen (karana sarira på Sanskrit). Hjertet er et symbol av essensen av noe, og å gå til sakens kjerne (på engelsk get to the heart of the matter). Det er den dynamiske kilden av sinnet og den materielle verdenen, som utgjør vår intelligente designete Skapelse. For å bruke religiøs terminologi, blir det kalt for Gud.

Vedanta og paradokser eller motsetninger

Vedanta ser ut til å forårsake mange paradokser/ motsetninger. Paradoksens fremvekster eller motsetninger er vanligvis signalet som informerer oss om at vi har etablert en mangelfull antakelse eller gjort en feilaktig tolkning basert på uriktig logikk eller sannhet, og ikke at undervisningen er uriktig.

Vedanta inneholder en regelmessig prosess med passende undervisning hvor de tilsynelatende paradoksene løser seg opp eller ikke dukker opp i det hele tatt. Når de ikke duk-

ker opp, viser Vedanta at paradoksene/ motsetningene ikke egentlig eksisterer noe annet enn i sinnet, som tilsynelatende, og ikke virkelige paradokser eller motsetninger.

Hvorfor studere og forplikte seg til Vedanta?

Spørsmål: Hvordan vet en at det er Vedanta en burde studere og forplikte seg til? Hvordan vet en at det er svaret?

Vedantalærer Swami Dayananda: Å vite at Vedanta er det vi burde forplikte oss til er veldig vanskelig. Fordi det er en av mange alternativer, som er tilgjengelig siden det er mange mennesker som hevder å ha forskjellige teknikker, metoder og veier for å nå frem til sannheten. Derfor å si at denne er den rette, er veldig vanskelig.

Vedanta er imidlertid forskjellig fra alt annet i det at den sier at du er det hele. Du er problemet og du er løsningen. Det er faktisk ingen problemer. Du er problemet bare når du ikke forstår. Alt som kreves av deg til å være fri er å ha kjennskap til deg selv. Vedanta sier at du allerede er fri. Den fordømmer deg ikke og kaller deg ikke en synder. Den sier: Du er en fri person, du er fullstendig fri. Faktumet er at du er den eneste personen (den totale personen av alle personer) og alt er sentrert rundt deg. Siden du er hele skapelsen, er du essensielt identisk med Det Totale Sinnet (Makrokosmos).

Vedanta har en visjon som skal utfoldes. Den lover ingenting. Den lover ikke frigjøring eller frelse. Den sier bare at Du er løsningen. Det betyr at du ikke trenger å gjøre noe til å bli fri, fordi du er allerede fri.

Faktumet om at du strever, velger og søker for å kunne bli fri antyder at du har begått en feil om deg selv. Ingen andre tradisjoner forteller deg dette. De sier bare at du vil bli reddet hvis du følger den eller den. Vedanta sier ikke dette. Den sier at du allerede er reddet og at du ikke vet det. Fordi Vedanta lover ingenting, kan den ikke bli utfordret eller avvist. Noe kan bli avvist bare hvis den gjør seg selv tilgjengelig, som et valg for deg. For eksempel, hvis det er to produkter, kan du avvise den ene og velge den andre.

Hvis Vedanta lovet deg noe, som en helbredelse ville også noe annet presentere seg selv som en helbredelse. Slik at du kunne velge mellom de to, avhenger av dine preferanser. Den ene er kanskje billigere eller pakket inn mer attraktivt. Eller du velger den dyreste av dem og du tror den er mer effektiv. Hvis Vedanta hadde en lovnad om et eller annet, ville valgmulighetene være der.

Men Vedanta har ingen lovnader og gir deg ingen valg. Den sier at du er fri. Hvilket valg er der her? Du er fri! Du er det hele! Hvem eller hva er bedre enn dette? Enhver tradisjon som sier at du er det hele er også Vedanta, uansett hva de kaller seg for. Vedanta trenger ikke å være i sanskrit. Det kan være i latinsk, gresk, engelsk, fransk eller tysk. Den kan være i en urgammel bok eller i en ny bok. Den trenger ikke å bli undervist av

en inder heller. Den eneste forskjellen for å utfolde budskapet, som er kjent som Vedanta, en spesifikk undervisningsmetode som har utviklet seg.

For å utfolde faktumet at Du er det hele må læreren ha en metodikk. Undervisningen avslører, Du er det hele, og det er en spesifikk metodikk, som utfolder denne åpenbaringen for din gjenkjennelse, som andre kanskje ikke har. Dette faktum avslører Vedanta. Det å se på Vedanta som noe indisk, skaper problemer; mens derimot hvis du ser på det som mengde kunnskap, som er bevart i India er det ikke noe problem.

Faktumet er at slik som pyramidene, er også Vedanta altfor ur gammel og tidløs til å bli plassert i noe geografiske begrensninger. Hvis den egyptiske regjeringen bestemte å fjerne en av pyramidene og bygge stort boligkompleks, og bruke alle dens steiner, ville helle menneskeheten reagere. De ville ikke la slike ting skje. Pyramidene tilhører ikke Egypt, de skjedde bare i Egypt. Det egyptiske folket er bare deres forvaltere. De kan ikke hevde eierskap, fordi pyramidene er altfor ur gamle til å tilhøre noen land eller menneskegrupper.

På et visst tidspunkt har pyramidene i Egypt, Redwood-trærne i California og Vedanta av India blitt menneskehetens eiendel. Bestemte gamle bygninger blir monumenter på samme måte. Samfunnet vil ikke la disse bli revet ned for å bli erstattet av noe annet uansett hva omstendighetene er. Hvorfor? Fordi de er antikke. En bygning kan være noen hundre år, men for noen mennesker er det antikk, den tilhører ingen eier; Ingen kan si noe imot det. Selv om de tilhører staten kan ikke staten gjøre noe med det heller.

Vedanta er den mest kunnskapsbaserte som eksisterer i dag til menneskeheten. Det er en levende tradisjon, som har strømmet nedover fra generasjon til generasjon. Vedaene ligger i India, mens dens kunnskap tilhører ikke bare en gruppe mennesker. Selv om det indiske folket ville fornekte Vedaene ville de ikke bli borte. Den Vediske oppramsingen ville bli borte, men visdommen som er Vedanta vil overleve.

Denne visdommen vil alltid være med menneskeheten, fordi den har allerede blitt en del av menneskehetens kunnskapslager. Den har entret menneskesinnene på så mange forskjellige måter, for eksempel gjennom litteraturen og kan aldri bli ødelagt.

VEDANTAUNDERVISNINGEN OG METODIKK STEG FOR STEG MER UTDYPET – LANG VERSJON

I. MENNESKELIGE GRUNNLEGGENDE UNIVERSELLE MÅL

Hva ønsker jeg?

Vedanta er en radikal undervisning; Forvent at den vil utfordre alt du trodde du visste. Uten tiltro til vedaskriftene vil selvgransking ikke fungere. Det er ikke blind tiltro som

religioner krever, men tiltro i påvente av resultatene fra din egen analyse.

Vedanta er en upersonlig metodikk av selvgransking. Det første trinnet er å lytte (sravana) med et åpent sinn og sette til side personlige syn. Å lytte uten å bedømme er vanskelig, men ikke umulig. Du lytter ikke om du prøver å avgjøre om du liker eller ikke liker metodikken. Det er ingenting å like eller mislike. Bare noe å vite. Hvis du lytter uten å forhåndsdomme så vil ordene gi mening. Vedanta er ikke noe for deg om du prøver å finne en forklaring på virkeligheten, som passer ditt perspektiv og syn. Det kan være lurt å ha en zen-begynner sinnsholdning. Det vil si at man legger alt det man vet, har erfart og sine meninger på hylla. Det er det som skal til for virkelig å lytte til selvkunnskapen. Når man tiltrekker seg Vedanta har man lagt det meste av andre ting på hylla og har en holdning om at en ikke vil finne ut hvem man er på egen hånd. Og trenger hjelp og veiledning til det. Det krever en form for modenhet og ydmykhet for å være ærlig at det er noe man ikke kan finne selv (ytterst få som gjør det på egenhånd). Vedanta presenteres gjennom en lærer eller veileder. Denne begynnersinn-holdningen passer bare inn i trinn 1, som har med å lytte å gjøre – utover det kan man ikke fjerne selvkunnskapen ved å hele tiden være i begynnersinnholdning.

Når du har hørt undervisningen til det fulle, kan du ta tilbake dine trossystemer og meninger. På dette stadiet, ser du på dine tro og meninger i lyset av hva skriften sier, ikke den andre veien rundt. Det andre trinnet kalles for resonnering og kontemplasjon (manana). Det er å tenke på eller reflektere over hva skriften sier, utforske den ugransket logikk av din egen erfaring. Du vil se om Vedanta er noe for deg når du begynner å resonnerer og kontemplere over hva som blir presentert av en lærer.

Vedanta er en bevist skriftlig tradisjon, som har virket i årtusener til å sette mennesker fri og avsløre hvem de egentlig er gjennom ikke-dualitetsvisjonen. Det er ikke en undervisning, som kommer fra en lærer, men lærerne følger spesielle regler og de følger de vediske skriftene (hovedsakelig Upanishadene, Bhagavad Gita og Brahma Sutraene). Vi kan sjekke ut selv gjennom ulike skrifter som har blitt oversatt og kommentert av andre lærere i tradisjonen.

Vi ønsker trygghet, å være lykkelig og ha det godt - være fredfull med oss selv. Det er universelle grunnleggende mål som gjelder for alle mennesker i verden. Vi søker egentlig etter frihet fra ulykkelighet, utrygghet, begrenset oppfatning om oss selv, smerte, lidelse og fra vonde følelser, tanker eller opplevelser.

I Vedanta som er sanskrit for - slutten på all kunnskap i Upanishadene (vedaene) nevner de fire menneskelige grunnleggende universelle mål. Det ultimate målet er frigjøring eller frihet (moksha). Det er også blitt kalt for opplysthet. Det er et mål som vi mennesker følger bevisst eller ubevisst, og er derfor valgløs. Når vi forstår hvem vi er: Grenseløs, uforanderlig, alltid tilstedeværende, full, hel, komplett, ikke-dualistisk Selv/ Bevissthet. Når dette er stadig integrert og aktualisert i oss, er man fri. Ingenting kan røkke ved det. Et annet ord som er brukt er ubetinget kjærlighet/ ikke-dualistisk kjærlighet. Vi er den vi søker etter hele veien. Vi slutter å søke.

Det krever selvdisciplin og ha et sinn som hovedsakelig er *sattvisk* (stille, harmonisk, intelligent, evne til å diskriminere/ skjelneevne, være objektiv, er moden m.m.). Å kultivere sattvisk livsstil er viktig for å være klar for å ta imot selvkunnskap, som fjerner ens ignoranse om hvem man er. Alle er født ignorant. Dvs. vi tror at vi er egoet - begrenset, tanker, følelser, persepsjon og alltid i endring i vår kropp og sinn. Men det er ikke det vi egentlig er og det krever også en møysommelig, forsiktig, tålmodig og objektiv analyse av våre opplevelser i livet. Vi tror ikke blindt på dette, men vi finner ut gjennom ulik gransking, undersøkelser, refleksjoner og analyser - og bruker en metodikk, som selvkunnskapen i Vedanta innehar. Den er upersonlig og objektiv. Personlige meninger, intuisjon og synsinger er ikke alltid til å stole på for å finne ut og søke etter kunnskap om hvem vi er.

Ordet mål på sanskrit, som er brukt i vedaskriftene, er blant annet *purusharta*. Det kan også bety fri vilje. Vi har fri vilje til en viss grad i verden, men det er et emne for seg selv å granske, analysere og undersøke. Ordet *moksha* betyr direkte oversatt frihet eller frigjøring. Implisitt betyr det også fullstendighet (fullkommenhet) og glede. Frihet fra noe vi ikke ønsker eller vil kjenne på gjør oss glad eller lykkelig. For eksempel ulykkelighet vitner om at vi har noen ønsker, behov eller begjær som ikke er blitt dekket. Det er her ignoranse kommer inn i bildet av hvem vi er. Vi er født inn i verden ignorant og trenger metodikk for å fjerne ignoransen. Vi er som regel ulykkelig fordi vi ikke får det man ønsker seg. Å fjerne ignoranse er hovedmålet til selvkunnskapen i Vedanta. Ignoranse om hvem vi er (identitet). Vedanta fjerner falske ideer og konsepter om hvem vi er og hva virkeligheten handler om.

Glede (lykke) og fullstendighet er også det samme som selvet. Det er selvets natur (*svarupam* på sanskrit). Å oppdage hvem vi er. Det er kjernen i denne gleden som overgår annen glede. Det er en glede som varer evig, mens andre typer lykke og glede varer ikke lenge. Og vi må hele tiden søke og opprettholde den på ulike måter. Permanent glede er også det samme som fullstendig tilfredshet. Det er ikke en overdrevet glede, men veldig subtil og varig tilfredshet og man aksepterer verden og den man er i verden, som de er. Og har ikke behov for å fikse på verden eller den «personen» (*jiva*) man tilsynelatende viser seg som i verden.

I det spirituelle er det endel opplysthets- (frigjøring) myter. For eksempel at man må erfare noe for å oppnå moksha, men det er ikke nødvendig og det er ikke det som frigjør heller hvis man undersøker nøye nok. Vedanta har ikke noe imot erfaringer og det er ingen separasjon mellom erfaring og kunnskap. Utifra ikke-dualistisk ståsted erfarer vi oss selv hele tiden. Det handler om å granske, undersøke, analysere og reflektere nøye, møysommelig og forsiktig hva erfaringer handler om i hverdagen og hva essensen er. Å kartlegge de menneskelige grunnleggende universelle mål er en viktig start i denne sammenhengen.

Subjekt og Objekt

Å skille/ skjelne/ diskriminere (*viveka*) forskjellen mellom subjekt og objekt er essensielt med tanke på hva som gir oss varig lykke og frihet. Det har også med å diskriminere mellom det som er virkelig og tilsynelatende virkelig. Alt vi erfarer eksisterer. For å kort forklare sier vedantaskriftene at vi er uforanderlig, alltid tilstedeværende, grenseløs, fullstendig, hel, komplett, ikke-dualistisk, ufødt selv/ bevissthet/ ubetinget kjærlighet. Det kan vi kalle for Subjekt (*Sathya* på sanskrit). Mens objekt (*mithya*) er alt som eksisterer i verden, som er foranderlig, bare innenfor tid og rom og har sine begrensninger. Verden (Dharmafeltet) følger ulike lover, som inkluderer fysiske, moralske og etiske m.m. Selv/ bevissthet/ subjekt er ikke atskilt det som kalles for ikke-selv/ individ/ kropp-sinn verktøy (subtil kropp)/ objekt. Essensen av Selvet er i alt som er i verden. Men å skille mellom det som er subjekt og objekt er essensielt når vi driver med selvgransking, analyse, undersøkelser og introspeksjon og for at individet tilsynelatende skal oppnå noe vi egentlig er i utgangspunktet - fri fra objekter.

Eksisterer glede? Alle har opplevd eller opplever glede. Det kan vare i noen sekunder, minutter eller timer og så videre. Hvor kommer den fra?

Er gleden i objekter? Isåfall vil de samme tingene eller opplevelsene gjøre alle glade. Men det er ikke tilfelle. Bestemor vil ikke ha glede av strikkehopping, mens jeg vil ikke ha så mye glede av å strikke, som hun vil gjøre. Objekter er alt annet enn meg, subjektet. Min kropp viser seg som objekt i meg, mine følelser viser seg i meg og er kjent av meg. Det samme er tanker, trossystemer og meninger. Alt det jeg opplever er objekter, som jeg har kjennskap til. Å forstå (skjelne) mellom subjekt og objekt er essensielt i selvgranskingen i Vedanta.

Vi søker etter objekter som kan plusse på det vi mangler i vår søken etter fullstendighet. Men vi vet ikke da (ignoranse i bilde) at vi allerede er fullstendig. Objekter er ikke virkelig fordi de er alltid i endring. Objekter - alt som skjer i verden gjennom oss og utenfor oss er tilsynelatende virkelig. Det vi er, subjekt (bevissthet/ selv) er uforanderlig og alltid tilstedeværende. Så det vi jakter er oss selv - å bli fullkommen - mens vi egentlig er fullstendig. Selv om vi egentlig ikke er objekter - viser seg tilsynelatende gjennom vår kropp-sinn verktøy og i verden - er vi det utifra ikke-dualistisk ståsted - ingen separasjon mellom dualitet og ikke-dualitet. Livet er fullt av paradokser. Uten essensen av hvem vi er - bevissthet/ selv, hadde ikke verden og vi, som individer (jiva) eksistert som vi gjør.

Og i dyp søvn tilstand sammen med nirvikalpa samadhi, er vi ikke identifisert med kropp- og sinnverktøyet. Men det er likevel et objekt, som vi har kjennskap til. Manglende tanker er også det - vi er allerede fullstendighet og slike opplevelser (dyp søvn og nirvikalpa samadhi) varer ikke evig. De forsvinner jo. Det betyr at de ikke er uforanderlig. Det er med andre ord også et objekt - et veldig subtilt objekt. Mange søker etter slike opplevelser som nirvikalpa samadhi i sin opplysthetssøken. Det er på en måte forståelig og naturlig, men man forstår ikke hva ikke-dualitet har med å gjøre og heller ikke hvem man egentlig er. Ei heller kan man skjelne mellom det som er subjekt og objekt. Bevisst-

het/ Selv kan ikke objektifiseres. Men man kan gjennom persepsjon og konklusjoner som impliserer (speiler - peker på) hva det er for noe med ord. Og det er her Vedanta kommer inn i bildet, som er et middel til kunnskap om hvem vi er og fjerner ignoransen om hvem vi er, hva virkelighet er m.m.

Vi lever i en verden hvor det å jakte eller søke på «objekter» for lykke ikke vil føre med seg frigjøring eller frihet. Vi tror noe der ute eller spesielle opplevelser kan gi oss opplysthet eller frigjøring/ frihet. Men når vi innser (selvkunnskap er stadig i oss) at vi selv er kilden til lykke (glede) så vil vi ikke søke etter det. Men likevel betyr det ikke at vi kan ha det gøy i verden selv om man forstår at vi ikke kan vinne noe i utgangspunktet. Livet er et nullsumspill – det vil si at vi både vinner og taper. Resultater i verden er ikke opp til oss mennesker, men lover som vi ikke har kontroll over - det inkluderer psykologiske, fysiske, moralske, dharma, karma m.m. Når vi ikke blir særlig berørt eller bundet av det som skjer i verden så er vi også objektiv. Det er en av flere viktige og essensielle kvalifikasjoner når vi driver med selvgransking.

Lokalisering av Objekter

Når vi analyserer emnet om **lokalisering av objekter** så vet vi at virkeligheten ikke er dualistisk selv om verden viser noe annet. Objektene er erfart i meg av det opplevende instrumentet, sinnet, og at sinnet er et objekt, som heller ikke er separert fra meg. På kommando av en mystisk kraft, tar sinnet form av objekter, som ser ut til å være annerledes enn meg, subjektet. Den kan gjøre det fordi den har ikke en struktur på egenhånd. Den er formløs.

Vi tar erfaringer for gitt, fordi vi identifiserer oss med kroppen og det vi ser er gjennom kroppens perspektiv. Det vil si fra et ståsted av dualitet. Men når vi analyserer dypere og ser livet med ikke-dualitets ståsted eller visjon, forstår vi at alt vi ser utenfor oss, som nevnt tidligere, er en tanke fra sinnet. En tanke som er kjent av meg. Det ligger kunnskap bak alt det vi erfarer utenfor og inni oss selv. Det vil si en tanke, ide eller konsept. Til og med verden og universet er en tanke, ide og konsept i vårt sinn.

Fordi dråpen er avhengig av at havet eller vannet eksisterer. Mens vannet eller havet i seg selv er uavhengig dråpen. Det er også metafor for sol og måne. Sol/ Vann/ Hav=Bevissthet / Selv og Måne/ Dråpe symboliserer sinnet. Bevissthet/ Selv er uavhengig sinnet - mens månen og dråpen er avhengig av henholdsvis sol (refleksjon av den) og vann/ hav.

Hvis vi undersøker og analyserer nøye hva som ligger bak skapelse av universet, planeter, mennesker, natur, dyr osv. : Det er kunnskap bak alt i skapelsen. Og bak kunnskap er det tanker, ord og handling. Hele skapelsen er en tilsynelatende tanke, ide og konsept. Bevissthet/ Selv er ikke avhengig av dette for å eksistere. Men skapelsen er avhengig av bevissthet/ selv for å eksistere. Det er interessant å reflektere over nøye og det finnes utallige Upanishader som nevner dette. Spesielt Mandukya Upanishad og Karika. Alt vi ser i verden er kunnskap - fra en tanke, ide og konsept. Det ser tilsynelatende virkelig ut,

men vedaene definerer virkelig som uforanderlig så det som er i endring er ikke virkelig - bare tilsynelatende virkelig. Det samme gjelder om man undersøker nøye hvem vi er - identitet - vi er det uforanderlige og alt annet - det foranderlige er fra en tanke, ide og konsept.

Alt vi ser for eksempel utenfor oss selv i verden er egentlig kunnskap inni oss - i vårt sinn – inni Det Totale Sinnet – Makrokosmisk sinn/ Gud/ Universet eller hva man vil kalle det for. Alt vi ser utenfor kommer fra en tanke, ide og konsept om skapelse. Og skjer egentlig inni sinnet. Men vi ser verden gjennom brillene/perspektivet til kroppen/sinnet. Det er ikke rart ignoranse er ganske hardt bundet i verden med tanke på hva som egentlig skjer, fordi vi undersøker ikke nøye nok det vi opplever i verden. Det er fasinerende å reflektere, granske, analysere og undersøke. Det er veldig subtilt.

Noen lære sier at sinnet blir til objektene, men det stemmer ikke. Hvis de ble objektene, så kunne det ikke modifisere til å bli et annerledes objekt senere og vi kunne bli fastkjørt i en enkel erfaring for alltid. Du kan erfare et tre et sekund og i neste sekund kan du erfare en hund eller en banan uten endring i sinnets natur. Sinnet tar forskjellig form uten å bli påvirket av formen den tar. Vi sier at sinnet viser seg som objekter. Det er som en filmskerm hvor objekter viser seg, men skaper ingen endring på skjermen. Objekter er relativt statisk eller høyt fleksible strukturer i bevissthet som har deres egen besynderlige natur. Relativt statiske strukturer er de tre kroppene, som vil bli sagt mer om senere og fleksible strukturer er forutsigbare opplevelser som inntreffer i de tre kroppene. De relativt statiske strukturer, de tre kroppene, tre nivåer, tre kvaliteter og de fem elementene får verden til å være fornuftig gjennomførbar slik at vi kan fungere i den. Sinnets natur, Subtilkroppen er å avsløre objekter. Hvis objekter var formløse som sinnet, ville ikke meningsfylt arbeid være mulig. Men sinnet er formløs bevissthet.

Objekter, strukturer, tar form ut av bevissthet som en edderkopps vev tar form fra edderkoppen. Og bevissthet, som edderkoppen, er bevisst mens vevet som erfaringsobjektene, er ikke bevisst. Erfaring er bevissthet, men bevissthet er ikke erfaring; På samme måte som vevet er edderkoppen, men edderkoppen er ikke vevet. Hvis kjærlighet og hat eller noe annet er objektet i din erfaring, er det formet ut av din bevissthet.

Fysiske objekter ser virkelig ut fordi sansene, som er relativt permanent organiserte funksjoner i bevissthet, strukturer bevissthet på en slik måte at de ser fast ut. Det er en kraft. Den er ikke i bevissthet og ikke utenfor, som får det til å skje. Det er en god ting, fordi uten denne struktureringen så ville ingen komme seg ut fra sengen og gå på jobb fordi ingen ville følge dens natur og livet ville bli fullstendig uforutsigbart. Med andre ord så får sansene bevissthet til å se ut å være fast men det er egentlig ikke solid selv om det er den permanente substansen av eksistensen.

Fordi objekter ikke er ugjennomsiktige, men er egentlig sinnet som viser seg som objekter, kan objektene bli redusert til bevissthet. Når du undersøker materielle objekter, løser de seg inn i atomer, protoner, neutroner og elektroner og så i kvarker og mesoner og til

og med i enda uendelige små materiebiter rett ned til Higgs Boson. Med en gang du kommer ned til et spesielt materienivå så blir partikler bølger og disse bølgene viser seg og forsvinner inni rom. Vi kan egentlig ikke si hva rom er, fordi det er ikke et sanseobjekt som vi erfarer. Og når du tenker etter subtile objekter: tanker, følelser, minner, drømmer, fantasier osv. Det er også tydelig at de heller ikke er betydelige. Det er ikke noe betydelig for oss å erfare der ute, med unntak av oss selv som bevissthet i objektformer.

Dessuten rommer erfaring i seg selv diskrete erfaringer, som er det eneste objektet som er permanent. Individer kommer og går, men erfaring består. Diskrete erfaringer er aldri permanent; hva som blir kalt erfaring på individnivå er bare sinnet som reflekterer (og tolker når intellektet fungerer) objektene som viser seg i det. Sinnet er bare bevissthet, som er meg. Jeg erfarer allerede meg selv med eller uten grove og subtile objekter. Det eneste spørsmål som gjenstår er: er jeg fri eller ikke?

Kroppen, følelser, tanker, trossystemer, meninger og alt jeg erfarer kalles for objekter. Det inkluderer fortid, nåtid og fremtid. Erfaring i seg selv er et objekt, kjent av meg. Hvis noe er kjent av meg, kan det ikke være meg. Fysiske objekter, tanker, følelser og mine erfaringer i verden er objekter kjent av meg.

Er jeg separert fra objektene? Vi trenger å gå dypere i vår selvgransking. Hvor slutter jeg og hvor begynner objektene? Er det en separasjon? Hvis det er, hvilken type separasjon er det? Hvis du analyserer persepsjon, vil du se at objektene ikke er separert fra subjektet, meg. Lys treffer objekter og reiser gjennom øynene og erfaringen og kunnskap om objektet skjer i sinnet.

Kunnskapen av objektet er sann mot objektet. Hvis en hund går foran deg, ser du ikke en katt. Hva er erfaringen av hunden laget av? Det er laget av ditt sinn, det oppfattende instrumentet. Sinnet er din bevissthet som lager form av ulike objekter. Den kan ha kjennskap til hva som helst fordi det er både formløs og grenseløs. Hvis du tenker på erfaringen med hunden så kan du se det fra den erfarendes synsvinkel at hunden er i ditt sinn, og ikke utenfor gående i gaten. Det ser ut til at det er utenfor, men hvis du opplever noe utenfor, kan du ikke det. Uansett hvor nær du kommer hunden, er det alltid et objekt. Du kan ikke bare hoppe ut av ditt kropp-sinnsverktøy og erfare objekter, fordi objekter er ikke lokalisert hvor de tilsynelatende ser ut til å være. De ser alltid ut til å være borte fra oss, men de er ikke det.

Objekter er ikke virkelig. Når vi sier at de ikke er virkelig så mener vi at de ikke forblir det samme fra sekund til sekund, og skapt av ulike deler. Hvilken del av hunden er egentlig en hund? Håret, tennene, nesen, halen? Det er en samling av partikler som endrer seg gjennom ulike naturlover. Hvilket partikkel er neseartikkel? Når du kommer veldig nærme hunden så er hunden en flekk med hår.

Når du undersøker, vil alle objektene automatisk bryte sammen til rommet som partiklene viste seg i og observatøren av rommet. Observatøren er bevisst av rommet og ob-

jektene som sitter i det, fordi ellers vil de ikke ha blitt kjent. Og bevisstheten av observatøren er bevissthet, som vet alt.

Definisjon av virkelig i Vedanta handler om noe som aldri endrer seg - virkelig betyr uforanderlig. Objekter er ikke virkelig, fordi de endrer seg. Hvis du undersøker forsiktig så vil faktumet opprøre deg fordi du ville ikke jage objekter om du visste at de ikke var virkelig. Analysen viser oss at objektene vi identifiserer og tenker vi erfarer gjennom sinnsfornemmelse er essensielt ikke noe mer enn spesielle fornemmelser/ følelser skapt av sanseorganene.

Bevissthet (subjektet) er ikke avhengig av objekter for å eksistere, men objekter er avhengig av bevissthet for å eksistere. Du, bevissthet/ selv eksisterer selv om du oppfatter og erfarer objekter. Bølgene (objekter) er ikke separert fra havet (subjekt/ bevissthet/ selv).

Dette er hovedgrunnmuren i Vedanta, kunnskapen som setter oss fri fra binding av objekter, og hvor vi oppdager at virkeligheten er ikke-dualistisk.

Objekter er meg og det er ingen avstand mellom det ikke-erfarende (bevissthet) og din erfarende bevissthet, som er personen du tror du er. Personen (jiva) som du tror du er, er et objekt kjent av meg, som med fysiske objekter er kjent så er det ikke-separert meg, det ikke-erfarende vitne, det virkelige deg, som en ring laget av gull er ikke separert fra gullet. Det er dette som er ikke-dualitet. Dualitet, skillet mellom subjektet og objektet, bryter sammen når du undersøker (gransker) persepsjonens natur.

Selvgranskingsprosessen handler om å avgjøre om jeg er hel og fullstendig - og er derfor fri. Hvis jeg ikke er fullstendig, da er jeg ikke fri. Hvis jeg er fullstendig, trenger jeg ikke å jakte på objekter. Hvis jeg tror jeg ikke er fullstendig så må jeg jakte på objekter for å gjøre meg mer hel og fullstendig.

Selvgransking har med eksistensielle emner å gjøre: Hvem er jeg? Hva livet er?

Vedanta er et kunnskapsmiddel. Den avslører den gjemte logikken av vår egen erfaring og overbeviser oss at hvis vi er rasjonelle så er det til vår fordel for å gi opp jakten på objekter og gå for frihet direkte.

Livet er et null-sum spill fordi verden av objekter er dualitet. Du kan ikke vinne hver gang. Du taper så mye som du vinner. Dess mer nytelse jeg ønsker dess mer ønsker jeg den igjen.

Hvis du egentlig er bevissthet/ selv og ikke det behovstrengende vesenet du tror du er og hvis bevissthet er ikke-dualistisk og alltid fri av objekter, så vil det å jakte på noe som helst ikke fungere. Hvis du vil jakte etter sikkerhet, nytelse eller dyder, kraft, berømmelse eller hva det er så gå for det. Men det er ikke noe substans i disse tingene. De gir tilbakevendende nytelse og smerte, men ikke den selvsikre gleden som kommer fra å vite at frihet er din natur.

En vedantalærer vil vise de som følger satsangen et eksperiment og spør hvor er drikkeglasset, som han holder i høyrehånden sin. Vi kan være med å undersøke og analysere selv. Han sier videre:

- Er dette glasset i min hånd spør han videre? Noen sier ja og andre sier nei. Vedanta sier at glasset ikke er i min hånd. Vi skal analysere og undersøke erfaring. Det krever at du deltar. Det er ingen foredrag. Jeg vil at dere skal tenke med meg. Du må sjekke med din erfaring og se om det er sant eller ikke. For å se dette glasset så trenger jeg lys. Er det noen som er uenig i det? Nei, fint.

Vitenskap vil fortelle deg at lyset treffer glasset og går gjennom et lite hull i mitt øye – dvs. pupillen. Og dette glasset snur opp ned bak øyeeplet, som blir kalt for netthinnen. Netthinnen er millioner biter av piksler (bildeelement). Gud har skapt mange millioner piksler bak øyeeplet ditt. Det blir kalt for netthinnens vindu. Glasset er opp ned, bak øyeeplet, netthinnen. Stimulansen tar form som dette glasset. Du ser ikke en hund her eller en katt her? Nei. Erfaringen av glasset er sann mot glasset. Hvis jeg viser en hånd så ser vi en hånd. Bildeelementet tar form som en hånd. De er opp ned for netthinnen. Så reiser kunnskapen eller informasjonen gjennom den optiske nerve og blir snudd om. Og erfaringen eller tanken av glasset viser seg i din subtile kropp- (ego-sinn-intellekt) verktøy. Det skjer i ditt sinn for å si det enkelt. Glass-kunnskap/ erfaring/ tanke skjer uten anstrengelse i ditt sinn.

Er glasset og sinnet separert hverandre? Er det et mellomrom mellom dem? Et rom mellom sinn og glasset? Nei, det er det ikke. Ingen separasjon. Sinnet er bevissthet. Den er formløs. Når et objekt viser seg i bevissthet - i sinnet så tar sinnet form av objektet - glass i dette tilfelle. Hvis det er en hånd så tar sinnet form med en gang som en hånd. Erfaring av glasset er ikke i sinnet da. Pixels i sinnet omformes med en gang til håndens form. Jeg har hånd-erfaring og hånd-kunnskap. Når jeg tar bort hånden og tar frem glasset så har jeg med en gang glass-erfaring og glass-kunnskap. Det er vel ingen forskjell mellom glasset og mitt sinn er det? Nei, det er ingen forskjell.

Jeg vet at du ikke har tenkt på det grundig før. Det er derfor vi forklarer det til dere, fordi dere har ikke tenkt på det. Du bare aksepterer troen på at glasset er i hånden min. Hvis glasset er i min hånd hvordan kan alle erfare det? Dere må komme over hit for å erfare det. Den første som kommer hit og erfarer glasset vil jo skjule det. Men alle ser glasset uten å måtte endre eller bevege seg. Det er fordi glasset er ikke her. Glasset er i meg. I mitt sinn. Det er enkelt.

Det neste spørsmålet: Et farlig spørsmål (hehe) Hvor langt unna er du fra sinnet ditt? Ingen forskjell - distanse. Ditt sinn - ditt erfarende instrument og du er ett. Kan du finne en separasjon mellom deg (bevissthet) og ditt erfarende instrument (sinnet)? Se inni deg og tenk på det så kan du ikke finne separasjon. Hvis det ikke er en forskjell mellom deg og ditt erfarende instrument - ditt sinn, og det er ingen forskjell mellom ditt sinn og glasset - er det forskjell mellom deg og glasset? Svaret er nei. Hvor er glasset? I meg. Det er ikke i min hånd. Det er i min hånd hvis du er din kropp. Hvis du er kroppen så er glasset i hånden min. Men

er du kroppen? Nei, det er du ikke.

Kroppen er et objekt og har samme virkelighetsorden som glasset. Kroppen er et objekt kjent av deg. Det samme med glasset, som er et objekt kjent av deg. Glasset og kroppen er skapt av materie. Glasset ser tilsynelatende ut til å være i min hånd hvis jeg tror jeg er kroppen. Når jeg tror jeg er bevissthet så er glasset i meg og ikke separert fra meg. Derfor er virkeligheten ikke-dualistisk. Virkeligheten ser tilsynelatende dualistisk ut, fordi jeg har blitt lurt av Maya, som betyr ignoranse i å tenke at jeg er objektet, kroppen. Det er en feilaktig identifikasjon av meg selv, kropp/ objektet som produserer dualitet. Derfor er dualitet en tro og ikke fakta. Vedanta sier, som vi har sett igjennom vår grundige analyse av vår erfaring - vi har oppdaget at virkeligheten er ikke-dualistisk. Selv om det ser tilsynelatende ut som en separasjon - det er egentlig ingen separasjon.

Det er en undersøkelse og analyse som krever at man er kvalifisert til å forstå og realisere dette og er veldig essensielt viktig i Vedanta undervisningen om å realisere - forstå ens sanne natur og hva virkeligheten egentlig er. Det virker å være lett å forstå det, men ignoranse gjør det vanskelig å gjøre det siden den sitter så hardt fast i våres trossystemer.

Erfaring av Enhet

For å motbevisse at jeg må erfare ENHET siden vi allerede er ett fra et ikke-dualitets eller selvets ståsted:

La oss gå tilbake til lokalisering av objekter undervisningen. Erfarer du dem der ute i verden eller erfarer du dem inne i sinnet? Jeg erfarer dem i mitt sinn. Hvor langt unna er objektet fra sinnet ditt? Flyter det på overflaten av sinnet? Nei, det gjør det ikke. Hvor er det da? Den har smeltet sammen i sinnet og sinnet har tatt form av et objekt. Sinnet er formløst, som vann og luft, og kan ta alle slags former, nettopp som gull kan bli et spesifikt objekt, ring, armbånd eller halssmykke. Hvor langt unna er du fra sinnet ditt? Flyter sinnet ditt på overflaten av din bevissthet? Er det mellomrom mellom deg og ditt sinn? Trenger du en bro for å reise mellom?

Jeg trenger ikke det. Hvorfor? Fordi mitt sinn er meg, bevissthet. Hvis dette er sant, så er ikke bare det du erfarer i bevissthet, men det er egentlig bevissthet. Objektene i bevissthet og subjektet, bevissthet... er ett. Hvis dette også stemmer, hvorfor trenger jeg erfaring av enhet? Jeg erfarer allerede enhet med alt. Jeg ønsker å erfare enhet med alt når jeg allerede erfarer enhet, fordi jeg er i dualitet og har identifisert med separasjonstanken, som skaper lidelse. Dualitet er ikke et faktum. Det er bare en tro i separasjons-tanken. Istedenfor å prøve å fjerne ønsket om å oppnå en erfaring av et spesielt objekt, så burde jeg heller undersøke hva separasjonstanken innebærer. Stemmer dette? Er jeg separert fra mitt selv? Eller er jeg allerede lykksalighet (bliss), som objektet er ment å levere?

Alt er bevissthet. Det er bare bevissthet utifra ikke-dualitetsvisjonen eller selvets/ bevissthetens ståsted. Når du erfarer noe, erfarer du bare det i bevissthet. Det er ingen objekter der ute som du egentlig erfarer. En erfaring er bare bevissthet pluss tanken som viser seg i bevissthet i det øyeblikket. Når tanken endres, endrer erfaringen seg.

Bevissthet er som et hav og tankene er bølgene. Det er egentlig ingen forskjell, bare navn og form av H₂O. Havet er H₂O og bølgene er H₂O, så når en tanke kommer opp og skaper en erfaring så er det egentlig bare bevissthet som viser seg som en tanke i sinnet vårt. Sinnet er bare tanker. Imidlertid når bevissthet tar form av en tanke så blir den ikke til tanken som med melk som blir til ost. Melken har forsvunnet for å transformere seg selv til ost.

Bevissthet viser seg som en tanke. Den er alltid fri fra sinnet inkludert tanker, men den presenterer seg selv til seg selv i form av tanker. Når bevissthet, som er deg, er ignorant, identifiserer du med sinnet og du tenker at du er hva du erfarer inkludert tanker og følelser. Tanker og følelser er objekter, bølger i havet (bevissthet).

Maya – Skapelse – Viparaya – Å snu om det som er ombyttet

Vi tror på det vi ser gjennom vår persepsjon, som vår essens, mens Maya - skapelsen får oss til å se omvendt av hva som egentlig er sannhet om hvem vi er - vår natur og essens. Og ikke minst virkeligheten. Objekter, som vi ser utenfor oss selv ser ut til å være det som er vår essens, det vil si at materie er vår essens, mens det egentlig er subjektet som er vår essens, som vi bare kan erfare en refleksjon (pratibimba) av og ikke direkte. Vedanta snur det som er ombyttet - subjektet er oss og ikke objektet (kropp, materie og sinn) som vi tror vi er.

Maya er en «usynlig» Kraft i Bevisstheten og har ingen begynnelse. Maya er evig, både manifestert og umanifestert. Kunnskap viser oss at Maya ikke er virkelig fordi det er alltid i endring. Vedanta ikke-dualitetsvisjonen ser på det uforanderlige og ufødte som virkelig. Vi, individer kan ikke erfare bevissthet/ selv som et objekt. Kunnskap snur på det som er ombyttet og i Vedantaundervisningen er lokalisering av objekter en grunnleggende viktig del. Maya vet alt i universet og låner kraften fra bevissthet.

Vi tror på det vi ser og oppfatter, men Vedantas ikke-dualitetsvisjon viser noe annet når vi undersøker og analyserer møysommelig og grundig erfaringene vi har.

Dualitet og ikke-dualitet møtes aldri

Dualitet og ikke-dualitet møtes aldri. Det vil si at vi ikke kan erfare ikke-dualitet (original bevissthet) direkte der vi er i denne virkelighetsordenen, men bare ha direkte kunnskap om vår essens, hvem vi er og hva virkeligheten er. To eksempler på metaforer, som blir brukt i Vedanta:

1. Parinama, varig endring. Det beste eksempelet på dette er melk og ost. Hvis vi lager ost av melk, må melken stoppe å være melk for å bli til ost. Denne prosessen kan ikke bli endret på; vi kan ikke få melk tilbake. En annen er leire og krukken, eller gullet og rin-

gen. Leiren må stoppe å være leire for å bli en brent krukke, og gullet må stoppe å være gull når den tar form som en ring.

2. Vivarta parinama, tilsynelatende endring. Selv om melken ser ut til å ha blitt ost, leiren til krukken, gullet til ringen, forblir essensen av ost/ krukke/ ring/ melk/ leire/ gull, uten dette ville det ikke være noe ost/ krukke/ ring. Derfor, selv om det ser ut til at bevissthet har blitt til verdenen, har den ikke det. På grunn av Mayas virksomhet, viser bevissthet seg som verdenen. Slik at verdenen ikke er virkelig og ikke uvirkelig: den er tilsynelatende virkelig. Dette betyr at vi kan erfare den, men ved å undersøke dens sanne natur, forsvinner verdenen (form). Verdenen kan bli «fjernet», mens derimot bevissthet som er alltid tilstedeværende og uforanderlig, kan ikke bli fjernet. Bevissthet (ikke-dua-litet) er det eneste som er bestandig.

Persepsjon

Så lenge kroppen er i live og våken, oppfatter og erfarer den noe. Persepsjon kan ikke finne sted uten bevissthet og den kommer og går fordi kroppen kommer og går, men bevissthet gjør det ikke. Bevissthet er alltid tilstede og uforanderlig, den som kjenner tilsynekomster og forsvinning av all persepsjon. Derfor sier vi at du er ufødt og dør aldri. Sinnet, som inkluderer intellektet, er et verktøy for Selvet for å ha kunnskap av objekter, selv om det vet seg selv, hvorvidt eller ikke objekter er tilstede til å bli kjent. Bevissthet er selvvitende.

Persepsjon er ikke styrt på den måten sinnet er preget av dets vasanaer, men bevissthet er ikke preget av noe. Vasanaer vil være hva som farger individet sin persepsjon av verden den ser. Den sanne oppfatter (bevissthet) er det ikke-erfarende vitnet og det som gjør persepsjon mulig, den som kjenner det erfarende vitnet, individet og den som kjenner alt det oppfatter gjennom sansene.

Hvordan Persepsjon Virker

Når vi ser på et objekt, sender subtilkroppen (ego, sinn, intellekt) ut en tanke, en lysstråle, bevissthetsstråle. Bevissthet skinner på subtilkroppen og opplyser sinnet og sansene, som på sin side opplyser objektet. Imidlertid, tanken eller bevissthetsstrålen sendt fra intellektet til objektet er livløs, som betyr at det i seg selv ikke er bevisst. Du vet at dette er sant, fordi dine tanker kjenner ikke deg. Du vet om dine tanker. Bevissthet er levert til objekter gjennom den mekaniske prosessen av den reflekterte bevissthet, som skinner eller spretter tilbake av et bevisst, levende objekt, et individ eller subtilkropp. På denne måten skjer erfaring. Hvis du ikke kan se et materielt objekt, kan ingen tanker nå det, slik at ingen erfaring av det er mulig. Subtile objekter som tanker og følelser er kjent i sinnet på samme måte, av bevissthet, som skinner på sinnet. Grove objekter krever bevissthet til å bli kjent. Menneskeobjekter krever bevissthet og et fungerende intellekt og sanseorganer til å ha kjennskap til noe. De er kunnskapsmidler for bare objekter. Sinnet

blir også kalt for det ellefte sanse-instrumentet, fordi det styrer de fem-kunnskaps-samlinger av grove sanseinstrumenter i kroppen (ører, øyne, hud, nese og tunger) og de fem subtile organer (høre, se, føle, smake og berøring). Sanseorganer forårsaker erfaringer av ting i kroppen.

Ingen sanseorgan oppfatter et eksisterende objekt. Vi konkluderer bare egenskapene av et objekt (form, vekt, struktur, lukt, farge, lyd, smak) basert på persepsjon. Det fordi vi ikke kan ha kjennskap til den egentlig substansen av alle objekter (bevissthet) med sansene. Bevissthet er eksistensaspektet av alle objekter, ikke navnet og formen, fordi bevissthet er bakenfor navn og form. Den forårsaker alle navn og former. Alle navn og former avhenger av bevissthet til å eksistere, men bevissthet avhenger av ingen ting.

All persepsjon og konklusjoner (som inkluderer å høre, se, smake, berøre, lukte) skjer i sinnet, fordi alle erfaringer skjer der. Bevissthet er ikke et persepsjonsobjekt, slik at det ikke kan bli kjent av disse midler. Den kan bare bli kjent gjennom Selvkunnskap ved å analysere forholdet mellom navnet og formen av et objekt og bevissthet, som er hva Selvgransking er grunnleggende om.

Når et tre faller i skogen, om det ikke er et øre tilstede å høre det, er det ingen lyd. Selv det fallende treet vil forstyrre atomer og skape vibrasjoner, er akustisk vibrasjon alene utilstrekkelig å produsere lyd. Sensorer behøves (fungerende ører) til å omdanne akustisk vibrasjon til elektriske impulser. En prosessor (sentralnervesystemet i en fungerende hjerne bak ørene) behandler impulsene og intellektet gir mening av sansemessig informasjonen. All lyd er et resultat av persepsjon.

Synet er det samme. Lys er en elektromagnetisk energiform. Lysspektrumet splitter inn i synlig lys og vi ser ikke lys, men energibølger. Disse elektromagnetiske bølger når våre sensorer (øyne) i form av fotoner (bærere av elektromagnetisk kraft), som blir absorbert av spesielle celler, som er på linje med øyets netthinne. Denne produserer tilsvarende elektro-kjemiske signaler som er sent til synssenteret hvor informasjonen er tolket og behandlet som syn. Uten en observatør med passende sansemessig verktøy, som opererer i den rette lysspektrum-delen, som er i stand til å omdanne de elektromagnetiske bølgene til persepsjon er det ingen lys.

Alt i den tilsynelatende virkeligheten er basert på persepsjon og slutning. Det er det samme med alle de andre sansene. Og det er det samme med hvert eneste objekt. Det er ingen virkelig verden der ute eller her inne. Uten en observatør, er det ingen persepsjon. Uten bevissthet, er det ingen objekter å oppfatte.

Direkte kunnskap av deg selv som Selvet er hva Jeg oppfatter er der fordi jeg ser det. Med andre ord, ville verden ikke være der uten meg, bevissthet.

Indirekte kunnskap av deg selv, som Selvet, er Jeg oppfatter hva Jeg ser fordi det er der. Med andre ord, Jeg er identifisert med mitt kropp-sinn verktøy og tar verden for å være virkelig og separat fra meg. Ser du den veldig subtile, men viktige forskjellen?

Dyp søvntilstanden beviser denne logikken, fordi det må være en som oppfatter tilstede til å vite at du sov, fordi ellers hvordan ville du vite dette når du våknet opp? Bevissthet er den uforanderlige faktoren, som er alltid tilstedeværende og uforanderlig, og individet, det lille-selv oppfattende individet, er den foranderlige faktoren, fordi det er ikke alltid tilstede (slik som i dyp søvn eller koma) og er alltid foranderlig.

De To Undervisningsmetodene

En dialog mellom Vedanta lærer og student.

Den Direkte Vei Tilnærmingen

Som oppstått fra Greg Goode, oppløser denne objektanalysemetoden alle objekter inn i den vitnede bevisstheten ved å demonstrere følgende:

- a) Objektene vi identifiserer med og tror vi erfarer gjennom sansemessige persepsjoner er essensielt ikke noe mer enn spesifikke fornemmelser, som ikke utgjør objektets helhet med hva vi forbinder dem med. For eksempel den hardheten vi føler på vår bakdel når vi sitter på en trestol utgjør ikke eksistensen av hele stolen; Bare på en måte av vår forventning og slutning blir stolens helhet vår virkelighetserfaring;
- b) De spesifikke fornemmelser som erfart er essensielt ikke noe annet enn sanseorganer i seg selv, siden hver av dem er avhengig den bestemte sanseorganen, som vi erfarte og oppfattet gjennom. Den uavhengige eksistensen av noen fornemmelser kan ikke bli verifisert av noe annet middel enn den bestemte sanseorganen hvor det er erfart, og derfor kan ikke noen fornemmelser bli verifisert å ha noen uavhengig eksistens; Det er bare når en bestemt fornemmelse dukker opp i bevissthet at vi erfarer hva vi kaller for det å se, høre, smake, berøre eller lukte.
- c) Sanseorganene er ansvarlig for sansepersepsjonene som er essensielt ikke noe annet enn den vitnede bevisstheten. Den uavhengige eksistensen av sanseorganene kan ikke bli verifisert som om de var verktøy, som ligger der for å vente å bli brukt av bevissthet; Heller at hvert sanseorgan er et unikt bevissthetsmodus, hvor en bestemt persepsjonstype skjer. Dessuten, siden uten bevissthet til å underbygge den, vil ingen sanseorgan gjøre noen sansing, og det vises tydelig at sanseorganene er avhengig av bevissthet for deres eksistens. Bare den vitnede bevissthet er fri av avhengighet av noe annet enn seg selv for dens eksistens. Den ultimate konklusjonen av denne analysen er selvfølgelig at alt er erfart (inkludert erfaringsapparatet og erfareren han eller henne) er ikke separat fra eller noe annet enn bevissthet i seg selv.

Vedanta Tilnærmingen

Gjennom en analyse av erfaringslokaliseringen, den samme beslutningen av alle oppfattede objekter inn i bevissthet er demonstrert. Denne metoden er basert på en undersøkelse av persepsjonsmekanikken. Lys treffer et objekt og våre øyne oppfatter på denne måten objektet og bildet registrerer det i våre sinn. Selv om objektet vi oppfattet ser ut til å være der ute separat fra oss, er virkeligheten at det (bildet av det) er egentlig manifestert i vårt sinn. Siden det er intet mellomrom mellom sinnet og bevissthet, er det faktumet at alt vi oppfatter og erfarer som viser seg i, er ikke separat fra og er essensielt bevissthet. For å si det enkelt, lokalisering-av-erfaring analysen demonstrerer at alle objekter bare er erfart i sinnet og at sinnet er ikke separat fra bevissthet, og essensielt sett så eksisterer alt inni den og er laget av og er derfor avhengig av bevissthet.

På betrakningen av disse tre granskningene, dukker det et spørsmål opp når det gjelder Vedanta sin lokalisering-av-erfaring analyse.

Hvordan er det sann at det antatte objektet, som lyset treffer og dermed forårsaker våre øyne til å oppfatte og registrere et bilde av det i vårt sinn eksisterer til å begynne med? (Å plassere objektets eksistens for at lyset skal treffe det etableres i en dualistisk kontekst som ikke er falsifisert, enkelt ved å si at bildets objekt registreres i sinnet og er dermed overgitt i ett med bevissthet). Dessuten, hvor kom lyset, øynene, og så videre fra? Essensielt, hvis det ikke er noen separate uavhengige objekter, hvordan fant noen av disse persepsjonsprosessene sted?

Vedanta student: Ifølge min forståelse er følgende de mulige svarene som kan bli gitt som svar på disse spørsmålene:

1. Hvert individ projiserer hans egen holografiske verdensfilm, for å si det sann, og på denne måten er alle erfaringer egentlig en projeksjon enn en persepsjon. Denne forklaringen forklarer imidlertid ikke hvorfor alle fornuftige individer identifiserer seg med et bestemt objekt, som det samme objektet, slik at det kan bli sagt at erfaring er sann mot objektet når det egentlig ikke er noen objekt der for å bli oppfattet i begynnelsen. Denne forklaringen er feilaktig, også, fordi individet har ingen kraft til å skape hele verden (jaget) ut av dets eget vesen. Selv om individet kan sies å ha kraften til å skape, er kraften begrenset til å være i stand til å skape sin egen universerfaring gjennom de tolkbare projeksjoner diktet av dens vasanaer (programmeringer, tendenser), som overlapper den. I tillegg, reduserer denne forklaringen den grunnleggende ikke-dualitetsvisjonen til solipsisme, som feiler å fjerne individets tilsynelatende identitet som en separat uavhengig individuell identitet, og derfor gjenstår det dynget i et fundamentalt dualistisk syn.

Fra Wikipedia:**Solipsisme** (av latin *solus* «alene» og *ipse* «selv») er en sinnsfilosofisk teori som hevder at jeget er det eneste som eksisterer, og følgelig at verden og andre mennesker kun eksisterer som en del av jegets bevissthet.

Man kan skille mellom ulike typer solipsisme:

- Den ontologiske (eller metafysiske) *solipsismen* rendyrker idealismens overbevisning om at bare sinnet har en reell eksistens, ved å hevde at bare *mitt sinn* har en reell eksistens. Det fins ingen (eller ytterst få) filosofer som har forfektet et slikt syn, men det har blitt diskutert som en teoretisk mulighet. Diskusjonene har hovedsakelig dreid seg om en slik posisjon er konsistent og om den i så fall lar seg motbevise.
- I erkjennelsesteorien betegner solipsismen en metode som betrakter den egne erkjennelse som den eneste sikre kunnskapen (*epistemologisk* eller *metodisk solipsisme*). Et eksempel på dette er Descartes utsagn *cogito ergo sum* («jeg tenker, altså er jeg»).
- Solipsisme eksisterer også som en sinnsfilosofisk posisjon (*metodologisk solipsisme*), der den innebærer at betydningen av begreper ene og alene er avhengig av subjektets bevissthetstilstand.
- Etisk *solipsisme* forfekter at bare det som gagner selvet, har moralsk verdi. En slik posisjon er mer eller mindre identisk med egoismen som etisk doktrine.

Vedanta lærer: Ja, det er riktig. Individer skaper ikke objektene. Det er det Totale Sinnet (Isvara), som gjør det. De tillater ignoranse uten å vite det i formen av projeksjoner til å tolke objektene ukorrekt. Det gjør ikke noe om de eksisterer eller ikke. Det betyr noe hvordan de er forstått. Vedanta aksepterer ignoranse og måten det skaper objekter. Vi trenger ikke å bevise at de ikke eksisterer og ei heller trenger vi å ødelegge dem. Hvis du kan bruke objektene til å vende individet sin oppmerksomhet til selvet, vil objektenes status bli kjent automatisk, som tilsynelatende objekter, og ikke som «ikke-eksisterende» objekter. Det er galt å si at objektene ikke eksisterer. Du kan ikke erfare noe som ikke eksisterer. De eksisterer ikke uavhengig av bevissthet. Meningen med lokalisering-av-objekter og andre undervisninger er ikke bare å negere objektene, men også avsløre subjektet, bevissthet. Hvorvidt objektene egentlig er der ute eller i sinnet, er selvet avslørt som det ikke-erfarende vitne, som du leder din oppmerksomhet til. Inntil oppmerksomheten er ledet til bevissthet er den forvirret med objektene. Med en gang det er kjent, er objektenes status automatisk klar.

Den Direkte Vei-Undervisningen viser at det er tilsynelatende ingen objekter bortsett fra bevissthet, men hva skal til for å forklare den kontinuerlige objektenes eksistens med en gang de har blitt vist at de ikke eksisterer? Faktumet er at de eksisterer, som nevnt ovenfor. De er bare ikke virkelige. Du vil ikke ta dem seriøst hvis du hadde kjennskap til at de ikke er virkelige. Og du trenger egentlig ikke ødelegge dem, fordi den vitnede bevissthet er ikke dekket av dem. Du bruker å lede oppmerksomheten til bevissthet. Denne metoden blir kalt for *arundhati nyaya*, etter en spesifikk stjerne som ikke kan bli identifisert, fordi den eksisterer i en klynge av lignende stjerner. Du tar et tre og bruker grenene til å lede søkerens oppmerksomhet fra de større grenene, til de lavere på treet til de små grenene på toppen og lokalisere stjernen med referanse til dem.

Vedanta student: 2. Lyset og alle de andre komponentene av eksempelet er også Det Totale Sinnets projeksjon. I videre begrep, er den holografiske filmen som vi oppfatter som den fysiske verden, Det Totale Sinnets vasanaprojeksjon. Inni konteksten av denne projiserte tilsynelatende virkeligheten og den universelle lov (dharma), som styrer dens funksjoner, den tilsynelatende prosessen, som er opprinnelig beskrevet i prakriya (undervisning) av erfaringslokalisering (med andre ord lys treffer et objekt som da registrerer det som et bilde i individets sinn) ser ut til å skje, fører til at det granskende individet til den ultimate konklusjonen at all erfaring tar plass i bevissthet og er også ikke separat fra bevissthet. Den ikke-dualistiske virkelighetsnaturen avhenger av bildet av noe uavhengig objekt, som registreres i sinnet og dermed blir ett med individet. Alle komponenter er heller av denne tilsynelatende omstendigheter ett med universell bevissthet. Med andre ord, objektet og subjektet (individet) har blitt den samme bevissthet bestandig. Mellom disse linjene, kan det tillegges at det opprinnelige objektet som ble truffet av lyset kommer fra samme kilde som objektene i en drøm gjør. Som over, som under for å si det sånn. På samme måte som individets projiserte vasanaer skaper individets mikrokosmiske personlige drømmer, skaper Det Totale Sinnets projiserte vasanaer den makrokosmiske drømmeverden (livet, verden og universet).

Vedanta lærer: Ja.

Vedanta student: 3. Den hele lokalisering-av-erfaringsundervisningen må bli forstått som en analogi, som er brukt som et torn for å fjerne et torn i studentens forståelse av virkelighetsnaturen, heller enn en vitenskapelig forklaring av hvordan skapelse egentlig skjer.

Vedanta lærer: Det stemmer. Vi prøver ikke å forklare skapelse for skapelsens skyld. Vi prøver å latterliggjøre handleren for å avsløre Det Totale Sinnets natur. Handleren gjøres klar for kunnskap. En kvalifisert gransker trenger bare å separere den som kjenner fra de fem slirene for frigjøring. Det betyr ikke noe hvem som skapte dem eller hvorfor, bare at de er tilsynelatende begrensede tilbehør, overlappinger.

Vedanta student: I denne betydningen tjener analogien på en måte å forklare en spontan tilsynekomst inni bevissthet, som ikke er noe annet enn bevissthet selv, som viser seg som den spontane tilsynekomst på grunn av ignoransekraften(maya). Alle komponenter i analogien er ikke noe mer enn ideer som spinner, mer eller mindre, ut av kropp-sinn-intellektmaskinen til å forklare dens tilsynelatende funksjoner blant den udiffjerensierte potensialiteten eller kaos, som er ren bevissthet.

Vedanta lærer: Nei. De er ikke spunnet av kropp-sinn-intellekt maskinen, de er spunnet av skriftene til å gi kropp-sinn-intellekt maskinen en måte å slutte å streve og sette det opp til å forstå dens natur. De overbeviser det at det er ikke i kontroll slik at den vil slippe av og bli kontemplativ.

Vedanta elev: Jeg forklarte ikke kropp-sinn-intellekt maskin-ideen så klart. Når jeg

nevnte at alle komponenter av lokalisering-av-erfaringsundervisningen er snurret, for å si det sånn, av kropp-sinn-intellektet, mente jeg ikke at analogien var produsert av kropp-sinn-intellektsmaskinen, men at lyskomponentene, objektet, øynene og sinnet for å si det sånn, er alle produkter av kropp-sinn-intellekt maskinens funksjoner, med en gang den er ladet av bevissthet, utfører (ikke som en uavhengig handler, siden den er livløs, men enkelt og greit er en mekanisme opplyst av bevissthet) produksjonsfunksjon av alle tilsynelatende objekter som viser seg i den tilsynelatende virkeligheten. Med andre ord, er kropp-sinn-intellektsmaskinen grunnleggende et spinnende hjul for Maya (ignoranse). Sagt på en annen måte, er det filmprosjektoren som projiserer filmen av den tilsynelatende virkeligheten med en gang den er ladet med bevissthetens elektrisitet. Analogien i seg selv er, som du kommenterte, spinnnet ut av skriften på en måte å få kropp-sinn-intellektsmaskinen til å slutte å streve som handleren og forstår dens sanne natur.

På denne måten, ser jeg kropp-intellektsmaskinen som en mekanisme gjennom hvor ignoranse projiserer den tilsynelatende virkeligheten. Og det er en maskin, som er designet til å selvdelegge på den måten at dens funksjoner (i det minste fra ståstedet av individet) utvikler seg mot en uungåelig oppvåkning gjennom hvor den forstår dens sanne natur, og på den måten slutter å bli villedet av projeksjonene som naturlig skjer gjennom den når den er opplyst av bevissthet.

Vedanta lærer: Okey. Jeg misforstod, fordi det ikke var klart. Nå er det klart. Jeg er veldig imponert av din forståelse. Du vil bli en stor Vedanta lærer en dag.

Vedanta student: Konklusjonen er at det er essensielt bevissthet, som har villedet seg selv (selv om jeg vet at bevissthet i seg selv er aldri villedet) gjennom dens mesterlige utøvelse av mayakraften og dens konsekvente forbindelse med kropp-sinn-intellektsmaskinen, og det er bevissthet i seg selv som våkner opp (Jeg realiserer at bevissthet i seg selv har aldri sovet) til dens sanne natur når den frigjør seg fra kropp-sinn-intellektsmaskinen og oppdager den som den sanne identitet som attributtløst selv.

Og et siste ord: Jeg er fullstendig enig med din kommentar om feilen Greg Goode gjorde det som gjelder dyp søvntilstanden (han ser på det samme som selv). Det har plaget meg når jeg har lest boken. Utenom det har jeg funnet øvelsene som ganske fine supplementer til Vedantas undervisningsmeotdikk. (Den beste veien til selvrealisering).

Vedanta student: Følgende er en utdypning, som angår noe av de finere poengene involvert i den andre forklaringen overfor, at universet er Det Totale Sinnets vasanaprojeksjon:

Som det er blitt sagt, i lokalisering-av-erfaringsundervisningen, er det opprinnelige objektet på hvor lyset skinner og er dermed reflektert i sinnet en projeksjon av Det Totale Sinnets vasana. En annen måte å si det på, en mer vitenskapelig måte, er at objektet er et produkt av stimulans som eksisterer og er essensielt laget av makrokosmisk bevissthet.

Med andre ord, er objektet den abstrakte (med andre ord valgte eller tatt utifra) representasjon av noe som ikke har virkelig en uavhengig eller fysisk eksistens andre enn stimulans eller umanifestert energi. Dette er en mer subtil versjon av Det Store Smellets skapelsesteori. I denne saken projiserer Det Totale Sinnet (med andre ord Skaperen, eller Gud) et ren potensialitetsfelt eller stimulans som gjenstår i en umanifestert tilstand av kaos inntil individer begynner å se forbindelsen, for å si det sånn, og dermed abstrakterer holografiske bilder (fullstendig med sansesystemenes karakteristikk) som utgjør universet. Kort sagt, projiserer Det Totale Sinnet universet, inkludert individer ut av ens egen vesen og så inni den projeksjonen utfører individene abstraksjonsprosessene som gir form til deres verden og deres erfaring av den.

Vedanta lærer: Ikke helt eksakt. Men mer eller mindre. Det umanifesterte er ikke kaotisk. Den er fullstendig i orden og er strukturert. Den ser ut til å være uklar fra individet sitt perspektiv, fordi det er bakenfor persepsjon. Individet ser egentlig ikke forbindelsen. Den bare jakter på ens frykter og begjær, som gjør virkeligheten til å se forvirrende ut. Kanskje den eventuelt senere blir visere. Vedanta-undervisningen ser forbindelsen.

Vedanta student: I Det Totale Sinnets opprinnelige stimulansprojeksjoner må det være et slags subtilt energimønster, som er årsak for hva bildene vil være eller kan bli abstraktet på spesifikke lokasjoner i rom-tidskontinuumet, som tjener som et arena for det manifesterte universet. Hvis det ikke var tilfelle, ville da hvert individ tilfeldigvis se eller erfare hva han eller hun uavhengig projiserte (eller som av hans eller hennes vasanaer var projisert) på skjermen av hans eller hennes bevissthet til ethvert gitt øyeblikk. Dette ville forkaste noen likheter av enigheter mellom individer når det gjelder hva objekter var blitt erfart til enhver gitt tid og sted, og på denne måten overgi sammenhengende organisasjoner og fellesskap av livets erfaring umulig. Selv om det selvfølgelig er tilfellet at hvert individs vasanatolket eller overlappet, på hans eller hennes persepsjoner på en personlig måte som skaper en personlig erfaring av ethvert oppfattet objekt, som kan være forskjellig fra noen eller alle andre individer sine erfaringer av det samme objektet. Et mer subtilt skapelsestrinn enn manifesteringen av det fysiske universet i seg selv. Et interessant aspekt av dette oppsettet er at dess mer ugjennomtrengelig objektets fysiske egenskap, dess mer vanlig er enigheten om dens kvaliteter, karakteristikk og kvaliteter. For eksempel, ville flere mennesker være enig om detaljene av en Rød Corvette, som var parkert foran dem, enn de som ville være enig om Kjærlighetens natur.

Vedanta lærer: Bra. Det er riktig.

Vedanta student: Det subtile energimønsteret i Det Totale Sinnets opprinnelige stimuleringsprojeksjon fra hvor universet kommer fra er et aspekt av universell lov (dharma). Dette mønsteret eller organiseringen, er den grunnleggende årsaken hvorfor ting er som de er, hvorfor fenomener viser seg slik som de gjør, hvorfor ting jobber som de gjør, hvorfor objekter fungerer eller oppfører seg som de gjør. Med andre ord, er det

grunnen til hvorfor bestemte ting har bestemte kvaliteter, karakteristikk, egenskaper og begrensninger. For eksempel, forklarer denne subtile energiorganiseringen for hvorfor mennesker ikke kan fly som fugler og hvorfor de ikke kan gå på vannet og hvorfor et tilsynelatende individ ikke kan bevisst bevege lemmene av et annet individ siden han eller hun kan gjøre det på sine egne. Selv om det er rapporter av mennesker som har brutt grunnleggende naturlover og har overvunnet slike tilsynelatende begrensninger, er den overveldende flesteparten av individer og andre objekter begrenset av naturen til å respektere lovene som regjerer og i det minste aspektet av den tilsynelatende virkeligheten vi kaller universet. I metaforiske begrep, å forbinde seg selv med den begrensede overlappingen (upadhi) av et individ (eller ethvert gitt objekt, for den saks skyld), må bevissthet spille med de etablerte spillets regler, som den har skapt for seg selv.

Vedanta lærer: Ja.

Vedanta student: Når vi snakker om metafor, må det bli forstått at hele denne forklaringen av skapelsesdynamikken ikke er noe mer enn en analogi anvendt til å uttrykke den spontane projeksjonen inni og av bevissthet på grunn av ignoranse. Med andre ord, er det et utarbeidet konsept brukt til å forklare det som virkelig ikke har noen forklaring eller i det minste som ikke kan bli forstått av sinnet, for sinnet i seg selv er ikke noe mer enn et objekt inni bevissthet, og er på den måten en effekt av bevissthet, en effekt som også er både grovere enn dens årsak og er livløs. Derfor kan ikke sinnet forstå dens årsak.

Vedanta lærer: Dette forutsetter at sinnet er bevisst, men det er ikke det. Det er bare en speillignende struktur, som bevissthet bruker til å kjenne seg selv i objektenes form. Men den grunnleggende ideen av en metafor er god. Vedantametodikken av undervisningen er via overlapping og negering (fjerne). Vi aksepterer måten individet ser det på og så ødelegge måten å se det på ved å avsløre den gjemte logikken av skapelsen. Det er latterlig å utfordre individet. Det vil bare reagere. Du er enig med det, prater med det. Hvis det tror at det er objekter der ute, aksepter det. Da vil du steg for steg undergrave troen.

Virkelighetsordener

Hva er virkeligheten? Vedanta har en tydelig definisjon på at det som er uforanderlig, alltid-tilstedeværende og ikke-dualistisk ubetinget kjærlighet er det som er virkelig, mens det som alltid er i endring er tilsynelatende virkelig. Det er ulike (nevnt av og til som to eller tre i vedaene) ordener av virkeligheten det er snakk om her og forklare det mer utdypende.

For det første så må en avgjøre objektenes natur: Et objekt er ikke noe annet enn deg, bevissthet; Det er kjent av deg, så det kan ikke være deg; Et objekt er ikke bevisst. Erfaring er et annet ord for et objekt, fordi alle objekter er erfart bare i sinnet, som er også et objekt kjent av deg, bevissthet.

Fra et ikke-dualistisk perspektiv så dukker alle objekter fra bevissthet, og består av bevissthet, er avhengig av forholdet til bevissthet og løser seg opp i bevissthet, men bevissthet er alltid fri av alle objekter. Siden den sanne naturen av virkeligheten er ikke-dualistisk virkelighet og ikke en dualitet, så kan det bare være et prinsipp, som opererer og det er bevissthet, så alt er bevissthet.

Vedaene snakker ofte om to virkelighetsordener: *satya* og *mithya*, den virkelige og det tilsynelatende virkelige. De er ikke i opposisjon til hverandre og går ikke mot hverandre, som med rom i et rom som viser seg å være forskjellig fra rom utenfor et rom, men de er det samme. Hva som tillater deg å skjelne mellom de to ordenene er anvendelsen av diskriminering gjennom selvkunnskap. Hvis du anvender logikken av Vedanta og undersøker den sanne natur av virkelighet, så vil du se at bevissthet (subjektet) er det eneste prinsippet som alltid er tilstede og aldri endrer seg. Alt annet, det vil si alle erfaringer (objekter) er det som ikke alltid er tilstede og endrer seg alltid.

Å kjenne til forskjellen mellom disse to og aldri forvirre dem igjen blir kalt for moksa, frihet fra begrensning. Så selv om alle objekter er deg, bevissthet, er du ikke objektene, fordi ingen objekter er bevisste. Bevissthet ER hva som ser. «Ser» betyr å vite.

Bevissthet, subjektet, er ikke et objekt, slik at den kan ikke bli kjent av et objekt, fordi et objekt er ikke bevisst. Edderkoppens vev, selv om den oppstår fra edderkoppen og består av edderkoppen, kjenner ikke til edderkoppen, fordi det er ikke bevisst. Det samme gjelder ditt spytt: Den oppstår fra deg, men kjenner den deg? Nei.

Et objekt kan ikke ha kjennskap til subjektet. Bevissthet er den som har kjennskap til alle objektene, det «gjennomsiktige», eller ikke-erfarende vitne. Bevissthet trenger ikke noe for å ha kjennskap til seg selv, fordi den kjenner seg selv. Den er alltid et vitne. Men bevissthet er et vitne bare med referanse til hva som blir sett. I seg selv ser den bare ren bevissthet. Selvet/ bevissthet er en seer, som aldri har startet eller slutter og er det altseende øye, eller «Jeg», som ser bare seg selv fordi det er alt det er å se.

Bevissthet er selvopplysende og det er ikke noe annet enn seg selv. Husk at ikke-dualitet betyr akkurat det: Det er bare bevissthet for bevissthet å se, ikke at bevissthet er en seer på en måte jiva (personen) forstår det å se. Personen er en linse gjennom hva bevissthet tilsynelatende ser på objekter, men alle objekter er reflektert bevissthet og har da en avhengende eksistens av bevissthet. Det er ingen objekter for bevissthet å se. Bevissthet er hva som får det å se reflektert bevissthet (med andre ord objekter) mulig.

Det vil være mer passende å si at selvet, som ser bare seg selv, er det som har kjennskap til seeren med referanse til det som er sett bare når maya opererer. Det selvbevisste selvet viser seg som en seer, men er egentlig ingen seer, hvis ikke det å se refererer til sitt eget selv.

Fra perspektivet av dualitet, eller personen som er identifisert med å være en person, med andre ord når ignoranse opererer, tror personen at seeren er forskjellig fra det som er sett; med andre ord, at subjektet og objektet er forskjellige. De er ikke forskjellige, selv om de eksisterer i en forskjellig virkelighetsorden: bevissthet, hva som er virkelig, og reflektert bevissthet, hva som er tilsynelatende virkelig.

Det virker å være dualistisk, men det ikke-dualistiske selvet og verden er ikke det motsatte. En er *satya* og den andre er *mithya*. *Mithya* betyr ikke at en skal neglisjere *satya*; *satya* opphever *mithya*. Hvis de var motsatt så ville den ene slette den andre, så hvis du hadde *satya* så ville du ikke ha *mithya* og motsatt. Men det er ikke sånn det er. Dine drømmer opphever ikke deg, drømmeren. Den eksisterer samtidig i forskjellige dimensjoner av virkelighet. Den våkne og den sovende er motsatte, fordi når du har en så har du ikke den andre. Dag og natt er motsatte. Når det er dag, så er det ikke natt. Når det er opp, så er det ikke ned.

Hva med skumring? Skumring er tilstede av både dag og natt. På samme måte så er ikke selvet påvirket av dualitet. Den opplyser den. Isvara/ Skaper 1 og 2 er de samme, men forskjellig. Begge er Isvara. En er Isvara uten kraften å skape og den andre er Isvara med kraften til å skape. Slik at det er forskjell, men det er ingen forskjell. For eksempel så er en kunstner den samme eller forskjellig fra hans eller hennes kunst? Kraften av kunst er i deg, men du slutter ikke å eksistere når du ikke skaper kunst. Så selvet er fri av Maya, men Maya er ikke fri av selvet.

Alle erfaringer i verden og selve verden skjer i sinnet og kommer fra tanker.

Det er to verdener for alle. Den objektive verden er skapt av objekter og erfaringer skapt av bevissthet, i funksjon som Skaperen og den subjektive verden av projeksjoner som individer tillegger til den objektive verden. Gjennom selvkunnskap så kan subjektive projeksjoner som forårsaker lidelse bli gjenkjent og fjernet og setter individet fri. Helt til hele skapelsen er løst opp av Skaperen på et tidspunkt, så vil det eksistere som et bilde i bevissthet.

Men noen som kjenner til at han eller hun er bevissthet vil ikke ta bildet til å være virkeligheten, og vil da være fri av den. Bilde av verden er bare et problem når du tror den er virkelig. Vedanta viser at du er bevissthet og ikke personen, som viser seg i deg som et bilde.

Alle åpenbaringer har samme beskjed og det er at du er hel og fullstendig grenseløs bevissthet og ikke den som erfarer åpenbaringen, selv om den erfarende entitets eksistens avhenger av deg. Dessverre, om du ikke har konteksten inni deg til å forstå erfaringen, et gyldig kunnskapsmiddel som Vedanta, så er kunnskapen for det mest borte og ikke assimilerbart. En tror at en må ha en annen erfaring for å kjenne bevissthet. Men ingen spesiell erfaring er nødvendig for å erfare bevissthet, fordi du alltid erfarer bare bevissthet.

KORT OPPSUMMERING

Hva som blir klart for deg er at objektene har ingen iboende verdi, de er livløse og er ikke virkelig, som betyr at de ikke alltid er tilstede og endrer seg alltid. Bare du, bevissthet av objektene, er virkelig, som alltid er tilstede og er uforanderlig. Du realiserer også at det ikke er noe annet enn deg, bevissthet, så alle objektene er deg. MEN du eksisterer uavhengig av alle objektene. Ikke-dualitet og dualitet er ikke motsatt av hverandre: De eksisterer i forskjellige ordener av virkeligheten; satya og mithya eller det virkelige og den tilsynelatende virkelige. Frihet kommer fra å være i stand til å diskriminere deg, bevissthet fra objektene som viser seg i deg.

Bevissthet er udelelig og har ingen deler

Det er ingen deler til bevissthet, siden det er ingen deler til rom. Det er ingen forskjell mellom rommet innvendig eller utenfor potten, fordi rom gjennomtrenger alt, som også bevissthet gjør. Det er en beholder til alle objekter. Selv om det er bare en evig jiva, får Maya det til å se ut som at det er mange individuelle jivaer ved å gi sansende vesener en upadhi, lass av vasanaer, subtil kropp/ fem slirer eller personlig ignoranse. En upadhi er et begrenset tilbehør, som hvor noe viser seg som noe annet enn det er. For eksempel hvis jeg har en rød rose bak en klar krystall, vil den klare krystallen vise seg å være rød selv om den er klar. La oss si det sånn: Upadhi for Selv/ bevissthet er individet fortryllet av ignoranse, og får Selvet til å se ut som en jiva. Hva som tilhører personen tilhører ikke Selvet, fordi personen og bevissthet eksisterer ikke i samme virkelighetsorden.

Selvet, subjektet, satya er hva som er virkelig, og objektet, personen er hva som er tilsynelatende virkelig, mithya. Definisjonen av virkelig er hva som alltid er tilstedeværende og er uforanderlig, som bare gjelder Selvet. Den som beskuer ser bare forskjellig ut ifølge upadhi den assosierer seg med: Forskjellen tilhører upadhi og ikke subjektet (Selvet). Det er bare en tilsynekomst i bevissthet forårsaket av en sans av forskjellighet hvor det ikke er noe forskjell. Maya er en veldig smart lurendreier, ignoranse er veldig intelligent. Maya er Isvaras (Upersonlig Skaper/ Det Totale Sinn) (tilsynelatende) upadhi.

Forvirringen er hva som tilhører personen og hva som tilhører Selvet: Du tror at hva som gjelder personen også gjelder Selvet. Som det er konstantert ovenfor er personen og Selvet ikke det samme, fordi det er forskjellige upadhier. Hva som tilhører personen kan ikke tilhøre Selvet, fordi Selvet er en udelelig helhet. Slik at Selvet ikke kan være jiva, men jiva er Selvet. Som med bølgen er havet, men havet er ikke bølgen, selv om deres essens er vann, krukken er leire, men leiren er ikke krukken, ringen er gull, men gull er ikke en ring. Dette er bare tilsynelatende motsetninger som løser seg når Vedantas logikk gjelder dem.

Husk at Selvet ikke er en erfarende entitet. Det er et vitne (sakshi) av den erfarende entiteten. Erfaringen av den erfarende deg er begrenset til upadhi gjennom hvor du erfarer, personen du er. Derfor kjenner du bare til objektene du har kontakt med. Du kan ikke vite hva det andre sinnet tenker eller føler, unntatt ved slutning. Så lenge du er identifi-

sert med personen, er du begrenset og bundet av dens ignoranse. Du er den eneste med den type person-upadhi. Jeg har den type person-upadhi, slik at jeg ikke kan vite hva du erfarer, men fordi Selvkunnskap har fjernet min personlige ignoranse vet jeg at vi ikke er forskjellig, fordi vi er begge Selvet, som er alt som finnes.

Du pådytter satya på mithya, som ikke vil fungere. De to virkelighetsordener, den virkelige og den tilsynelatende virkelig, dualitet og ikke-dualitet, er ikke en motsetning til hverandre, men de møter heller aldri, de motsetter seg ikke hverandre selv om dualitet ikke er virkelig og er overlappet på ikke-dualitet. Så lenge det såkalte individuelle sinnet er fortryllet av ignoranse, tenker det at det er separat og må jage etter objekter for å fullføre seg selv. Når ignoranse er fjernet, selv om du fortsatt er begrenset av din upadhi og kan ikke vite andre sine tanker, fordi moksa (frigjøring) ikke gir allvitethet (som bare tilhører til Isvara), ser du ikke andre atskilt fra deg, fordi du vet at essensen av alt i livet er Selvet, deg. Bølgen løser seg inn i havet, krukken til leiren, ringen til gull og du jakter ikke lengre objekter for at det skal gjøre meg fullstendig.

Panchadasi - utdrag:

«Du kan ikke erfare ikke-dualitet eller dualitet, fordi bevissthet er ikke et erfaringsobjekt. Og du erfarer egentlig ikke dualitet når du tror du gjør det. Du er alltid lykksalighet (bliss). Dualitet og ikke-dualitet er bare konsepter som trenger å bli forstått til frigjøring. Ideen ikke-dualitet har bare betydning med referanse til dualitets-ideen. Men hvis det bare er bevissthet, er det verken dualitet og ei heller ikke-dualitet.

Bevissthet er den som kjenner til begge. Lykksalighet eksisterer fordi eksistens er lykksalighet, med andre ord fullstendighet uten referanse til tomhet, fullstendighet uten referanse til ufullstendighet. Eksistens er bevissthet.»

Pratibasika: Subjektiv erfaring, tolkning og magisk tenkning

Det er flere sanskrit uttrykk og ord som jeg får kjennskap til i Vedantakunnskapen. Og en av dem jeg har reflektert endel over er ordet «Pratibasika». Det har med subjektiv erfaring, tolkning og magisk tenkning å gjøre. Et annet ord for magisk tenkning er ønsketenkning. Vi tror rått på alt vi erfarer er sant og tenker ikke mer over det, hva vi egentlig erfarer. Vi undersøker og gransker ikke grundig nok til å si objektivt hva det vil si å ha ulike erfaringer.

Forfengelighet - å føle seg spesiell er en bakside av dette og en kan lett mistolke og tro på slike erfaringer bokstavelig sett istedenfor objektivt å se på det mer i symbolsk retning. Det ligger mye psykologisk kunnskap i dette og det samme med eksistensielle svar på hvem vi er. En kan også få innblikk i kosmologi. Dypere sider i livet. En vil gjerne få svar på det man søker etter, som sannhetssøker. Kunnskap kommer når en har et sinn som er klart og modent for å ta imot en kunnskap, som er av objektiv og upersonlig art. Sannhet er ikke menneskeskapt - den bare eksisterer. Vi vet alle at vi er bevisste og at vi eksisterer. Det er selvinnsende.

Hva innebærer dette i min sannhetssøken om hvem jeg er og min identitet? Og hva som er sannhet eller fakta. Hva er nytteverdien når en har slike erfaringer er jo individuelt å mene om. Å undersøke ens spirituelle erfaringer er viktig for å forstå hvem jeg er og skille mellom det som er virkelig eller det som ser virkelig ut, permanent eller ikke-permanent og subjekt (Bevissthet/ Selv) eller objekt (Alle store fysiske objekter til mer subtile som tanker, følelser, opplevelser m.m.).

Jeg har personlig hatt endel interessante erfaringer og reiser i den spirituelle/ alternative jungelen (siden 1994) og det har gitt meg interessante oppdagelser i ettertid når jeg grundig og møysommelig har undersøkt disse erfaringer og oppdagelser så går det i denne gaten; Livet er ikke et mysterium når man oppdager og gjenkjenner hvem man egentlig er. Det betyr ikke at en vil ha kjennskap til all kunnskap i verden og universet. Vi har våre begrensninger i den rollen vi spiller ut, som individer. Vi er ikke Det Totale Sinnet, som har kjennskap til alt.

En svakhet med spirituelle erfaringer er å tro at en er spesiell og har en viktig jobb å gjøre her på planeten. Da spiller det spirituelle egoet inn og forfengeligheit er en bakside, som nevnt. Det er ingen dømming av andre sine erfaringer og jeg kan bare undersøke det jeg erfarer selv. Vedanta har i sin metodikk de verktøyene som skal til for å undersøke, reflektere, granske og analysere grundig erfaringer på ulike ståsted og vinkler. Det tar endel år å undersøke grundig og det er ingen lettvinnt løsning, som man ser mange søker etter.

Det er kjekt å se tilbake på denne reisen, men det er godt å innse at det er endel subjektive ting og tolkning, som er byttet ut med objektiv og upersonlig analyse, selvgransking og refleksjoner. Det gir en større troverdighet.

Det foregår endel ønsketenkning basert på egne tolkninger og subjektive erfaringer. Fantasireiser/ Indre reiser innehar endel symboler og arketyper. Det er ikke ulikt vanlige drømmer og går i samme gate. Sjamaner og urfolk har jo vært bevisst på slike indre reiser og her er det også ulike erfaringer og tolkninger i hva som egentlig skjer.

Vedanta har sin metode å undersøke slike nevnte erfaringer. Og her viser jeg en grundig undersøkelse og analyse om sjamanistiske og andre type erfaringer via deler av satsang fra en Vedantalærer med en som hadde såkalte negative spirituelle erfaringer i Equador på ulike måter:

Sjamanisme sammen med mange andre tilbud i den spirituelle materialismeverden klarer enkelt og greit ikke å fjerne lidelse for alltid: Ingenting gjør det, bortsett fra Selv-kunnskap, som er frukten av selvgransking. Vedanta sier at vi ikke trenger noen spesielle erfaringer til å erfare sannheten om hvem du er, fordi din sanne identitet som Selvet/ bevissthet skjer forut for alle erfaringer.

Til å lede selvgransking trenger du et gyldig kunnskapsmiddel, som er i stand til å fjerne

ignoransen av din sanne natur: det er den eneste måten du kan forstå og «fjerne» din begrensede identitet som en person og gjøre krav på din identitet som den som vet om alle erfaringer, bevissthet, Selvet. Det er ingen magi, hvit eller svart, som kan gi deg den eller ta fra deg den, fordi ikke-dualistisk, handlingsløs, grenseløs, upreget og alltidtilstedeværende bevissthet er din iboende natur. Men hvis ignoranse står i veien for denne kunnskapen, vil begrensning og lidelse skapt av troen i dualitet bli din erfaring.

Mange mennesker i den spirituelle arenaen tror feilaktig at de kan bruke knep, slik som sinnsendrete substanser, hypnose, positiv tenkning, kontakt med ånder gjennom mediumseanser eller annen sjamanistisk praksis for å oppnå spesielle krefter, hindre negative ting som skal skje eller forvrengte strømmen av ubevisste negative tanker. Med andre ord, for å oppnå hva de vil ha eller unngå hva de ikke vil ha. Den sjamanistiske veien sier at lovene, som regjerer dette universet kan bli bøyet til viljen av de som er fri fra troen at det er umulig å få det de vil ha med passende holdning eller gjennom magi.

Det kan være sant opp til et visst punkt, men det er ingen karma yoga i denne holdningen, siden de er alle resultatsbaserte, dualistisk tenkning. Selv om du får det du vil ha, er det ikke på grunn av deg, men Det Totale Makrokosmiske Sinnet, Eksistensfeltet. De fleste som kaller seg for mestre eller sjamaner har ingen kunnskap av hvordan dharmafeltet (verden) fungerer, ei heller forstår de eller praktiserer de karma yoga.

Karma yoga har med å forstå at du kan handle for å få det du vil ha, men du styrer ikke resultatene. Resultatene er opp til Eksistensfeltet, et felt av naturlige lover, eller dharmar, som bli forstått og respektert av et fredfullt sinn. Dine handlinger er viet til feltet i en holdning av takknemlighet. Du hengir med aksept om at alle resultatene er passende resultater for deg og oppgir forventninger, bekymring, håp eller behovet for en spesifikk beslutning til dine liker eller misliker.

Hovedgrunnen til at åndelighet, hypnose og sjamanistisk praksis til slutt ikke virker er fordi de tar ikke Maya/ Upersonlig skaper og skapelse og vasanaer (før-eksisterende tendenser eller psykologiske mentale og følelsesmessige mønstre) i betraktning. En vasana er en tendens til å repetere spesifikke handlinger. Ikke alle vasanaer er negative, men bindende vasanaer, som forårsaker avhengighet til negativ tenkning/ følelsesmessige mønstre skaper store lidelser. Og alt du vil få med disse typer av spirituell praksis er mer bindende vasanaer for utrolige erfaringer, avhengigheter, hypnose, New-Age Hemmeligheten typer fantasier og sjamanistiske knep.

Derfor er det spirituelle valget vårt, fordi det underliggende premisset er basert på dualitet at du er ufullstendig og trenger noe (en erfaring eller spesiell kraft) for å fullføre deg, som aldri er sant. At du er mester av din egen skjebne er delvis sant på kort sikt, men det løser ikke det fundamentale problemet av eksistensiell lidelse, de bindende vasanaer og troen på sansen av handleren. Den tar ikke i betraktning det triste faktum at den pregete personen, som er identifisert med å være en person (dualitet) er problemet i første omgang. Som en person trenger livet ditt å være i overenstemmelse med sannheten av ek-

sistensen hvis du vil ha fredfullt sinn, men ideene som er foreslått av spiritualitet vil ikke produsere frihet fra avhengighet, som du har erfart, men mer smerte og lidelse.

Uansett sannhet eller handlinger, som disse praksiser fremmer, er den underliggende ideen at du kan (eller må) gjøre noe for å forbedre eller perfektionere personen og deres karma. Vedanta sier at det er ingen vits i å forbedre personen, fordi selv om den eksisterer, er den bare tilsynelatende virkelig, virkelig er definert det som alltid er tilstedeværende og aldri endrer seg, som bare gjelder bevissthet, og ingenting annet. Du kan indirekte forbedre personen gjennom Selvkunnskap i det at den frigjør sinnet fra bindinger til dine liker og misliker, men små-selv-forbedringer er ikke målet av selvgransking. Det er en bi-effekt av Selvkunnskap. Og Vedanta sier også at ingen handling av en begrenset entitet vil resultere i et grenseløst resultat, frihet fra begrensning og lidelse. Den sier at alle erfaringer skjer i tid og vil slutte, la ignoranse være urørt om ikke Selvkunnskap er assimilert fra erfaringen. Og bare Selvkunnskap er i stand til å fjerne ignoranse.

Det finnes ingen negative ånder. Det er bare negative og inngrodde tanker og følelser, som tar over og ser ut til å besette sinnet. Alt vi erfarer kommer fra våre tanker, ikke fra et annet sted, fordi det er IKKE et annet sted. Noen mennesker kan se subtile energier slik som individer som bare ånd (uten kropp) av en god eller dårlig natur mer klart enn andre og blir kalt for sensitive, synske, klarsynte eller besatte.

Mye av det er resultatet av projeksjoner basert på villedet frykt og trossystemer. New Age-trenden av kanalisering og liksom overlegne vesener er et åpent område for bløffmakere, som med ideen at du kan oppnå krefter gjennom sjamanisme. Den magisk-tenkning typen, som det er overflod av i den spirituelle markedsplassen bruker denne subjektive kunnskapen og presenterer det som om det er sannhet, og du må selvfølgelig gi din kraft til dem fordi DE vet hva sannheten er for deg. Den synske verden av ånder bør helst unngås, fordi det er bare basert på dualitet, og har ingen objektiv undervisning og er derfor bare ignoranse.

Ja, dine vasanaer leder deg overalt, slik de har gjort med alle, og de vil fortsette å gjøre det inntil du er forberedt til å gjøre et arbeide med deg selv. Moder Jord kan ikke spørre deg om å drepe deg selv, bare dine tanker identifisert til dine følelser kan gjøre det. Livet støtter deg i hva som helst du vil og vil respondere til deg slik du responderer til det. Det er ingen magi, svart eller hvit, ingen kraft utenfor deg som får deg til å gjøre noe annet enn hva som foregår inni ditt hode.

Vedanta er kunnskapsbasert, ikke erfaringsbasert. Hvis du er ute etter erfaring er ikke Vedanta noe for deg.

KORT SAMMENDRAG

Jeg har respekt for andre sitt syn og meninger rundt det som ble nevnt i den satsangen. Det vil være ting jeg tar opp, som ikke noen av dere vil like å høre eller lese om. Og folk tar ting lett personlig. Men egentlig når man går bakenfor liker eller misliker så er det aldri noe å like eller mislike. Vi holder fast på endel forestillinger om verden og det vi

erfarer. Det er lett å tro at vi sitter på sannhet, men problemet er, som jeg selv har erfart - at en ikke undersøker nøye og grundig nok hva erfaringer handler om. Den er basert på kritisk analyse av erfaringer folk har i det spirituelle. Det er lett som jeg har nevnt å tro at vi er spesielle og har en spesiell misjon her på Jorden. Det er dessverre forfengelig. Ingen er mer viktigere enn andre. Jeg har hatt nytte av ulike erfaringer på min vei og de mennesker jeg har møtt. En må regne med at mennesker har ulik oppfatning, agenda, motivasjon og mål i livet.

Sannhet om hvem vi er (vår identitet) og hva virkelighet er vil alltid være upersonlig og objektiv. Vi er nødt til å se på våre erfaringer uansett hva det er gjennom upersonlig og objektiv ståsted. Det finnes ulike måter å møte det på og jeg støtter vedaene gjennom vedantas metodikk. Det viktigste er at man undersøker selv det man erfarer og ikke tror blindt på noe og at en bruker veldig god tid på det. Gjerne flere år.

Uri Geller var en såkalt ekspert på å bøye skjeer av ren tankekraft. Slike magisk tenkning og ønsketenkninger er dessverre vanlig i spirituelle verden i dag. Man tror at noen har ekstra store egenskaper eller kvaliteter som man ikke selv har. Og det er mye humbug her. Man får jo undersøke erfaringer selv og tolke selv. Men det er klart at jeg har et solid fokus på dømmekraft og skjelneevne. Kritisk sans er viktig om man skal finne ut sannhetsgestalt eller om det er noe i egne eller andres erfaringer. Det har jo vært mye dialog mellom skeptikere og spirituelle/ alternativbevegelsen i ulike foraer og det har vært hett. Det jeg mener såkalte spirituelle bevisste eller alternative burde lære mer av skeptikere er rett og slett dømmekraft, kritisk sans og skjelneevne (diskriminasjon). Man bør ikke ta sine egne erfaringer for god fisk, men heller bruke god tid på å reflektere, granske og analysere hva man egentlig erfarer. Det er lett å ta av og skape spirituelle bobler hvor man mister fotfeste i verden. Eller tror man har en viktigere jobb å gjøre enn andre. Og troen på at man skal «redde» verden.

Vedantametodikken har fått meg til å gå kritisk til verks i mine egne erfaringer i det alternative og i den spirituelle jungelen. Mye av det jeg trodde på eller var åpen for har jeg lagt på hylla for godt. Det kan være nyttig og inspirerende, men det er også mye fantasier her. Og vår psyke skaper endel symbolikk og arketyper i våre erfaringer som får en ofte til å trekke for raske slutninger om noe. Spirituelle erfaringer kan være veldig forførende, men også nyttig på sin måte og skape inspirasjon i livet man lever. Så det er ikke bortkastet all søken etter spesielle erfaringer, men når man forstår at frihet ikke ligger i å søke etter spesielle erfaringer om man har tillit til Vedanta for eksempel, som metodikk for å undersøke erfaringer, vil man forstå at det å slutte å søke etter slike erfaringer er essensielt her.

Vi ønsker å tro at vi kan manipulere materie med sinnet og dette med tankens kraft er jo ganske overdrevet. Men når man undersøker og analyserer erfaringer så er det mye magisk tenkning og subjektive tolkninger. Vi ønsker å føle oss store og at vi har kontrollen, men krefter som har med Maya/Skapelse å gjøre, som på sanskrit kalles for Isvara (Upersonlig skaper/ Gud/ Makrokosmisk sinn) har kontrollen. Ikke en skyggeregjering eller onde krefter, som er fantasifulle konspiratoriske overbevisninger. Det er bare subjektive

oppfatninger av hva som skjer, men det er jo ikke noe mer enn det og som regel er det ikke i nærheten av hva som egentlig skjer. Det er ikke noe forskjeller egentlig mellom drama i vår verden og i for eksempel science fictionserien Star Wars, Star Trek, Ringenes Herre m.m. Det er jo speilbilde av symbolikk av det som skjer i vår verden også på ulike måter.

Man kan undersøke med upersonlig metodikk, som blant annet Vedanta er i forbindelse med dette vi prater om.

The Secret var et populært fenomen for flere år tilbake i spirituelle kretser hvor man trodde at man kunne tiltrekke seg alt det man vil, men det er ikke slik Dharmafeltet eller vår verden fungerer. Det er jo blitt kalt for Null-Sum spill. Det vil si at man både vinner og taper i denne verden. Man mister noe og man får noe. Det er en evig runddans og det skjer uavhengig hva man tror på i forbindelse med å tiltrekke seg det man vil. Men man tiltrekker seg mer det som er i ens «vasanaer» (programmeringer, vaner, tendenser), som en har med seg i livet.

At man ikke føler seg tilstrekkelig eller vil føle seg sterkere og større. I utgangspunktet er man komplett, hel og fullstendig uavhengig av hvilken rolle man utspiller seg i sine liv. Så jakten eller jaget etter å dekke behovet av utilstrekkelighet eller at man mangler noe er vanlig i vår verden. Det er en naturlig del å tro at man «mangler» noe. Og så kommer lett også fantasien og ønsketenkninger inn i bildet. Det har man også erfart og observert spesielt i den spirituelle jungelen.

En interessant dialog med en Vedanta lærer og en student hvor emner, som spirituelle erfaringer og subjektive tolkninger er i bildet. Her nevner han arketyper og Kausalkroppens rolle i hva vi erfarer. Og se det ut ifra upersonlig ståsted og ikke ta personifisering veldig på alvor bokstavelig talt. Å se mer symbolsk i ens undersøkelser av å tolke spirituelle erfaringer:

Klarsynthet, Engler og Kausalkroppen

Vedanta student: Hei, jeg har noen spørsmål om den subjektive verden og at noen mennesker kan se engler, oppstegne mestre, spøkelser eller døde mennesker. Hvordan forklare fenomenet av slike ekstraordinære erfaringer? Kausalkroppen forklarer slikt fenomen på en upersonlig måte. Personifisering av spøkelser, ånder og guder er et resultat av sinnet til subtil kroppen. (ego, sinn, intellekt).

Mine spørsmål er:

1. Når klarsynte mennesker kanaliserer eller ser engler, oppstegne mestre, spøkelser og så videre får de slike visjoner og informasjon fra kausalkroppen av dette eller hans/ hennes person (mikrokosmisk) og de kommer alle fra makrokosmisk (det umanifesterte). Har jeg rett?

Vedanta lærer: Ja, Den Makrokosmiske Kausalkroppen er hva vi kan kalle for basseng av

ren potensiale. Det er et område som inneholder de subtile planer av alle mulige objektive fenomener. Disse er ikke enda subtile manifesterte som ideer, men er ganske enkelt potensielle innstillinger av gunas (energier eller kvaliteter). De er hva Platon henviser til som arketyper.

De er nødvendige modeller for objektive fenomener både subtile (f.eks. fornemmelser, følelser og tanker) og grove (f.eks. fysiske objekter). Jiva eller tilsynelatende individuelle person, har egentlig ikke noe diskret kausalkropp, men har heller tilgang til eller er informert av en spesifikk del av den makrokosmiske kausalkroppen. For det meste, kjenner en spesifikk person bare til delen av den makrokosmiske kausalkroppen som informerer hans/ hennes subtil kropp, som er bestemt av hans/ hennes karma. Men det er noen ganger når subtil kroppen av en spesifikk person som også er i seg selv en del av den makrokosmiske kausalkroppen, kan de få tilgang til informasjon fra en større kropp inni som den skaffer seg og kan dermed se energier som det informeres om til subtil kroppen av en annen person.

2. Vi kan kalle slik informasjon, kanalisering eller visjoner av slike vesener som symbolske tegn i deres subjektive verden, og alt kommer fra Isvara/ makrokosmisk kausalkropp (umanifesterte)?

Vedanta lærer: Korrekt. Visjonene som mennesker har vil vise seg i den formen, de er kjent med. Hvis noen er kjent med konseptet av engler møter de positive energier, da kan han/hun personifisere den energien som et englevesen ifølge hans/ hennes konsept av en engel.

3. Slike erfaringer er i mithya (tilsynelatende dualitetverden), og er ikke virkelig. Og det er bare i den subjektive verden til en person. Kan vi si at alle myter, visjoner, kanaliseringer og så videre kommer fra den samme makrokosmiske kausalkroppen, og det er lignende fantasier, drømmer med mer?

Vedanta lærer: Ja, det er den eksakte konklusjonen til mine svar til hva dine første spørsmål peker på. Menneskets erfaring er innkapslet i en enkel historie og hver person er en versjon av den arketypiske helten. Dette er hvorfor Joseph Campbell henviser til hovedpersonene av alle mytologiske historier som helter med tusener av ansikter. Mens personene, innstillingene og detaljene av enhver mytologi er unik til kulturen som den mytologien kommer fra, informerer de grunnleggende arketyper av disse mytene som det samme. Den makrokosmiske kausalkroppen er en enkel basseng av arketypiske planer som gir grunnlaget for strukturen og dynamikken av den tilsynelatende virkeligheten og erfaringen av alle individer.

4. Det er snakk om arketyper i myter eller lignende erfaringer, og det har med psykologiske elementer å gjøre. Kan du si noe mer om dette i Vedanta terminologi om psykologiske arketyper, symboler, myter, fantasier, hallusinasjoner og så videre?

Vedanta lærer: Alle arketyper er kausale planer, som blir symbolske representasjoner av forskjellige kombinasjoner og varianter av gunas. Gunaer er bestanddeler av objekter og på denne måten representerer alle objekter energiene som utøver en innflytelse på sinnet. Det tilsynelatende individets møter med slike former, som disse energiene blir til, legger deretter igjen avtrykk (med andre ord vasana) i den mikrokosmiske kausalkroppen (den delen av den makrokosmiske kausalkroppen, som det tilsynelatende har tilgang til) fra disse avtrykkene dukker den tilsynelatende personens liker og misliker (med andre ord raga-dvesha). Basert på tidligere avtrykk, tolker den tilsynelatende personen formene og innflytelsen av disse energetiske entitetene som positive eller negative. Og den tilsynelatende personen sin nåværende erfaring av disse energiene forsterker eller reviderer (vanligvis forsterker) disse tolkningene.

Alle de fenomener du viser til overfor er tilsynelatende objekter, hvor deres eksistens bare er gyldig og innflytelse er bare følt inni konteksten av den tilsynelatende virkeligheten. De påvirker ikke den essensielle naturen av bevissthet i det hele tatt.

Vedanta student: Jeg forstår at dette ikke er virkelig og at i min fortid så var jeg veldig glad i engler, oppstegne mestre, utenomjordiske, kanalisering og lignende. Men det er ikke virkelig og er synske fantasier. Vi har alle en subjektiv verden og jeg antar at det er mye fantasier, myter og psykologiske ting fra vår underbevissthet (går tilbake til makrokosmisk kausal kropp/ umanifesterte) i våre vasanaer.

Vedanta lærer: Det er korrekt. Men slike synske fenomener skal en ikke totalt avvise. De er en måte hvordan selvet kommuniserer på, så å si, med sinnet. Selvfølgelig er ikke selvet en entitet som kommuniserer, men hva jeg mener er at myter, arketyper, drømmer og visjoner kan tjene som pekere, som peker sinnet i retningen av sannheten (med andre ord gjenkjenning av selvet som en grenseløs ikke-dualistisk bevissthet).

Kommentarer:

Det siste sitatet til Vedantalæreren er spesielt interessant å merke seg at han sier at myter, arketyper, drømmer og visjoner kan peke i retningen av sannheten, som har med hvem vi er. Det er nyttig til en viss grad, men man kan som sagt bli veldig bundet av dem og ønske om å søke slike opplevelser gang på gang. Alle slike erfaringer går tilbake til det Umanifesterte/ Kausale, som også kalles for Makrokosmisk Sinn/ Gud/ Upersonlig Ska-per. Når vi er i dyp søvn så går vi tilbake til det umanifesterte, som det kalles for, som har med Makrokosmisk sinn eller kausale. Vi har jo alle (vasanaer) tendenser/ programmeringer/ vaner/ bindinger osv. som også går tilbake til det makrokosmiske kausale. Det samme gjør det når vi dør. Vår personlighet lever ikke videre, men det gjør våre vasanaer.

Alle erfaringer i meditasjon, visjoner, indre reiser, myter m.m. er en reise hvor man vil få endel symboler av Selvet og det kan være i ulike former. Gudeskikkelser som det er en del av i India. Mye symbolikk som sagt her. Det er også subjektive erfaringer og tolkninger i hva man ser som passer for den og den personen som erfarer det i hans/ hennes sinn. Alt kommer fra makrokosmisk kausale. Vedantalæreren nevner også dette umani-

festerte ifm. «ren potensiale». All skapelse (Maya) kommer fra dette umanifesterte. Det skjer en tilsynelatende evig skapelse og det er et veldig intelligent univers eller kosmos om man vil. En upersonlig skaper som jobber hele veien gjennom ulike lover (dharma, karma, natur- og fysiske lover m.m.), energier eller krefter (gunaer).

Vyavaharika (Empirisk og Objektiv), Pratibasika (Subjektiv), Paramarthika (Selv/ Bevissthet)

Vedanta viser oss forskjell på pratibasika (individets skapelse) og Vyavaharika (upersonlig skapers skapelse/ Isvara/Gud) i måte å møte verden på. Det foregår endel projesjoner i begge «verdener» eller virkelighetsordener.

Her forklares forskjeller på Empirisk(Vyavaharika) Virkelighet, Subjektiv (pratibasika) virkelighet og ikke-dualitets ståsted (Brahman/ Selv/ Awareness - Paramarthika):

Paramarthika satya er Brahman, absolutt bevissthet. På dette trinnet, så skjer det ingenting for det er ingenting utenom den grenseløse bevissthetseksistensen. Det er trinnet hvor alle modifiseringer eller objektive fenomener er gjenkjent som ingenting annet enn bevissthet, og om de er oppnådd eller ikke gjør ingen forskjell. Bare bevissthet er.

Paramarthika satya er fullstendig bakenfor noen spor av dualitet og er dermed ikke utsatt for begrensede parametre hvor det gode og onde er definert.

Pratibasika som er et annet ord for drømmetilstand. Det er rent subjektivt og åpen for tolkning. Fra selvets perspektiv, selv vyavaharika (empirisk virkelighet) er subjektiv i det at jeg erfarer alt som en tanke i sinnet. Selvfølgelig, hvor ellers vil erfaringen skje? Sinnet er det eneste instrumentet for tolkning. Enten vi snakker om en kopp te i hånden min eller det mest usedvanlige synske fenomen vil jeg erfare dem i meg. De er objekter i bevissthet skapt av bevissthet, som dukker opp i meg. Jeg sier ikke at synske fenomener ikke eksisterer, alt i maya er mulig. Direkte persepsjon, hvor vi observerer objekter uten tolkning, blir kalt for vyavaharika, den empiriske virkeligheten. Det skjer med et funksjonelt sinn, bak scenen, med ingen preging fra vasanaer (tendenser, programmeringer). Med andre ord, er det ingen innblanding med persepsjon.

Pratibhasika satya er den subjektive virkeligheten som jiva/ individ erfarer inni sinnet. Den inneholder fornemmelser, følelser og tanker. Den er subjektiv på den måten at det er jivasin guna-bundete, vasana-bundete, raga-dvesha (liker og misliker) påvirket tolkninger og evalueringer av vyavaharika satya. Med andre ord siden alle individer oppfatter det samme fenomenet, som gjelder inni den empiriske virkeligheten, tolker hvert individ og evaluerer slik fenomen på en unik måte. For eksempel, siden to mennesker kan oppfatte en snøstorm, et individ kan tro at det er vakkert, og den andre individet kan tro at det er problematisk fordi nå trenger innkjørselen å bli måket og det samme med veiene før han eller hun kan dra et annet sted. Denne virkelighetsordenen er nevnt som jiva shrusti eller individets skapelse. Selv om ingen objekter er bragt inn i manifestasjonen, fordi en person sin tolkning og evalueringer av objekter farger ens interaksjon

med dem og skaper ens erfaring.

Vyavaharika satya er den empiriske eller transaksjonsvirkeligheten hvor vi handler. Det er en omkringliggende verden av objektive fenomener som alle har tilgang til. Det er vanligvis henvist som Isvara shrishiti, Det Totale Sinnets eller Guds skapelse. Teknisk sett er følelser og tanker en del av denne virkelighetsordenen, fordi de er effekter av Isvaras kreative kraft.

Vyavharika satya er dermed verdinøytral. Det er manifestasjonen i både dens grove og subtile aspekter, som inkluderer dharma (med andre ord samling av fysiske, psykologiske og moral/ etiske lover) , som regjerer dens operasjon.

Jiva betyr individ/ person, vasanaer betyr tendenser/ programmeringer/ vaner. Gunaene har med kvaliteter/energier eller bevissthetstilstander å gjøre:

De tre gunaene: sattva, tamas og rajas

Alt i livet består av tre stadier av energi eller ulike bevissthetstilstander.

Rajas: Urolig Sinn, Handler, handler og handler (behov for å gjøre noe hele tiden).

Oppnå ting i verden: En partner, penger, hus, barn. Forretnings-sinn.

Oppside: Kreativitet og skape noe.

Bakside: Stress, Utbrenthet, Ulykkelig, Sjalu, Over-stimulert.

Tamas: Sløv og lat Sinn. Kan ikke gjøre noe, kan ikke stå opp, jeg vil ikke gjøre det, frykt-basert. Oppside: Jording og er viktig energi i forbindelse med søvn.

Bakside: Depresjon, Manglende modenhet, Tar ikke Ansvar, Kjedsommelighet, Klan-drer.

Sattva: Klart sinn, i stand til å ta avgjørelser, er rolig og tar passende/ riktig avgjørelser... Forstår verden, Forstår livet.

Bakside: Arroganse, Blir altfor komfortabel, tiltrekker seg mennesker med endel behov/ begjær.

Hva er sannhet og kunnskap? Hvordan kan jeg vite at det har noe for seg det jeg erfarer? Hvilken kunnskap kan jeg trekke ut av erfaringer?

Jeg har stor tillit til Vedanta, som kalles for bevissthetsvitenskap i måten å undersøke ens egne erfaringer på. Og det er viktig at en naturlig finner ut hva en vil følge i livet. Det er fasinerende når man mottar det man skal underveis i livet av kunnskap, forståelse, realiseringer m.m. fra ulike kilder og gjennom sine egne analyser, kontemplasjoner, granskinger og refleksjoner av egne erfaringer i hverdagen.

Erfaringer er nyttig å ha, men de varer ikke evig og man kan fort ønske om å ha de samme erfaringer igjen og igjen. Er det noe galt i det? Nei, men man er hele tiden ute på søken - å søke etter nye erfaringer og oppdagelser. Det kan bringe med seg nyttige ting som nevnt, men det er ikke noe som varer. Hvorfor ikke finne ut av noe som varer evig?

Kunnskap i seg selv er evig og objektiv. Det er også noe upersonlig som med sannhet om hvem vi er og virkeligheten.

Eksistensielle spørsmål er det en del av og svarene er av objektiv og upersonlig art. Man må bruke intellektet som verktøy her og det er dessverre noe jeg har observert i de ca. 24 årene den alternative jungelen - en anti-intellektuell holdning og anti-kunnskap holdning. Og at man skal følge hjertet, som egentlig er en metafor for vår essens - selvet - bevissthet eller hva man skal kalle det som er ufødt, uforanderlig, ikke-dualitet og alltid tilstedeværende når man undersøker nøye, grundig og møysommelig.

Når man er sløv og ikke bruker intellektet på en fornuftig måte så kan det lett føre til absolutisme -holdning. Et sløvt (tamasisk) sinn er ikke spesielt subtilt. Den ser livet som svart og hvitt. Den er altfor usikker til å ta feil, den har alltid rett. Den setter ikke pris på variasjon slik at den har en tendens til å finne et enkelt årsak for hvert problem: Regjeringen, økonomien, sukker, religion, innvandring, konspirasjoner og så videre. Den trenger en skurk. Det er et svar for alt: Jesus, veganisme, lavere skatter, fri helsesystem, mur ved grensen og så videre.

Følelser eller intuisjon er heller ikke troverdig redskap. Sinnet er fredfullt, klart og modent (sattvisk), det er også mer subtilt enn alle andre verktøy i vår verden. Det er noe man kan undersøke selv om det er tilfelle.

Vedaene er rimelig tydelig her og sier at selvkunnskap fjerner ignoranse. Det viktigste er at man undersøker og gransker selv hva man skal ha tillit til eller ikke. Ingen blind tro i bildet her. Buddha sitt sitat har jeg stor respekt for i denne sammenheng:

«Ikke tro på noe, selv om du leser det eller hvem som har sagt det, til og med hva jeg har sagt, hvis det ikke er i samsvar med din egen sunne fornuft.»

De Fire Hovedmålene:

(norsk ord - sanskrit ord)

- 1) Trygghet - *artha*.
- 2). Nytelse, underholdning og glede - *kama*
- 3) Verdi, dyd og integritet - *dharma*
- 4) Frigjøring - *moksha*

1)Trygghet - Artha

Det er alt fra intellektuell rikdom (menneskelige verdier, som venner, familie) og materiell rikdom inkludert jobb. Vi søker ikke etter penger for trygghet, men for manglende trygghet. Frihet fra manglende trygghet.

2) Nytelse, underholdning og glede - kama

Underholdning eller nytelse på ulike måter. Sex, å se på film eller tv-serier, spise god mat, reise på ferie og se på solnedgang. Når vi har sikker finans så vil vi naturlig søke etter nytelse eller underholdning. Noe der ute, men de varer ikke lenge og må opprettholdes for å vedlikeholdes. Nytelse innebærer smerte når vi mottar det, fordi man vil miste det. Det er slik verden av objekter er et nullsum-spill: Når vi vinner noe så vil vi miste det og det skaper smerte og et urolig sinn. Det samme gjelder for relasjoner på ulike måter. Vi kan bli bundet av objekter i verden.

3) Verdi, dyd og integritet - dharma

Å gjøre det riktige på min livsvei og hjelpe andre på ulike måter. Men hjelper andre ikke for deres skyld, men for seg selv og at man skal føle seg bra av det eller bli belønnet av det på en måte (god karma). Vi lever i en verden hvor mange har fått beskjed om at de er syndere og trenger å gjøre gode gjerninger for å bli «bra» igjen eller en god person. Dyrer kan styre ens liv og det er heller ikke noe som varer evig.

4) Frigjøring - moksha

Vi vil slutte å søke etter noe når vi har realisert eller oppdaget at vi er den vi søker etter. Når vi oppdager at det vi egentlig søker i livet er permanent lykke, trygghet og tilfredshet. Og at det er i oss selv, som er essensen eller kilden av hvem vi er og essensen i alt vi opplever og som eksisterer i verden. Når selvkunnskapen er stødig i oss at vi er uforanderlig, alltid tilstedeværende, ikke-dualistisk, fullstendig, komplett, hel, ubekymret og ufødt selv/ bevissthet/ ubetinget kjærlighet. (Subjekt, som kalles for *Sathya*) da er vi virkelig fri. Objektene i virkelighetsordenen hvor alt er i endring (*Mithya*) kan ikke endre på det vi er. Og vi er alle egentlig fri i utgangspunktet essensmessig ut ifra ikke-dualistisk ståsted. Men vi lever i en verden som er preget av ignoranse om hvem vi er. Ignoransen sitter veldig hardt i oss og vi har ulike tanker om hvem vi er, hva virkeligheten er og hva verden er. Og vi tror lykke og glede finnes i objekter der «ute» i verden. Men de er ikke permanent. Når man undersøker og gransker nøye nok etter så ser man at det er jo oss selv vi søker etter: Varig, permanent lykke, glede og tilfredshet.

Fullstendig/ perfekt tilfredsstillelse vil si at jeg er tilfreds med meg selv som selvet og jeg er tilfreds med mitt individ (jiva) som det er i verden. Jeg har ikke behov for å endre på noe.

De tre dekkende lag som hindrer i oss å være fri eller oppdage vår indre glede

Grovest - Urenheter - *malam* på sanskrit

Subtil - Forstyrrelser, ekstrovert sinn - *viksepah*
Subtilest - Ignoranse - *avaranam* dvs *ajnanam*

Malam - Urenheter de seks fiender som hindrer en for å oppdage vår indre glede:

- *Begjær - ønsker - *kamah*
- *Sinne - *krodhah*
- *Grådighet - *lobhah*
- *Feilslutning - bedrag - illusjon - *mohah*
- *Arroganse, hovmod eller forfengelighet - *madah*
- *Misunnelse, sjalusi eller konkurranseevne - *matsaryah*

Passende spirituell disiplin - *sadhanah* - for MALAM er Karma Yoga - Livsstil - Holdning - Handling (Egoet).

Viksepah – Mental Rastløshet – Ekstrovert Sinn

- *Det grumsete vann har fått urenheter (malam)
- *Det forstyrrete vann har fått viksepah (hindringer).
(metafor for sinn)

Passende spirituell disiplin for VIKSEPAH er Upasana Yoga - Disiplin - Meditasjon (Sinn).

Man mediterer på den upersonlige skaperen (Isvara/ Gud/ Det Totale Sinnet) som har gitt oss alt i livet på ulike måter. Man forguder og er takknemlig. Hengivenhet (devotion - *bhakti* til skapelsen og livet).

Ajnanam Ignoranse

Ignoranse av faktumet at

- *Jeg er den eneste kilde av trygghet, lykke og fred.
- *Jeg er inkarnasjon av trygghet.
- *Jeg er kilden av lykke - *anandah*
- *Jeg er full av *Santih* - Jeg er fredfull og har overflod av *santih*.

Passende spirituell disiplin for AJNANAM er Jnana yoga - selvgransking - selvkunnskap - selvundersøkelse (intellekt). Selvkunnskap er det som fjerner ignoranse og det skjer i intellektet.

Skriftene i Vedaene er Upanishadene blant annet. UPA betyr nær lærer. NI betyr fri fra tvil og SHAD betyr fjerne ignoranse. En trenger en kvalifisert lærer eller veileder som

kan hjelpe en til å bli ens egen guru og la vedanta selvkunnskap jobbe i ens intellekt og som vil fjerne ignoranse om hvem vi er. Vedanta lærer en ikke selvkunnskap. Selvkunnskap er allerede tilstede, det er deg og den har alltid vært tilstede. Men den er mer eller mindre glemt på grunn av mange år med liv etter liv av masse traumer, falske konsepter, selvignoranse og så videre. Selvignoransen er dypt forankret.

2. KUNNSKAP OG ERFARING

«Enhver erfaring er så bra som du tolker den som. Enhver tolkning er bare så bra som din kunnskap, for din kunnskap er grunnlaget av enhver tolkning.»

-Swami Dayananda

Direkte Erfaring av Deg er Direkte Kunnskap av Deg

Hvis virkelighet er ikke-dualistisk eksistens som Upanishadene hevder, er det ingen forskjell mellom erfaring og kunnskap. For eksempel, hvis du ser et tre kjenner du treet. Hvis dette stemmer, hvorfor blir dualister så irriterte når vi sier at moksa er selvkunnskap? Fordi faktumet fjerner sansen av handleren.

Sansen av Handleren er troen på at jeg er en agent skjenket med handlingsinstrumenter. Når du tror du er en handler, tror du at verden som du handler i er noe annet enn deg. Du tror at ved å handle kan du få noe du ikke har. Men når du går for et spesifikt resultat, vet du ikke at resultatet du vil ha er deg. Hvorfor er resultater deg? Fordi du vil ikke ha objektet for dens egen skyld, du vil ha det for lykke den bringer. Og du vet ikke at lykke du føler når du får objektet er bare deg som erfarer deg selv. Når du begynner å søke opplysthet, blir du fortalt at det er en erfaring som du ikke har. Og du gjør en del handlinger for å få den. Men du får den aldri, fordi du har den allerede. Du har den fordi du er den.

Vanligvis etter flere år hører du. Istedenfor å søke etter erfaring burde du søke etter kunnskap, fordi du er hva du søker etter. Og det irriterer deg fordi det er veldig hardt å akseptere faktumet at du har blitt villedet. Du har bygget en identitet basert på dine spirituelle handlinger. Å akseptere dette faktum betyr ikke at du opphører å bli en handler. Det betyr at du omdanner begjæret for erfaring til et begjær for kunnskap og du gjør handlinger som fjerner hindringer til å sette pris på deg selv som ikke-dualistisk eksistens/ bevissthet.

På denne måten oppdager du at du har alltid erfart deg selv, og du kan ikke gjøre en stor historie om den oppdagelsen, fordi du har ikke oppnådd det i det hele tatt, du mistet enkelt og greit ignoranse. Direkte erfaring av deg er ikke en diskret erfaring av deg. Direkte erfaring er direkte kunnskap av deg. Mennesker er lett villedet av det direkte erfaringsargumentet, fordi først og fremst er de handletere, og ikke granskere, og for det andre fordi de tror kunnskap er bare intellektuelt. All kunnskap er intellektuelt, fordi det tar plass i intellektet. Denne erklæringen at du trenger en direkte erfaring av selvet for

moksha er utelukkende en intellektuell konklusjon. Er det egentlig kunnskap? Det er ikke kunnskap om man ser det i lys av Vedantaundervisningene. Det er basert på ideen om at virkelighet er en dualitet.

Frihet er grenseløshet. Det betyr at bindinger ikke lukker deg, og at ingenting holder deg, begrenser deg, definerer deg eller modifiserer deg. Det er et mål som lønner seg, som nevnt i første del, som har med menneskelige grunnleggende universelle mål (hovedmål - valgløst mål - moksha - frihet eller frigjøring).

Faktumet er, det er det eneste målet. Du kan ikke få noe du allerede har ved å gjøre noe. Ideen om at opplysthet kan bli oppnådd gjennom handling, det opplevende begrepet av opplysthet vil ikke fungere, fordi det er det motsatte til den ubestridelige ikke-dualistiske virkelighetens natur. Det er basert på tilsynekomst av ting, og ikke på virkeligheten av ting. Og tilsynekomster er ikke permanent, slik at opplysthet kan oppnås gjennom handling vil ikke vare. Det er bare en grenseløs ting, som ikke er en ting. Det er bevissthet, ditt selv. Faktumet er at det er bare bevissthet, selv med tilsynekomstene. Virkelighet er deg, hel og komplett ikke-dualistisk bevissthet.

Dette er essensen av Vedantas undervisninger. En av de store vismenn i tradisjonen kaller Vedanta for yoga av ingen kontakt. Yoga betyr kontakt.

Søkere av opplysthet er tvunget til å stole på fantasier for å sette dem fri siden de fleste som søker etter opplysthet er bundet til handling. Vedanta er ingen spirituell vei. Den lover ikke mystiske erfaringer. Den prøver ikke å forbinde deg til noe fordi du er allerede forbundet. Den prøver ikke å endre din erfaring, selv om din erfaring er transformert når du forstår hvem du er. Den prøver ikke å fikse deg, fordi du er ikke ødelagt. Den prøver ikke å helbrede deg, fordi du er ikke syk. Den er fast basert på virkelighet. Det er sunn fornuft og eksistensiell kunnskap.

Handling er uunngåelig i hverdagens verden og har også definitivt sin plass i den spirituelle verdenen, men det er ingen direkte billett til frihet. Handling er selvets natur og det foregår hele tiden i alle tider. Vedanta selvgransking produserer kunnskap og ikke en spesiell erfaring. Hva kan du gjøre for å få det du allerede har? Du kan bare vite at du har det og hva det vil si å ha det. Det er ingen andre muligheter. Hvis du vil bli fri så trenger du å omvende ditt ønske om erfaring eller opplevelse til et ønske for selvkunnskap.

Selvkunnskap

Jakten på selvkunnskap er forskjellig fra andre jag på andre typer kunnskap, fordi når du forstår hvem du er, trenger du ikke å forstå noe annet. Mens derimot kunnskap om objekter bare avslører mer ignoranse. Hvis jeg forstår hvem jeg er, stopper søkingen. Hva er selvkunnskap: Jeg er bevissthet. Denne kunnskapen setter meg fri fordi det er bare meg. Alle objekter er bare bevissthet og jeg er alltid tilstedeværende. Å realisere hvem jeg er, er det jeg trenger for å bli fri siden jeg alltid er fri og alltid tilstedeværende.

Når er jeg ikke tilstedeværende som bevissthet? Alle objekter: Sinnsnivåer, følelser, tanker, ideer, omstendigheter, situasjoner, de du elsker og fysiske objekter kommer og går. Men jeg kommer ikke og går ikke. Ingen objekter kan gjøre meg permanent lykkelig, fordi de vil ikke være hos meg hele tiden. Jeg er til og med bakenfor død. Det er ikke et øyeblikk når jeg, bevissthet ikke er tilstedeværende.

Hvis du sier at du eller meg (det er bare en bevissthet - du og jeg er ett) ikke er tilstede i dyp søvn så tar du feil. Hvorfor forbereder du senga og ditt soverom med så mye omsorg? Når barna ved siden av kommer hjem og er fulle og fyrer opp stereoanlegget er du glad for å våkne? Hvis du ikke var der, ville du ikke bli plaget av deres lyd. Du er definitivt tilstedeværende i dyp søvn. Selv om personen på førerkortet ikke var der betyr det ikke at du ikke var der. I dyp søvn nyter du deg selv uten objekter. Du er lykkelig, fullstendig og hel og alt er bra. Plutselig blir du tatt bort ifra lykksalighetserfaringen og glede, som er din natur og du er ikke lykkelig lengre.

Hvis jeg ikke var tilstedeværende og min natur er grenseløs lykksalighet, har jeg ingen handlings- eller erfaringsproblem når det gjelder frihet. Jeg har et kunnskapsproblem og trenger et kunnskapsmiddel, fordi kunnskap, inkludert selvkunnskap skjer ikke av seg selv. Det krever et middel (metodikk). Det er viktig å sette flere spikre i kisten av erfaringsbasert opplysthet. De fleste opplysthets-undervisninger går inn i erfaringsbasert kategori.

Heldigvis er Vedanta ganske stødig og kan sette deg fri. Å diskreditere populære ideer er viktig for de som ønsker å følge Vedanta. En person som er åpen er glad for å høre om bakdelen så vel som fordelene av ting inkludert opplysthetsbransjen. Det er ikke et angrep på de personer som du kan ha hengivenhet til, men mer på deres ideer som vil bli presentert. Jeg prøver ikke å rive visse lærere ned for å bygge meg selv opp. Det er ikke noe personlig i dette. Logikken taler for seg. Frihet fra bindinger til dine erfaringsobjekter for å gjøre deg lykkelig er frigjøring. Frigjøring er vanskelig fordi vi alltid er totalt preget av ideen at hva vi erfarer definerer og validerer oss.

Erfaringene har absolutt sin verdi og kan være nyttig:

1. Å rense sinnet for å være moden og klar for å lytte til selvkunnskap.
 2. Det kan inspirere mennesker til å søke kunnskap for bakgrunnen for det de erfarer.
- Men det er også bakdeler med dem, som med alle erfaringer i livet at det kan skape bindinger, som gjør at man hele tiden må jakte etter lignende erfaring.

Er intuisjon et gyldig kunnskapsmiddel?

Intuisjon og spontanreaksjon er to ord, som kan være synonyme og åpen for tolkning. Begge er ganske ofte brukt i tekster for å referere til selvkunnskap, hvis selvkunnskap er stødig kan være korrekt.

Hvis selvkunnskap er stødig, vil Jeg automatisk handle og leve i å følge min livsvei (svadharma) og vil alltid følge situasjons og universell dharma på alle måter at det påvirker meg som et individ. Jeg trenger ikke å tenke på min reaksjon eller informasjonen som kommer inn i sinnet fra Feltet (Det Totale Sinnet), fordi jeg bestandig og automatisk reagerer spontant og intuitivt som selvet til mitt miljø.

Karma yoga vil være instinktiv kunnskap, ingen tenking er involvert og mine handlinger er alltid passende og til rett tid, i samsvar med Det Totale Sinnet. Livet virker for meg, gir meg alt jeg trenger. Slik at min reaksjon til hva som helst som skjer i Feltet alltid er det samme, det betyr som selvet, ikke-dualistisk, selv om hva som skjer endrer seg alltid. Jeg endrer ikke.

Hvis selvkunnskap ikke er stødig, kan intuisjon og spontan reaksjon være virkelig veldig villedende og upålitelige. Hvis min intuisjon ikke er basert på selvkunnskap, hva er den da basert på? Vanligvis ignoranse – tolkning. Intuisjon i denne saken er som en følelse, du kan ikke stole på den, den kommer og går, alltid forskjellig fra et øyeblikk til det neste.

Å ta ignoranse for å være kunnskap, føler mennesker en trang til å følge deres indre stemme eller intuisjon og gjøre de mest galne ting. Alltid med alt i Vedanta avhenger på konteksten. Spør du selvet, en jivanmukta eller som individet, fortryllet av ignoranse?

System 1 og system 2 tenking

Er intuisjonens rolle overvurdert blant spirituelle søkende? Jeg mener at den er det og skal forklare litt mer utdypende hvorfor, som er i tråd med vedantakunnskapen.

En som kaller seg for skeptiker nevner dette om disse systemene, som er interessant å granske mer over:

Det handler mye om det psykologen Daniel Kahneman kaller system 1- og system 2 - tenking. System 1 - tenking er den intuitive og umiddelbare tenkingen. Den som krever lite energi og baserer seg på lite data og mye følelser. System 2 - tenkingen er den mer energikrevende. Den som tar mer tid og koster arbeid og ressurser.

Fordelingen av system 1 - og 2 - tenking er nok det som i stor grad skiller en skeptiker fra andre. Vi skeptikere prøver hele tiden å gå videre fra system 1 til system 2, selv om det koster oss tid og energi og i blant venner.

Det finnes som regel alltid variabler i ligningen som man ikke har tenkt på, men ved å jobbe hardt mentalt og alltid ta et kognitivt steg tilbake for å se det store bildet, kommer man langt. Det er svært nyttig, og jeg håper mine eksempler kan inspirere andre til å gjøre mer av dette.

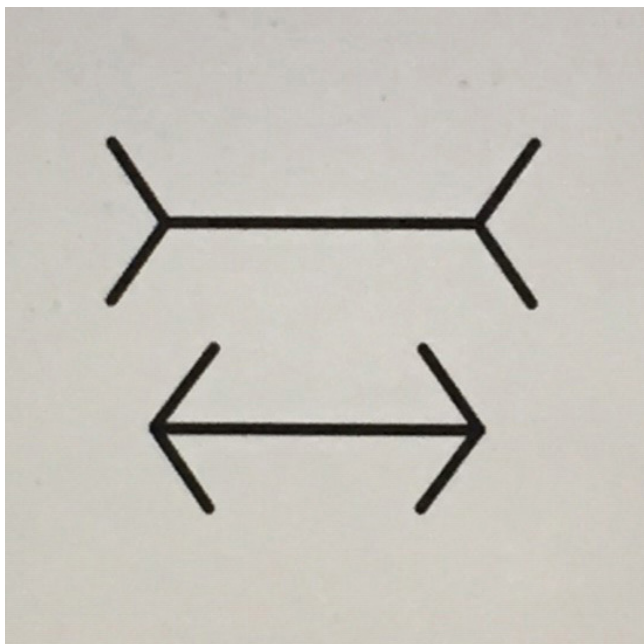
Nå vil jeg ikke kalle meg selv for en skeptiker akkurat, men jeg vil heller fokusere på dette med å ha kritisk sans og dømmekraft. Det er også viktig i Vedantas selvgransking, som

middel til kunnskap (analysering, systematisering, logisk tankegang og kontemplasjoner) om man skal oppnå frihet fra binding til objekter i forhold til identitet (hvem vi er).

Intuisjon har med minne og gjenkjennelse å gjøre av tidligere erfaringer. Det kan komme godt med det også, men det er ikke nok og ikke så viktig som man tror. Jeg har også vært veldig opptatt av intuisjon og sett på det som viktig, men har justert meg ned et par hakk etter å fått noe a-ha opplevelser med den boka jeg leser nå og gjennom Vedantas metodikk.

Ifølge Vedanta så er ikke erfaringer/ opplevelser og minner gyldig/ berettiget middel til kunnskap pga. opplevelser og minner også er sett på som «objekter» i Vedanta. Det er også ignoranse i Vedantas øyne. Vi mennesker er ikke «objekter», men subjekt essensmessig som kalles for Selv/ Bevissthet og som er alltid tilstedeværende, uforanderlig, ufødt, grenseløs, ubekymret og ikke-dualistisk. I dette med å bli fri fra objekter menes kort fortalt at man jobber og praktiserer i sine selvgranskinger i hverdagen med å skille mellom hva objekt og subjekt er. Og skille mellom hva som virker å være virkelig og det som er virkelig. Minner og opplevelser er ikke-permanent (virker å være virkelig), mens Selv/ Bevissthet som vi er er permanent og det er det som er virkelig. Alt handler om identifisering om hvem vi er i forhold til Moksa, å bli fri fra bindinger til det som virker å være virkelig (objekter).

De Subtile og Kausale Kropper: David og Goliath



Dette bildet er hverdagslig: to horisontale linjer av forskjellige lengder, med finner som er lagt til og peker i forskjellige retninger. Linjen som er nederst er åpenbart kortere enn den andre som er ovenfor. Det er hva vi alle ser, og vi tror naturlig nok på hva vi ser. Hvis du har allerede sette dette bildet, vil du imidlertid gjenkjenne den som den berømte Muller-Lyerillusjonen. Du kan lett bekrefte dette ved å måle dem med en linjal at linjene er faktisk identiske i lengde.

Siden du har målt linjen, System 2 (Subtilkroppen, eller den tilsynelatende personen), har det bevisste vesenet du kaller for Jeg en ny tro: Du vet at linjene er like lange. Hvis du ble spurt om lengden, ville du sagt hva du vet. Men du sa at den øverste linjen er lengre. Du har valgt å tro på målingen, men du kan ikke unngå System 1 (Kausalkroppen) å gjøre dens ting. Du kan ikke velge å se linjene som like, selv om du vet at de er det. For å motstå illusjonen, er det bare en ting du kan gjøre: Du kan lære å ikke stole på dine inntrykk av linjelengden når finnene er bundet til dem. Å iverksette denne regelen må du være i stand til å gjenkjenne det illusoriske mønsteret og huske hva du vet om det. Hvis du kan gjøre det, vil du aldri bli lurt av Muller-Lyer illusjonen. Men du vil fortsatt se at den ene linjen er lengre enn den andre.

I dette eksempelet kan en intuitivt forstå på ulike måter ut ifra kunnskapen en har fra før av. En person kan intuitivt forstå at det er to like linjer, mens en annen ikke har samme minne eller kunnskap om det.

Daniel Kahneman er en eksperimentell psykolog som har vunnet Nobels fredspris for sitt arbeide og er ganske anerkjent. Boka hans har relevans til selvgransking, som er et middel til kunnskap (Vedanta).

Fra Vedantas perspektiv beskriver System 1 Personlig - og Makrokosmisk kausalkropp eller det ubevisste, som også er synonymt med Det Totale Sinnet. Den har også med underbevisstheten vår.

System 2 beskriver subtilkroppen eller det bevisste Sinnet vårt. Intellettet er også inni bildet her, som har med dømmekraft, kritisk sans og differensiere å gjøre.

Kahneman's forskning gir oss et språk som er nøyaktig og tydelig. I mer bølgelengde med vestlig tankegang. Ukjent for han så er språket også i bølgelengde med Vedanta. Et fint verktøy i Vedantas verktøykasse. Det tillater oss også å anvende forståelsen mellom vår individualitet eller individ (Jiva på sanskrit) i system 2 i forholdet med Makrokosmiske Sinnet (Det Totale Sinnet) og ren Bevissthet.

System 1 er vår programmering, med andre ord har det med hvordan Det Totale Sinnet fungerer og blir spilt ut i menneskelige drama, som et individ. Det er ikke personlig, selv om det er personalisert av vår individualitet og skaper vår historie. System 1 kan også bli kalt for Maya, ignoranse eller årsaken til dualisme og det er tilsynelatende virkelighet.

System 1 kan minne om en informasjonsprosessor f.eks. en computer. Det gir ikke bare råmateriale til erfaringer, men er også ansvarlig for å lagre det. System 1 er ganske kraftfull og tenker så fort at vi ikke er klar over informasjonen.

Ulik System 1 sin briljanse i beregninger så har System 2 bare marginal kreativ talent. Ifølge kognitive nevrovitenskapsmenn bidrar System 2 med 5 % av vår kognitive aktiviteter å gjøre: Oppfatning, tenkning og erkjennelse blant annet. 95 % av våre valg, handlinger, følelser og atferd kommer fra uobserverte prosesser i System 1.

Så lenge vår ignoranse av vår sanne natur, som er Bevissthet, er vår skjebne i kontroll av våre Vasanaer (tendenser, programmeringer m.m). Dette blir kalt for bindinger og forfølgelse av å bli komplett og man tror man mangler noe: Det kalles for Samsara-hjul hvor man jakter på noe utenfor oss selv (objekter iform av opplevelser, relasjoner, materielle ting m.m.). System 1 styrer i bakgrunnen av våre liv og de fleste av oss er ikke klar over dette. Og man tror at System 2, som har med det bevisste sinnet bestemmer og styrer livene våre.

Forskningen presentert av Kahneman er ikke basert på spekulasjoner, men er solid vitenskap. Kunnskapen om hvordan disse to systemene fungerer er til stor hjelp for å gjøre intelligente valg i våre liv. Det er tydelig å se at det er en annen kraft (Det Totale Sinn eller Kausalkropp) som styrer hva vi opplever. Livet for den gjennomsnittlige personen er som et dataspill: Han eller henne prøver å vinne i spillet, men alle valg blir foretatt av System 1. Livet er et såkalt Null-sumspill. Det vil si at vi både vinner og taper. Og det er ikke opp til oss selv i forhold til utfall eller resultat av handlinger, intensjoner og ønsker. Men heller akseptere at verden er perfekt som den er.

For å skape endringer i System 2 f.eks. ved å oppnå fredfullt/ rolig sinn eller fri fra bindinger til ignoranse, trengs det et permanent kognitiv skifte som tar plass i System 1. Den eneste måten det bevisste sinnet, egoet eller System 2, som også har med vårt individ å gjøre (Jiva) for å skape en endring i System 1 (Det Totale Sinnet), er å introdusere endringer gjennom intellektet, som bringer endringer i tanker, følelser og utførende handlinger i System 2. Det er ingen lett oppgave, fordi System 1 eller ignoranse er ganske fastbundet og kraftfull. Tenk på David, som System 1 og Goliath som System 2.

Det er fullt mulig selv om det virker vanskelig og tøft og det skyldes at det er en toveis forbindelse mellom Isvara og Jiva selv fra et psykologisk perspektiv og i virkeligheten vi lever i.

Tendenser og bindinger som styrer System 2 kan bli endret på i System 1 hvor det kommer fra i utgangspunktet, gjennom repetisjoner, passende handling basert på kunnskap. Det kreves enorm årvåkenhet å observere tøffe tendenser, karmiske mønstre og bindinger. Hver dag å minne seg selv på ens virkelige natur eller essens er Bevissthet i hvert ord og dyder.

Kunnskapen om hvordan begge systemer fungerer vil hjelpe på å håndtere System 2 og redusere urolighet og uorden psykologisk sett, men det er ikke nok å sette en fri. For å

oppnå frihet/ frigjøring så må man forstå direkte begge systemer. Det kan selvgransking hjelpe med.

Det Totale Sinn har kontroll over alle utfall som skjer til helhetens og det kollektive beste på Jorden. I Karma yogas ånd så vil det å ha en såkalt objektiv holdning til utfall av resultater i livet også være det samme som å dedikere resultater i livet til Isvara. Sinnet blir mer rolig og balansert over å ha en slik holdning til resultater, fordi man er ikke bundet til noe forventninger av resultater og utfall i livet. Man har et avslappende forhold, men siden de fleste av oss søker etter objekter i en eller annen form pga. at vi føler vi ikke er hel, tilstrekkelig og fullkommen nok i vårt sinn. Dvs. at vi mangler noe og må hente noe utenfor oss selv for at vi er tilstrekkelig og hel, mens vi egentlig er hel, tilstrekkelig og fullkommen essensmessig. Da kommer også forventninger til resultater inn i bildet.

En vedantalærer beskriver System 1 og 2 ut ifra Vedantas perspektiv:

Individet (System 2) er i stand til å påvirke endring i Det Totale Sinnet (System 1) gjennom dets tilsynelatende handlinger: På grunn av det faktumet at individet og Det Totale Sinnet deler den samme essensielle identiteten som ren bevissthet. Grunnleggende er opplysthet på en måte at bevissthet gjenkjenner seg selv som bevissthet, gjennom individets linse. Utstyrt med sinnsfunksjoner, intellekt, ego og minne, er Subtil Kroppen (System 2) mekanismen gjennom hvor ren bevissthet kan, ironisk sett, nøytralisere virkningen av dens selvforskyldte tilsynelatende ignoranse og gjenkjenne sin sanne identitet.

Subtilkroppen (System 2) er en mekanisme designet og aktivert av lyset av ren bevissthet, gjennom hvor ren bevissthet, imens tilsynelatende under påvirkning av dens selvforskyldte ignoransekraft, kan erfare den tilsynelatende virkeligheten med verktøyet av dens utadvendte persepsjonsorganer. Selv om rent teknisk er bevissthet ikke en som erfarer, kan den gjenkjenne dens sanne natur, når ved hjelp av selvkunnskap, snu dens fokus innover og bevisst nøytralisere tendenser lagret i dens ubevisste sinn(System 1 eller Kausalkropp).

Subtilkroppen (System 2) er en mekanisme designet til å virke på befaling av Kausal-kroppen (System 1) inntil den realiserer meningsløsheten av dens forsøk på å finne noe varig fred og lykke ved å følge dens egen føring. På dette punktet, gjennom kunnskapens anvendelse, er Subtilkroppen i stand til å motstå Kausalkroppens påvirkning og realisere dens grenseløse lykksalighet, som er dens sanne identitet.

Subtilkroppens (System 2) funksjoner – med andre ord sinn, intellekt, ego og minne kan enten være verktøy utnyttet av ignoranse (bindende vasanaer i Kausalkroppen, System 2) til et utadvendt sinn og dermed vedlikeholde dens tyranniske kontroll over den villedete individet (David), eller de kan bli våpener brukt av kunnskap til å omdirigere ens oppmerksomhet innover og gjennom gransking, å drepe Ignoransen Goliath.

Bare kunnskap om Selvet er kapabel til å fjerne permanent ignoranse av vår sanne natur. Det Kahneman ikke kjenner til: Hvem er den som vet om System 1 og 2? Kahneman er

ikke klar over hvor mer kraftfull hans forskning vil være om han hadde kjennskap til spørsmålet om hvem som vet om System 1 og 2. Det er Bevissthet.

Å skape endringer i System 1 så er det nødvendig med selvdisiplin, konstant årvåkenhet, passende livsstilsvalg og hengiven holdning. Ved å forstå hvordan individuell psykologi i denne virkeligheten fungerer, så er det lett å forstå at ignoranse er kraftfull og hvorfor få personer er kvalifisert for Vedanta. Det er også tydelig at uten kvalifikasjoner som er nødvendig til selvgranskning så er det en umulig oppgave å fri sinnet fra ens identifikasjon med objekter og dualitetens hypnose. Frihet er en formidabel oppgave som bare en med et rent og veldig motivert sinn kan klare.

Psykologen Herbert Simon har et tydelig og klart syn på hva intuisjon er: *«I Intuisjonens psykologi eksisterer det ingen magi».*

Hverdagslige intuitive egenskaper er ikke mer fantastisk enn innsikt eller ut-av-verden åpenbaringer. Bare mer vanlig.

Når intuisjonen inntreffer så sier Simon: *«Situasjonen gir personen tilgang til informasjon lagret i minne. (Kausalkropp/ System 1) og denne informasjon gir et svar. Intuisjon er ikke mer eller mindre enn igjenkjennelse.»*

Intuisjon er ikke gyldig middel til kunnskap; Den er minne- og opplevelsesbasert og er derfor basert på ignoranse ifølge Vedanta.

Bare kunnskap kan gi troverdig informasjon vi trenger for å fri sinnet fra programmering av måter å oppfatte virkeligheten på.

Boka til Daniel Kahneman kan kjøpes her :

1) Engelsk versjon – Thinking, fast and slow – amazon.com

2) Norsk versjon – Tenke, fort og langsomt – bokklubben.no

Myter om Opplysthet

Noen av opplysthetsundervisningene gjør nytte for seg som øvelser til å forberede sinnet til selvkunnskap. Hvis du er bundet til en eller flere av disse trossystemene så vil disse analysene bli utfordrende. Omsider må du avgjøre hva som er virkelighetens natur gjennom dine egne undersøkelser, men hvis din analyse er nøytral og du følger reglene så kan du bare komme til konklusjonen: Jeg er og har alltid vært fri handlingsløs ordinær ikke-dualistisk selvavslørende bevissthet.

Fjernet Sinn, Blankt Sinn, Tomt Sinn, Stoppet Sinn

Siden selvet alltid er opplyst, er ideen om at fjernet sinn er opplysthet en antydning om en dualitet mellom bevissthet og tanke. Å si at selvet ikke erfarer når sinnet er i virksomhet betyr at sinnet og selvet nyter samme virkelighetsordenen, som et bord og en stol. Men erfaring viser at det ikke stemmer. Forsvinner du å eksistere når du ikke tenker? Er

det tanker uten bevissthet? Faktumet er at tanker kommer fra deg, men du er mye mer enn en tanke. De er avhengig av deg, men du er ikke avhengig av dem.

For å vite om sinnet er tomt eller tenker så må du være bevisst. I begge tilfeller med og uten tanke, jeg, bevissthet er tilstedeværende. Hvis jeg er tilstedeværende i begge tilfeller så er jeg ikke gjemt av en tanke eller at jeg er avslørt av en ikke-tanke. Hvorvidt de er tilstedeværende eller fraværende, jeg, alltid fri, alltid tilstedeværende selv er alltid direkte erfart. Bevissthet er alltid tilstedeværende. Det er ikke noe du kan gjøre med det utenom å vite hva det er og vil si å være bevissthet. Det er ignoranse av min natur, som bevissthet som forårsaker meg til å tro jeg kan oppnå meg selv ved å stoppe sinnet mitt eller komme inn i tilstand av *ingenting/ tomhet*.

Ingen Ego, Ego Død

Ego er *jeg*-begrepet, ideen vi har om hvem vi er. Listen over identiteter som mennesker koker sammen i ignoranse av deres sanne identitet er virtuelt grenseløs. Ved siden av det faktumet at det ikke er noe bevis for at et slikt *jeg* eksisterer bortsett fra tanken om at det eksisterer, fravær av begrenset identitet er ikke det samme som opplysthet. Hvis det gjorde det, ville planter og dyr være opplyste. Og du ville være opplyst i dyp søvn, fordi du har ikke noe identitet der.

Undervisningen om at egoet står i veien for opplysthet virker ikke fordi egoet er den del av selvet som vil nyte resultatene av dets handlinger. Hvis det fjernet seg selv, ville det ikke være der for å nyte resultatet, inkludert opplysthet. Det vil ikke fjerne seg selv. Egoet er selvet fortryllet av ignoranse. Jeg tror det er under forutsetning av fødsel og død, men det er ikke det. Og hvis egoet ikke er bevisst så kan det bare være en tanke i bevissthet.

Og ingen tanker forhindrer selvet fra å være og ha kjennskap om seg selv. Det er ingen ego å fjerne, unntatt ideen om at selvet lever og dør. Hvis du tror på denne myten så er du letturt med sansen for den spirituelle versjonen av Hollywood-avslutninger: Ego fjerner seg selv og på en måte får permanent opplysthetserfaring og nyter endeløs erfaringsbasert lykksalighet. Hvis du aksepterer faktumet at det er bare et selv og at det allerede er opplyst, ubesværet og for alltid nyter seg selv, da er forståelse og ikke egodød, som er opplysthet.

Nirvana

Denne ideen er også en negativ formulering av opplysthet. Nirvana er en begjærløs sinnstilstand. Dette perspektivet er basert på ideen om at ønsker er lidelse, som det er. Å si at du ønsker noe betyr at du ikke er lykkelig med det du har. Denne undervisningen fungerer ikke fordi et begjærløst sinn er uttrykt motsetning. Når, unntatt i søvn, er det du ikke har behov for noe? Selv i slutten av livet ønsker du å leve hvis livet fortsatt er bra

eller du ønsker å dø hvis ikke. På overflaten gir logikken mening, men hva er årsaken til begjær? Er det forårsaket av selvet eller er det resultater av noe annet?

Hvis det er forårsaket av selvet så vil det å fjerne begjær være nok til å fjerne lidelse. Men hva hvis ønsker er en effekt av selvignoranse? Det er en effekt av selvignoranse, fordi det bare er et selv og den er udelelig helhet. Det ønsker ingenting. Vil det å fjerne effekten fjerne årsaken? Ignoranse vil ikke kollapse når det ikke lenger er støttet av begjær. Den vil fortsatt produsere mer begjær. Du kan krangle om at ignoranse nærer seg selv og det gjør det helt til den er kjent for hva den er. Den vil kollapse når den blir avslørt.

Hvis vi fortsetter å jakte våre begjær etter objekter, vil ignoranse bli gjemt motivator for våre handlinger og er styrket av begjær og handlinger som flyter fra dem. Den vil fortsatt være gjemt fordi vår oppmerksomhet er snudd bort fra den underliggende årsaken av handling. Det gjenstår å se om hvorvidt begjær alltid er lidelse. Begjær er bare bevissthet fungerende som skaper, opprettholder og ødelegger av verdenen. Så lenge mine begjær ikke forårsaker at jeg bryter fysiske og moralske lover, som opererer i skapelsen, hvorfor skal jeg fjerne dem? Jeg er fri til å oppfylle dem. Opplysthet er fast og solid kunnskap om at jeg er bevissthet og siden jeg er allerede fri av begjær, har deres tilstedeværelse eller mangel på tilstedeværelse ikke noe med meg å gjøre. Realiser din natur og la begjær være begjær. Og tilslutt, hvis jeg aksepterer påstanden om at begjær er lidelse, hvordan vil jeg fjerne begjær uten ønske om å fjerne dem? Når de er fjernet, hvem er det som skal fjerne begjærerens?

Nuet

Den grunnleggende ideen om nuet (her og nå) - undervisningen er: Jeg er opplyst når jeg er tilstedeværende. Å leve i fortiden og fremtiden betyr at jeg ikke er opplyst. Ved siden av faktumet at det ikke er noe tid i en ikke-dualistisk virkelighet, la oss analysere denne ideen. Refererer ordet nuet til et tidsrom, slik det virker som, eller er nuet et symbol for noe annet? Hvis det refererer til tid, finnes det objektiv tid? Det er umulig å avgjøre tidens natur fordi tiden er relativ til begjærene og fryktene av individer og intervallene mellom erfaringer.

Hvis mine ønsker er blitt møtt og jeg nyter, går tiden fort. Hvis jeg lider enormt mye, går tiden sakte. Er fortid, nuet og fremtiden virkelige divisjoner i bevissthet eller bare begrepsmessig divisjoner? Hvis tiden er objektiv, så vil alle være istand til å avgjøre nettopp det når fortiden slutter og nuet starter. Når jeg er i nuet, hvor lenge varer nuet som det er nå? Er det ett sekund? To? Ett minutt? Mer? Hvis jeg antar at jeg er i nuet og fortsatt vil være opplyst så må jeg vite når nuet begynner og slutter. Jeg trenger å unngå å falle tilbake i fortiden og reise inn i fremtiden. Kanskje jeg burde hoppe ut av tidskontinuum like før nuet slutter og hoppe tilbake i det like før fortiden viser seg, og huske på hvor mye tid som har gått inntil jeg må hoppe igjen.

Selv om jeg sitter stille i nuet så trenger jeg å bekymre meg for fortiden og fremtiden når det kommer. La oss anta at det er bare nuet. Er jeg noensinne ute av det? Erfaring skjer bare i nuet. Hvordan kan du erfare fortiden hvis den ikke er her? Du kan erfare et minne, men erfaringen av et minne tar deg ikke til fortiden.

Minnet viser seg i bevissthet og erfares nå. Erfaringen tar den tiden den trenger og hva det vil tolkes som. Den samme logikken gjelder for fremtiden. Ingenting er erfart i fremtiden. Du kan tenke på noe du har forestilt deg vil skje på en annen tid, men hvis det skjer så skjer det bare i nuet når det viser seg i bevisstheten. Direkte opplevelse viser at tiden ikke er lineær. Objekter, som er skapt ut ifra tanker, som igjen er skapt ut av bevissthet, viser seg i deg, bevissthet. De varer så lenge som de varer og er tolket av dine ønsker og frykter og løser seg tilbake inn i bevissthet. Når de viser seg i den delen av bevissthet kalt for sinnet, så ser de ut til å endre seg, men i virkeligheten så er det bare sinnet som endrer seg. Dessuten, hvis tiden var lineær så ville alt bli utviklet mot en utopisk tilstand. Den samme erfaringen ville ikke skje igjen; men erfaringer fortsetter å repetere seg selv over og over igjen i all uendelighet.

Hvis dette stemmer, så er kanskje nuet et kodeord for selvet, bevissthet. Nuet er et villende og unøyaktig betegnelse for selvet og burde bli bannlyst fra den spirituelle debatten, fordi den er ikke hjelpsom til å referere noe som er evig og ut av tid med et ord, som har noe om tid å gjøre.

Transcenderende Tilstand, Fjerde Stadiet

Denne myten spør oss om å erfare opplysthet som et nivå bakenfor sinnet. Sinnet er et grensesnitt, som bevissthet kan stå i relasjon med seg selv iform av fysiske objekter. Det er bevissthet i form kalt *chitta*. Chitta gjør det mulig for bevissthet tilsynelatende å tenke, ville, føle og huske. Sinnet er kapabel til en rekke tilstander fra følelser forbundet med den fysiske kroppen, inkludert åndelige erfaringer opp til de mest mystiske og storslagne *yogasamadhiene*. Alle tilstander er i sinnet og alt er i endring fordi de er i en drøm av dualitet.

Selvet er ikke-dualistisk og er derfor utenfor tid. Den endrer seg ikke eller kan ikke endre seg. Det er fordi mange tilstander av sinnet er kjent. Selvet er bevisst, men sinnstilstandene er ikke bevisste. De er subtile energier som bare er istand til å reflektere bevissthet. Dess mer subtilt sinnet er, mer eterisk og lysende blir tilstandene. Når du kommer til grensesnittet mellom selv og sinnet så er sinnstoffet så raffinert og selvet så nærme at strålende lys og intens lykksalighet erfares. Det er veldig lett å blande sammen disse høyere stadier av sinnet med selvet og tro at opplysthet er et strålende himmelsk sted eller tilstander av endeløs erfart lykksalighet. Erfaring tilhører verken selvet eller sinnet. Den skjer når bevissthet lyser på sinnet. Bevissthet og sinn er den mest grunnleggende dualitet.

Opplysthet er av natur enkel, uforandret bevissthet. Den kan ikke bli erfart som et objekt, fordi den er mer subtilt enn sinnet, instrumentet av erfaring. Et subtilt objekt kan belyse et grovt objekt, men et grovt objekt kan ikke belyse et subtilt objekt. Hvordan skal ego/ sinn erfare noe som det ikke er kapabel til å erfare?

Opplysthet som Evig Lykksalighet

Når noen er vant til å identifisere med den alltid endrete innholdet av sinnet og våkner opp til ikke-dualitet, blir oppvåkningen tolket som en veldig positiv hendelse. Men følelsen av lykksalighet skjer ikke fordi den erfarer bevissthet, som et lykksalighetsobjekt. Troen på at det er det, er skapt av mangel på lidelse og ikke fordi bevissthet føles godt. Hvis du har hatt tannpine i dager og tannen er trukket ut, er det mangel på smerte som føles godt og ikke av lykksaligheten av å trekke tannen. Du har nettopp gått tilbake til det normale og ikke oppnådd en enestående tilstand. Opplysthet føles ikke som noe spesielt. Det er enkelt og greit, fast, solid og integrert kunnskap at jeg er grenseløs, udelelig, uforandret ordinær bevissthet.

Når denne kunnskapen er stødig, har den en veldig positiv effekt på sinnet, men den om-danner ikke sinnet til en uendelig lykksalighetsmaskin. Imidlertid, så sprøyter det inn i sinnet en sans av ekthet, helhet og en urokkelig selvtillit. Derfor vet individet at den kan ri av alle ekstensielle stormer. Når du vet og ikke er i tvil om at du er bevissthet, så ønsker du ikke å føle deg bra, fordi du vet at du er kilden til godhet.

Opplysthet Er Ikke en Spesiell Status

Opplysthet er ikke en spesiell status. Den er selvets natur. Du får ikke noe du ikke har; Du realiserer rett og slett at hva du søkte så panisk, som du hadde hele tiden. Hvis opplysthet er en erfaring, er det en årsak for flauhet og ikke jubel. Når en uanstendig fet person går tilbake til det normale er han og hun hyllet som et modig super-vesen for å overkomme sine utfordringer. Nettopp det med å overkomme storspising er ikke verdt å bli hyllet for, er opplysthet ikke verdt en hyllest fordi det er din natur.

Mye av streben etter opplysthet er motivert av ønsker om å skille ut en selv, overgå alle andre og overbevise en selv at en er unik. Du er unik, men ikke som referanse til andre. Du er ikke mer unik enn meg fordi det er bare en av oss. Her er andre rare ideer om opplysning: at opplysthet bringer med seg superkrefter eller i noen stadier oppnådd av noen få utvalgte, som kan overføres fra en person til en annen i form av en spesiell energi; at det er nivåer av opplysthet; at du vil få alt du ønsker deg når du er opplyst og så videre.

3. DE TRE GUNAENE – ENERGIKVALITETER

Konseptet av Gunaene, de tre energikvalitetene, som påvirker hele det skapte universet, stammer fra Samkhya filosofi og er et nøkkelord i Vedanta. Disse tre kvalitetene former og har innvirkning på alle vesener, objekter og krefter i naturen, fra grove fysiske nivåer til mer subtile sinnsnivåer, følelser og intellekt.

Gunaene er tilstede i alle ting, men eksisterer i forskjellige andeler: og det er disse andelenes som avgjør karakteren og kvaliteter av det spesifikke objektet. Det er til veldig hjelp å ha en forståelse av disse kvaliteter og måten de farger vår livserfaring til enhver tid.

De tre gunaer er sattva, rajas og tamas.

1. Sattva:

Ordet sattva stammer fra sat, som betyr selvet, eller ren bevissthet. Sattva reflekterer harmoni, likeverdighet, åpenhet og fred. Når sattva er dominerende i sinnet, føler vi fred, glede, rolig og fri av begjær og frykt. Dette er sinnstilstanden hvor yogier og søkere av spirituell frigjøring lengter, fordi det setter oss i stand til å tenke og diskriminere klart og uten hindring. Med et visst livsstilsmål på plass, som å leve et fredelig, dydig liv og å spise et rent og enkelt kosthold, er det mulig å kultivere et dominerende sattvisk sinn.

2. Rajas:

Mens derimot sattva er ettertenksom i natur, er rajas en projiserende kraft. Det er en modus av lidenskap, handling, utadvendthet og agitasjon. Rajas er nødvendig til å skape handling og få ting til å skje. Den får begjær og tvang til å skje. Når det er dominerende rajas i sinnet, er en kontinuerlig urolig, rastløs, preget av begjær og frykt, alltid en følelse av behov for å ha det travelt, og mulig tilbøyelig til sinne og aggresjon.

Aktivitetene som vi deltar i, miljøet vi er i, maten vi spiser og tankene som vi tenker påvirker alle gunaene i våre kropp og sinn. En viss grad av rajas kan være sunt til å kultivere en balanse, men overdreven rajas er en kilde av stor lidelse.

3. Tamas:

Livløs og tung, er tamas den mest kompakte av de tre energiene. Mens derimot sattva er reflekterende og rajas projiserende, har tamas en skjult, tilslørt kraft. Tamas trengs for å hvile og sove, og kan bli erfart i kroppen og sinnet som sløvhets, apati og latskap. Mens derimot et rajasisk sinn er aktivt og fullt av begjær, har et tamasisk sinn tendenser til å være lat, treg og ignorant. Det kan være veldig hardt å tenke klart med et tamasisk sinn.

Istedenfor, ønsker vi alle å late seg på sofaen ved å se på tv med et stykke pizza i den ene hånden og en øl i den andre.

Det er klart at vi virkelig ønsker å oppnå våre mål i livet, hvorvidt de er verdslige eller spirituelle, sinnets kvalitet er veldig viktig. Glede, sinnsro og klar tenkning er ikke mulig når sinnet er skjult av tamas og rajas. Derfor anbefales det sterkt at en kultiverer et sattvisk sinn.

Gunas (Gunaer) er et sanskrit ord og har med kvaliteter eller energier å gjøre. Det er snakk om makrokosmisk (helheten - det totale - universet) og mikrokosmisk (mennesker).

De tre Guna-kjenntegn er forklart i grove trekk:

Rajas:

Urolig Sinn

Handler, handler og handler (behov for å gjøre noe hele tiden)

Oppnå ting i verden: En partner, penger, hus, barn... Forretnings-sinn

Oppside: Kreativitet og skape noe.

Bakside: Stress, Utbrenthet, Ulykkelig, Sjalu, Over-stimulert.

Mat: Sukker, Karbohydrater, Hurtig Mat.

Tamas:

Sløv og lat Sinn.

Kan ikke gjøre noe, kan ikke stå opp, Jeg vil ikke gjøre det, fryktbasert

Oppside: Jording og er viktig energi i forbindelse med søvn.

Bakside: Depresjon, Manglende modenhet, Tar ikke Ansvar, Kjedsommelighet, Klan-drer...

Mat: Pizza, Fettbasert mat, Sauser, Karbohydrater, Ost, Kjøtt...

Sattva:

Klart sinn

I stand til å ta avgjørelser, er rolig og tar passende/ riktige avgjørelser...

Forstår verden, Forstår livet

Bakside: Arroganse, Blir altfor komfortabel, tiltrekker seg mennesker med endel behov/ begjær.

Mat: Salat, Frukt, kokte grønnsaker, råmat, bestemte proteiner.

TRIGUNA VIBHAVA YOGA - De Tre Gunaer eller De Tre Energiernes Yoga.

Når sinnet er rensert og etablert i karma yoga, er neste skritt å undersøke og identifisere ens betingelser i lyset av selvkunnskap, det vil si gunaer. Dette betyr at du foretar deg en objektiv analyse av programmene (vasanaer) som endrer sinnet og former jivaer/ individenes «ting».

Eksistensfeltet, kausalkroppen eller makrokosmisk ignoranse (Isvara) er laget av tre gunas: rajas, tamas og sattva.

Isvara for Mayas (ignoranse) projeksjon refererer til ren bevissthet eller brahman. Maya er en kraft (shakti, som eksisterer i bevissthet for ellers ville Maya ikke være grenseløs. Maya opererer som ignoranse er også referert til Isvara, eller Gud, Skaperen, Dharmafeltet, makrokosmisk sinn eller kausal kropp. Det er laget av de tre energier eller gunaer: sattva, rajas og tamas, selv om dens natur er ren sattva. Skapelsen kommer ut tilsynelatende av de tre gunaene. Sattva er intelligens, kunnskap; Tamas er den tunge fortettete energi av materie; Rajas har med handling og begjær.

Gunaer eksisterer om du liker det eller ikke, om du er bevisst på dem eller ikke. Siden du er selvet, har de ingenting med deg å gjøre. De er ikke et problem om du ikke identifiserer deg med dem eller ikke har kjennskap til deres eksistens. De preger subtilkroppen (ego, sinn og intellekt) hele tiden. Frigjøring eller selvkunnskap betyr at du har assimilert kunnskapen om at du er hel og fullstendig, og at personen som du tilsynelatende går rundt med ikke er noe mer enn en oppfatning i deg, bevissthet. Når du vet hvem du er, med andre ord, når ignoranse av deg selv, som bevissthet (avidya), har blitt fjernet av selvkunnskap, gjelder maya (makrokosmisk ignoranse og dens påvirkning) enda og gunaer fortsetter å prege subtilkroppen (personen), men de har blitt ikke-bundet og handleren er benektet av kunnskapen. De plager deg ikke, bevissthet, fordi du vet at du er ikke subtilkroppen, personen/ handleren.

Gunaer blir kalt for makrokosmisk vasanaer og de tilhører Isvara, eller det totale sinnet, skapelsen. Helt til vi forstår gunaer, er de i førersetet så og si i våre liv. Vedanta er veldig klar på at bare direkte kunnskap vil frigjøre deg. Det er lurt å observere gunaer, fordi de er alltid i aksjon. Hver eneste tanke og følelse er drevet frem av gunaer. Se hvilke som er sattvisk, hvilke som er tamasisk og hvilke som er rajasisk. Og forstå antydninger med å identifisere med hver av dens energier og tanker de skaper.

Start å se på verden rundt deg fra dette perspektivet og du vil bli forbauset hvor klart alt blir. Det er som å være ekstra klarsynt. Når du er projiserende, lidenskapelig, sint, panisk, overstimulert/ aktiv, utadvendt, redd, utilfreds, umettelig, klandrende, dominerende, sjalu, kontrollerende, ikke kan sove er det **rajas**.

Når du er i fornektelse, holder på fortiden, skaper unnskyldninger for hvorfor du ikke kan være ærlig, være ubesluttet, kan ikke stå opp fra sengen om morgenen, utslitt, klagende, treg, lat, deprimert, føler seg som et offer, følelser av at «feil» i verden er på dine skuldre, at verden er et dårlig sted uten kjærlighet så er det **tamas**.

Når du er fredfull, rolig, tenker klart, balansert, medfølelse, ærlig, kjærlig, sikker, tar passende handling, eier alle projeksjoner, renser opp karma på en objektiv måte (spesielt av dine tanker og følelser), ubekymret, uberørt av meninger fra andre eller resultater av dine handlinger, nyter objekter for det de er (klar over alle deres iboende defekter), tilfreds, hel og fullstendig så er det **sattva**.

Gunaer er programmert i måter vi tenker på og handler. De er fullstendig forutsigbare. Når du er for rajasisk, vil det trigge våre fryktbaserte tanker og handlinger. Og vi vil projisere våre psykologiske ting på andre eller verden og det vil være ubevisst. Vi vil være styrt av lidenskap og begjær til å oppnå hvilket som helst objekt hun eller han er fiksert på. Når vi er for tamasisk, vil vi være i fornektelse og prøve å unngå det som dukker opp. Noen ganger vil vi være nådeløs, ikke bry oss, være absorbert i seg selv (egoistisk) og uinteressert. Når vi er sattvisk så vil vi være fredfull og rolig.

Gunaene jobber sammen i lag og til gitt tid så vil en av dem være dominerende. Rajas og tamas er uatskillelig. De blir kalt for de grusomme tvillingene. For eksempel når du er rajasisk, projiserer utover og er utadvent så vil tamas være der til å benekte det. De er bare programmer som styrer vår person (og alt annet), så lenge vi er identifisert med oss selv som person. De er et problem hvis du ikke har kunnskap om hvordan virkelighet fungerer og hvis du identifiserer deg med dem. For eksempel hvis du sier «Jeg er rajasisk» eller tamasisk i dag, er du identifisert med dem. Personen er rajasisk/ tamasisk i dag, men du er ikke det. Husk, du er den som vet (vitne), du er den som kjenner til Gunaene eller er et vitne. Igjen hvis du sier jeg er ditt og datt, trykk på pause-knappen og spør deg selv: Hvem er det som snakker her? Hvilket perspektiv er jeg identifisert med, reflektert selv (personen) eller selvet? Hvis du kan konstant gjøre det, så vil det forandre livet for alltid.

Alle tre gunaene har en oppside såvel som en bakside, som det gjør det i den tilsynelatende virkeligheten vi lever i. Uten rajas, så vil du ikke stå opp av sengen om morgenen eller få noe til i det hele tatt. Rajas er den kreative, aktive kraften. Det er også modus av lidenskap. Ikke alle ønsker eller lidenskap er noe negativt: Du trenger lidenskap for selvgransking og et sterkt ønske for moksa (frigjøring). Det er en av kvalifikasjonene. Tamas er substansen til materie, en tung og stødig energi. Uten den så vil du ikke være i stand til å være utholdende. Du vil ikke ha en kraft til fortsatt å få til noe og bare flyte bort fra planeten. Du vil ikke bli jordet og du vil heller ikke være i stand til å sove. Med for mye sattva så kan du sitte fast i den gyldne erfarte lykksalighet, tro at lykke er den hellige gral og at du er ganske spesiell. Sattva er en tilstand i sinnet, som er erfart av handleren, subtilkroppen. Den er rent erfaringsbasert, og varer ikke. Den vil ikke frigjøre deg fra avhengighet av objekter, eller få slutt på den subtile eksistensielle lidelsen som kommer med den. Det er likevel en verdifull energi for gransking og bør bli kultivert. Det er gunaspringbrett til selvkunnskap.

En annen bakside av sattva er forfengeligheit hvor man føler seg ren og hellig, fordi han/ hun har hatt en transcendental spirituell erfaring og prøver å dra til Tiru i India eller andre steder. Og de prøver å dra bort fra livet sitt med sine psykologiske utfordringer og bagasje. De tror at ved å benekte sin psykologiske bagasje er det å reise bort, men det er jo en form for virkelighetsflukt. De bygger opp en spirituell identitet som gjør dem mindre liten og redd.

Utenom å oppnå kunnskapen av hva gunaene er og hvordan de fungerer så kan du lede dem. Hvis du føler deg lat eller deprimert, tving deg selv til å gjøre noe. Hvis du har mye stress, frykt og er urolig så handler det om å roe ned. Det kan være til hjelp å finne egen tid for deg selv og være rolig. Når du har roet ned ved for eksempel noe avspenning eller pusteøvelser, kan du meditere og be bønner (takknemlighet for at du eksisterer for eksempel og dedikerer dine handlinger til det totale sinnet).

Å se på din livsstil og endre på det du kan. Kosthold er veldig viktig for gunamestring/ledelse. Å lære hvilke matvarer skaper hvilke gunaer. Å trene er sunt. Det kan til og med være å gå noe og trenger ikke å være jogging. Prøve å slutte å hamstre ting som ikke er bra for deg og se på forhold til andre mennesker. Ikke vær sammen med negative mennesker som trykker deg ned. Men om du ikke kan unngå dem så se hvilke gunaer som strømmer i dem. Når mennesker ikke er klar over at de kan styre /lede sine gunaer så blir de styrt av dem.

Det er en stor øye-åpner å se hvordan gunaene fungerer i deg selv og i andre mennesker. Selvfølgelig er det egentlig ingen andre, siden det bare er et selv med tre gunafabrikkerte kropper. De fungerer på samme måte i alle andre. De leder showet for alle som er identifisert med kropp/sinn og personens historie. Hvis din dominerende guna er tamas, så er det lurt å gi bort det du ikke trenger, slutt å spise for mye tamasisk mat eller være oppe så sent. Og være årvåken for benektelse av noe. Hvis din dominerende guna er rajas så vær konstant årvåken for aggresjon, projeksjon, utadvendthet av noe slag. For mye sattva? Da er det viktig å stoppe å late som du er spesiell, fordi du har hatt en ute-av-verden åpenbaring, spirituell kunnskap eller mye lykksalighet. Eller at du er hellig fordi du mediterer, chanter i timesvis eller har en opplyst guru (eller du selv er en opplyst guru). Vær ydmyk og fortsett å praktisere selvkunnskap. Poenget her er at alle har en dominerende guna, som ikke bare vil skape de mest befestede tendenser (vasanaer), men som også kan være hva som har preget dem til å ha en spesiell natur. Det er ingenting rett eller galt her, eller bedre eller verre. Jobben i selvgransking er å identifisere gunaene gjennom selvkunnskap og tillate kunnskapen å hjelpe deg å mestre gunaene ved å dis-identifisere seg med dem, som bevissthet.

Når du handler ut en spesiell guna, bare observer hva som skjer. Ikke døm det og vær objektiv om hva som skjer - det er jo en film dette. Se bakenfor tanker og følelser - identifisere hva som trigget dem. Dette er praksis av kunnskapen hvor man følger med på det vi liker eller misliker. Skriv ned - ta notis av guna og tilpass det hvordan en vil skape sinnet sitt. Hver gang du gjør det, så vil det bli lettere å mestre gunaene og lettere og raskere gjenkjenne dem når de viser seg, som mine liker eller misliker. Det er slik man identifiserer vasana - fordi gunaer og vasana er gjemt i det ubevisste sinnet, som skaper et bestemt gunaprogram, som kjøres.

Lag en fryktløs vareopptelling av dine liker og misliker til å se hvilken gunaverdi de representerer. Vær totalt ærlig med deg selv, uten skam, klandring og frykt når du undersøker. Vær veldig årvåken og observer hva som skjer i hodet og i ditt liv. Å mestre

gunaene er den beste måten å rense sinnet og forberede det til opplysthet (frigjøring). Alle vasanaene (tendenser, vaner og programmeringer) og samskaras (inntrykk i sinnet m.m.) har med gunaene å gjøre. De blir til bindende hindringer (pratibandikas) når de ikke er forstått eller kontrollert.

Kunnskapen av hvordan gunaene fungerer lindrer eksistensiell smerte og skyld. Den gir deg røntgensyn i deg selv og andre. Den viser at ingen gjør noe egentlig eller har gjort noe. Du kan stoppe å klandre eller skylde på andre for noe du har gjort eller har skjedd med deg, fordi gunaene forårsaker alt. Hvis mennesker kunne være annerledes, ville de ha vært det. De har ingen valg å følge deres natur og tro at de er handlere (tamas). Når du vet at du er ikke handleren, så kan du stoppe din historie. Det betyr ikke at du ikke gjør passende handling eller at du vil skade en del av skapelsen. Du vil naturlig gjøre valg, som skaper et fredfullt sinn (sattva) og skader ikke, ikke fordi du føler skyld eller er pliktoppfyllende, men fordi du vil nyte et fredfullt sinn.

Vasanaene – Karma – Gunaene - Isvara

Gunaene er sentral i skapelse på makro- og mikronivå. Det vil si makro=universelt eller verden. Mikronivå=Personer,dyr og natur. Jeg vil forklare noe om forbindelser mellom vasanaene,gunaene og karma.

Vasanaene=programmeringer,vaner, inntrykk og tendenser som preger ens liv.

Karma=Handling - resultater av handling

Jiva= Individ/person forbundet med subtilkroppen (Ego-Sinn-Intellekt).

Isvara=Upersonlig Skaper/ Skapelse/ Det Totale Sinn/Makrokosmisk Sinn/ Gud

Alle vasanaene/ karma er evige og eksisterer som prinsipper i kausalkroppen. De oppstår fra de tre gunaene: sattva,rajas og tamas, som utgjør Maya, dharmafeltet eller skapelse. Gunaene skaper jivaene, vasanaene og deres resultater(karma). Som du vet, en vasana er en gunagenerert tendens eller program som vi til stadig repeterer og som binder oss til en feilaktig ide om oss selv, vår karma og livet generelt sett. En samskara er en ansamling av vasanaer, alle forbundet som sopp under jorden. Soppene, som vasanaene vil poppe opp her og der, og der ut til å være diskret eller uavhengig entiteter, men alle vasanaene er forbundet i et enormt nettverk av vasanaer i undergrunnen av kausalkroppen eller det ubevisste.

Vasanaene er ikke i grunnen noe godt eller dårlig. De er såkorn, kunnskapen, som driver Skapelsen. Isvara/Det Totale Sinnet skapte dem. Ingenting beveger seg i Skapelsen, eller tilsynelatende virkelighet, uten en vasana som kjører det, hvorvidt det er en engangs hendelse eller en ofte repeterte atferdsmønstre. En vasana blir en god en når den driver deg inn i behagelige omstendigheter eller den blir en dårlig en når den driver deg inn i en ubehagelig situasjon. Å drikke alkohol er en fin vasana for noen mennesker. Det er en smertefull vasana for andre. En vasana er drivkraften fra en fortidshendelse, tendensen til å repetere det. Det er en ren teknisk terminologi. Men vasanaer kan også spire uten en tidligere kjent tendens eller begjær, fordi såkornet for alle vasanaene er Isvara/ Det

Totale Sinnet, og eksisterer derfor som et potensiale for alle.

Det ser ut til at våre vasanaer er personlige og originale, men de er ikke det. Alle vasanaer er evige og upersonlige fordi de oppstår i kausalkroppen (makrokosmisk). Isvara produserer dem om og om igjen, fordi det egentlig bare er en evig Jiva eller subtilkropp, som viser seg tilsynelatende som mange unike individer med tilsynelatende unike utgaver. De er ikke ulike (selv om egoet liker å tro at de er det), men er generisk og tidløs. Det er umulig å sette opp en tidslinje til denne logikken, fordi som prinsipper så kan ikke gunaene, Jivaene og vasanaene bli separert, siden de eksisterer utenfor tid, i et uendelig potensiale inni kausalkroppen, som er uendelig fordi det eksisterer i bevissthet.

4 typer tankesett:

1. Impulsiv ufrivillig tenking - styrt av følelser (rajas/ tamas).
2. Mekanisk automatisk tankegang - sløv og tung tankegang (rajas/ tamas).
3. Overveid eller beregnet tankegang - sattvisk - kvalifisert sinn - sparker ut eller fjerner dårlige ideer og Vedanta er et middel til å fjerne ignoranse.
4. Spontan lett tenking - Isvara/ Det Totale Sinn styrer tankegangen - bakenfor gunaene (nirguna). Man følger lett - uten anstrengelse og har full tillit til dharmafeltet - universet og til upersonlig skaper. Ingenting endrer på hvem man er (identitet) – uforanderlig, alltid tilstedeværende, fullstendig og ufødt bevissthet/ selv.

Bhagavad Gita - kap. 14 nevnes emnet Kunnskap om Materie - Gunaene.

Moksa - frihet/ frigjøring hvor sattva guna omvender bindende liker og misliker til preferanser – ikke -bindende vasanaer. Å konvertere bindende vasanaer til ikke-bindende vasanaer er transcendering av gunaene. Å kultivere sattvisk livsstil er det du ønsker om du ønsker frihet fra bindinger i verden. Vi vil alltid erfare alle de tre energiene, men å ha et sinn som er dominert av sattva er nøkkelen til frihet. Det er forøvrig også baksider om man sitter fast i sattva - forfengelighet, arroganse og stolthet blant annet.

Materie har tre sider- sattva, rajas og tamas. Fordi de er bygget inni Prakriti.

Prakriti er den subtile årsaken av materie og energi. Derfor er prakriti materie i form av frø. Den ser bevisst ut fordi den låner sitt lys fra bevissthet. Verden og alle utvendige objekter, enten grovmaterie eller subtil materie, er komprimert av prakriti. Prakriti har tre kvaliteter. De tre gunaene som reflekterer selv og ser ut til å skjule det, men skjuler det egentlig ikke fordi ingenting kan skjule det.

Ren makrokosmisk sattvisk prakriti er som et lyst og klart vindu kapabel til å reflektere bevissthet (pratibimba chaitanya). Makrokosmisk sattva er blåkopien (planen) til alle former, hele skapelsen, evige sannheter, krefter, lover, jivaer, karma, tre gunaer og 5 ele-

menter (rom, jord, luft, vann, ild). Den vet alt. Den er ikke blandet med rajas og tamas, det er ren kunnskap. Det er bevissthet som viser seg som den som har kjennskap. Det er et objekt kjent av bevissthet og inneholder alle objekter, inkludert energi og rom. Når rajas og tamas oppstår og ren sattva er forurenset, så blir vinduet smadret til utallige småbiter. Maya blir avidya (ignoranse), mange sider, mangfoldig, skaper alle objekter til levende og livløse, inneholder essensen av bevissthet, bevissthet preget av rajas og tamas.

Maya produserer alle substanser ut av tamas, eksistenssiden av bevissthet. Hvis Maya skapte alle substanser ut av sattva så ville alle steiner tenke og snakke. Rajas handler på objektene ifølge deres blåkopi, skaper tilsynelatende bevegelse og endring, individualitet og separasjon.

De fem elementene (rom, ild, luft, vann, jord) er sett på som livløs. Men vi ser at de er i konstant endring, som beviser at de ikke egentlig er virkelig, men viser seg tilsynelatende som. Vedanta lærer om verden at alle deres objekter inkludert jivaer kan bli endret på. Men selvet alene er virkelig fordi selvet er uforanderlig.

Nøkkelen her er at prakriti, i forhold til Mayadrømmen, utvikler seg gradvis. Vedanta aksepterer midlertidig dette synet, men nekter også det når undervisningen utvikler seg. Maya er egentlig bevissthet, så den utvikler seg egentlig ikke, men det ser ut til at den gjør det. Hvis vi aksepterer det faktumet at materie ikke i seg selv kan endres, fordi den er livløs, og må derfor bli endret på, da blir spørsmålet hva endrer den? Det ser ut til å være bare to valg: selvet, som sitt lys reflekterer gjennom intellektet (buddhi) via tanker eller de tre gunaene.

Gunaene er Imidlertid et annet navn for Maya. Den andre muligheten er at Isvara/ Skaper opererer gjennom Maya og bruker Maya's projeksjonskraft (rajas) til å skape tilsynelatende bevegelse og endring på pratibasika satyam (jiva sristi, individ skapelse og tolkning av skapelse) nivå. All tilsynelatende materie kan bli endret enten eksternt eller internt på dette nivået. Verken Isvara eller Maya eksisterer på pratibasika satyam nivå av den absolutte virkeligheten. Derfor kan ikke selvet verken endres eller bli endret på.

I Bhagavad Gita kapittel 16 blir verdier nevnt og i boka Value of values av Swami Dayananda.

Kunnskapen av virkeligheten bak Jiva, Jagat (verden) og Isvara som meg selv fjerner samsara (bindinger til verden) og setter meg fri. Denne kunnskapen tar bare plass i et raffinert og kvalifisert sinn. Kapittel 16 og 17 i Bhagavad Gita har med å forberede og raffinere sinnet. Det er basert på Dharma sastras (skrifter).

Noen verdier som bør bli kultivert

- 1) Selvtillit, mot og frihet fra frykt.
- 2) Selvmestring. Kontroll av kropp-sinn-intellekt instrumentet gitt av Isvara til å navige-

re gjennom livet.

3) Ydmykhet. Erkjenn Det Totale Sinnets bidrag.

4) Renhet.

5) Medfølelse. Sensitivitet til følelser av andre. Når du føler andres smerte så vil du ikke skape smerte på dem.

Noen verdier som bør bli fjernes

1) Sinne.

2) Gjerrighet.

3) Vrangforestilling og forvirring. Tro på at lykke avhenger av objekter.

4) Arroganse.

5) Sjalusi.

6) Sammenligning.

Noen midler for å fjerne negative verdier

1) Diskriminasjon (viveka). Sinnet bør studere oppsiden og baksiden av verdier av et rent sinn.

2) Anvende Motsatt Tanke (pratipakshana bhavana) når du oppdager at du er grådig f.eks. - vær generøs.

3) Være med sannviske mennesker som deler din interesse i spiritualitet (satsanga).

4) Bønner. Be om hjelp til Det Totale Sinnet (Isvara/ Gud/ Makrokosmisk Sinn) om ikke noe annet fungerer.

4. KVALIFIKASJONER

Modenhet er en av de egenskapene eller kvalitetene du trenger for å være kvalifisert for moksha - frigjøring - frihet. Du trenger å kvalifisere deg, fordi alle kan tro de kan bli opplyste uansett i dagens moderne verden eller at du må oppleve noe for å bli fri. Du opplever deg selv hele tiden så det er ikke opplevelser som setter en fri, men kunnskap. Vedanta sier at når du er kvalifisert: Da er du moden eller klar og fredfull i sinnet til å ta imot eller integrere selvkunnskapen, som fjerner ignoransen om hvem du er. Selvkunnskapen vil lettere bli integrert, som betyr å være stødig i deg selv.

Det går egentlig ikke an å være diskvalifisert, men du ser om du har det som skal til for å være klar eller moden sammen med en lærer eller veileder. Du kan lett mistolke selvkunnskapen og trenger en lærer, som kan lære deg å bli din egen lærer. Om du ikke er klar, forberedt eller moden for å ta imot selvkunnskapen, jobber du ekstra med kvalifikasjonene. Guruen(læreren eller veilederen) hjelper en å komme i gang med selvgranskingen. Sammen med *sravana* - å lytte eller høre skriften, som er kilden

til det gurun skriver eller snakker om, så krever det at du legger alt du tidligere har trodd på eller trodde du visste om midlertidig på hyllen. Hvis selvkunnskap, som er en veldig møysommelig, tålmodig og systematisk metodikk, ikke fungerer for deg, tar man alle trossystemer tilbake. Men om man er inne i Vedanta, vil man jo undersøke om det har noe for seg først. Det er også lurt å følge det over tid, det er ikke noe som blir integrert eller stødig på kort tid. Langvarig undersøkelse, gransking, introspeksjon og møysommelig analyser av deg selv og dine opplevelser i hverdagen tar tid.

Vedanta er en radikal undervisning. Her må du forvente at det vil utfordre alt du trodde du visste. Uten tiltro på vedaskriften, vil ikke selvgransking fungere.

Manana - resonnering, kontemplasjon. Det er å tenke på eller reflektere over hva skriften sier, utforske den ugranskete logikk av din egen erfaring. Du ser på dine tro og meninger i lyset av hva skriften sier - og ikke omvendt.

I teksten Tattva Bodha skriver Adi Shankaracharya at når studenten har noenlunde alle disse kvalitetene integrert i seg er studenten en *adhikari*. Det betyr at han/hun er kvalifisert til å høre og assimilere vedantalæren.

KVALIFIKASJONER (inkluderer sanskrit ord)

1. Diskriminasjon - *viveka*
2. Objektivitet - *vairagya*
3. Brennende ønske for frigjøring - *mumukshutva*
4. De seks Hoved Disiplinene - *jamadisakta sampatti*
 - a) Mestring over Sinnet - *dama*
 - b) Mestring over Sansene - *sama*
 - c) Evnen til å Trekke Seg Vekk fra Sanser-objekter - *Uparama*
 - d) Overbærenhet - *titiksa*
 - e) Tiltro til Undervisningen og til Læreren - *shradda*
 - f) Konsentrasjon - *samadhana*
5. Hengivenhet - *Bhakti*
6. Å følge sin vei - være min sanne natur – *Svadharma*

1. DISKRIMINASJON - VIVEKA

Å diskriminere (skjelne) mellom det som er virkelig og det som ser tilsynelatende virkelig.

Dette kan bli oversatt i engelsk som diskriminasjon. Her bruker vi ikke ordet diskriminasjon i en negativ betydning, som i rasediskriminering, kjønnsdiskriminering og så videre. I skriftlig sjargong er ikke ordet diskriminasjon eller diskriminering brukt i en negativ betydning. Her betyr det sans av dømmekraft, passende dømmekraft og passende forståelse.

I Vedanta definerer man det som er virkelig for det som er uforanderlig, ikke-dualistisk, alltid tilstedeværende, grenseløs, fullstendig, hel, komplett og ufødt. Det kalles for Sat-

hya på sanskrit, som er selvet/ bevissthet/ ubetinget kjærlighet. Det har ingen attributter og det er vår identitet. Mens vi i verden identifiserer oss med alt som er i endring: Det vil si våre tanker, følelser, opplevelser - alt via persepsjon. Det har sine begrensninger og følger ulike lover. Det kalles for Mithya på sanskrit.

I teksten Vivekachudamani (Diskriminasjonens kronjuvel), er Nitya-anitya-vastu-viveka ansett som først. En diskriminasjonsforståelse med referanse til hva som er nitya, evig og hva som er anitya, tidsbundet. Det er en gransking over hva som er tidsbundet eller hva som ikke kan være evig.

Hvis denne diskriminasjonen ikke er der, vil andre kvalifikasjoner være begrenset med ingen retning. Derfor er diskriminasjon nevnt i begynnelsen.

Diskriminasjon er forståelsen av at sikkerhet, nytelse, til og med det å komme til himmelen er alle tidsbundne jag og ikke vil gjøre noe stor forskjell til meg, søkeren av alle disse. Etter å ha oppnådd denne diskriminasjonen er det naturlig objektivitet fra lengsel, for tidsbundne avslutninger.

Det er 3 ulike bevissthetsstadier i verden, som alle kjenner til:

- 1) Våkentilstand
- 2) Drømmetilstand
- 3) Dyp søvntilstand

Alt som skjer her er også i «mithya» – det vil si alt som er i endring - eller objekter.

Grovt sett til det mest subtile som er dyp søvn, som også kan sammenlignes med nirvikalpa samadhi - tilstand uten tanker. I dyp søvn er du ikke identifisert med kropp, intellekt og sinn. På sanskrit heter dyp søvn - prajna - nesten opplyst. Vi mangler kunnskapen om det man erfarer i denne tilstanden. Våken tilstand kalles for Viswa og det er i vår dualistiske verden av objekter. Drømmetilstanden kalles for tajiya. I drømmer opplever du ulike oppsamlinger/ essensen av tanker og opplevelser man har i hverdagen. I tillegg til vasanaer, som er tendenser, vaner og programmeringer man har i underbevisstheten.

Diskriminere det som er begrensede mål i verden til frigjøring, som er vårt valgløse og ultimate mål. Og forskjellen mellom ignoranse og kunnskap eller illusjon og sannhet. Å undersøke ens opplevelser kreves et intellekt som har solid evne til å skjelne. En av de store mytene i den spirituelle verden på Jorden er å fjerne egoet, intellektet og tankene. Intellektet er et essensielt verktøy i å fjerne ignoranse om hvem vi er. Det handler om å bruke det. Stillhet ser ikke forskjell på kunnskap og ignoranse. Derfor kan det ikke være en nyttig «lærer» for oss mennesker.

2. OBJEKTIVITET - VAIRAGYA

Når diskriminasjonssevnene er godt integrert i deg så vil du også lettere være objektiv og ikke bundet til objekter i verden.

Du er ikke bundet av følelser, hendelser og resultater i livet og har evnen til å være ob-

ektiv. Objektivitet er et tegn på modenhet. Du stoler på at Dharmafeltet (verden) følger det den skal følge og skylder ikke på ytre krefter som uflaks, regjeringen, konspirasjoner, mennesker, samfunnet m.m. for det som skjer i livet. Du vet at alt som skjer tjener helheten og livet er et nullsum-spill. Du både «vinner» og «taper» i verden. Og din holdning er at du er noenlunde den samme uansett hva som skjer av resultater i verden og ser på alt som noe du skal gå igjennom og lære av.

Objektiv holdning er også med å hjelpe på å fjerne emosjonelle bindinger og ubalanse.

Å la Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt – medfølelse og hengivenhet

Det å ha objektivitet er å være som luft, å besitte en holdning om å ikke være innblandet med noe. Luften beveger seg og velsigner alle levende vesener uten å bli tatt overalt. På samme måte er objektivitet det å ikke blande seg inn til noe i denne verden eller liv etter dette. Forpliktelsen er bare til kunnskapsjakt og derfor til læreren og vedaskriftene. Hvis en er karma yogi, gjør en det som må bli gjort med holdning som forvandler karma til yoga: Passende holdning til handlinger.

Mennesker studerer Vedanta for å spre den, slik at de kan redde mennesker. Men hjelper Vedanta slike mennesker? Det gjør den ikke. Å ville redde mennesker viser manglende evne til diskriminasjon og objektivitet. Jeg er mer hellig enn deg-holdning velsigner ingen. Hvis du er fri og forstår Vedanta, vil du bli en velsignelse for andre. Du deler Vedantakunnskapen.

Følelser holder fast på deg og derfor kan du ikke fullstendig neglisjere dem. Og selvfølgelig kan du ikke bli en hengiven til følelser heller. Det fungerer heller ikke. Slik at du må bli objektiv om følelser. De må bli uttrykt passende ved å skrive hva en føler, eller snakke til noen som forstår osv.

Objektivitet eller tilbakeholdenhet betyr ikke at en skal flykte fra verden. Og du kan ikke flykte fra verden heller. Hvor enn du går, finner du ut at verden er der.

Mennesker ønsker å flykte fra verden slik at de kan være alene. Men faktumet er at når du oppnår en spesifikk grad av objektivitet, er du allerede alene uten å være involvert. Du trenger ikke å dra hvor som helst. Å flykte fra verden for å være alene er en romantisk ide. Det er alltid romantisering i spirituell jakt. Du ønsker noe spesielt, noe annerledes. Det er en verdi for denne romantiseringen. Når du ser igjennom denne romantiseringen, er du objektiv.

Tilbakeholdenhet betyr at du er objektiv, uberørt og ikke involvert. Dess mer du forstår dette, dess mer fri er du. Derfor, med mindre du ikke har en viss objektivitet, en viss fullstendighet, er det ingen virkelig tilbakeholdenhet.

Objektivitet er et høyt baktalt og misforstått ord. Mennesker tror objektivitet eller tilbakeholdenhet er å lukke igjen øynene og avvise verden. De tror, ved å gjøre slik at alt er oppnådd, er overlappingen (adhyasa) av verden borte. Men det er det ikke.

Når du aksepterer Det Totale Sinnets (Isvara) orden har du en objektiv holdning. Ting skjer som de skal gjøre. Jeg gjør hva jeg kan. Denne holdningen hjelper deg til å oppløse din motstand. Du motsetter deg en situasjon, fordi du kan ikke kontrollere den. Og du ønsker å kontrollere situasjonen på grunn av en medfødt frykt om å miste noe sikkerhet. Det er alltid en frykt, frykt for å bli avvist, frykt for å bli forlatt, frykt for å bli bortvist, frykt for å bli kalt for ubrukelig. Frykten er alltid født av følelsen av usikkerhet, og gjør at du motsetter deg og kontrollerer situasjoner. Dess mer du aksepterer Det Totale Sinnet, dess mer aksepterer du deg selv. Dette er den beste avtalen.

I verden, er enhver avtale generelt sett en gi og ta. Du gir noe og du får noe tilbake. Du gir din tid, evne eller råd for noe penger, makt eller navn og berømmelse. Men å akseptere Det Totale Sinnet gir du deg selv. Det er den største gaven. Det er den største avtalen i verden. Avtalen er et tap, selv-tap egentlig. Når du gir deg selv til Det Totale Sinnet, slik at hva som er der bare er Det Totale Sinnets Orden. Egoet er så informert, så opplyst at den lar Det Totale Sinnets Orden jobbe. Dette er Isvara-Bhakti. Det Totale Sinnets hengivenhet.

Hengivenhet (Bhakti) er å oppløse egoet i Det Totale Sinnet. Du kan ikke unngå dette og gå til selvet (atma) umiddelbart. Siden du er i verden, må du gjøre opp regnskapet med verden. Å gjøre opp regnskapet med verden betyr å gjøre opp mange regnskap: Forhold til ens mor, far, nabo, arbeidskollega og så videre. Og hvilken som helst person er ikke tilgjengelig til å gjøre opp regnskap eller de er ikke klar for å gjøre det. Å gjøre opp regnskap med verden er umulig. Og derfor putter du alle mennesker i en kurv og gjøre opp regnskap med Det Totale Sinnet umiddelbart.

Hvis du kan sette pris på at denne atferden på vegne av denne personen på grunn av en smertefull bakgrunn, styrt av Det Totale Sinnets lover, er du medfølende. Her betyr medfølende forståelse. Det er å forstå at denne personen oppfører seg på denne måten på grunn av visse grunner. Grunnene er årsaken til en gitt atferd, som er virkningen. Og den som får årsak-virkningsforhold skapt blir kalt for Det Totale Sinnet. Det Totale Sinnet er skaperen så vel som skapelsen: Det Totale Sinnet er ikke ganske enkelt en verdensskaper, som sitter et eller annet sted. All orden som er her er skaperverket og Det Totale Sinnets uttrykk. Slik at dess mer du forstår disse lovene, dess mer medfølende blir du, ikke bare mot andre, men til og med mot ditt eget sinn. Du blir medfølende mot deg selv. Dette betyr å gjøre opp regnskap med Det Totale Sinnet.

Å gjøre opp regnskapet med Det Totale Sinnet er å la Det Totale Sinnet komme til hjertet ditt. La Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt. Det Totale Sinnet er allerede inni så vel som utenfor ditt hjerte. Du lar Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt. Men hvordan lar du Det Totale Sinnet kommet inn i livet ditt? Å la Det Totale Sinnet

komme inn i livet ditt betyr å åpne hjertet ditt til det og la det styre ditt liv. Det er veldig vakkert. Dess mer du er tilknyttet Det Totale Sinnet, dess mer forstår du at ting jobber på den måten de gjør på grunn av bestemte lover. Du forstår at begjær er gitt meg og kapasiteten til å bringe med seg endringer er også gitt meg. Du gjør hva du kan og lar Det Totale Sinnet jobbet på sin måte. Det er å la Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt.

Verden er vakker og intelligent ignoranse

Ideen om å forbedre verden, som en motivasjon for å gjøre noe er ikke en god en og virker sjelden. Det er fordi den grunnleggende forutsetningen at det er noe galt med verden på den måten den er (og det er ikke noe galt), som har en underforstått betydning om at den er virkelig, som den ikke er. Når det Totale Sinnet vil ha fjernet mer ignoranse, vil det skje. Det er ikke noe galt med ignoranse eller dualitet; Den er vakker og veldig intelligent. Ignoranse har ingen begynnelse og er uendelig på det makrokosmiske nivået; den vil alltid være det, fordi bevissthet er evig. Det er fordi ignoranse er en kraft, som eksisterer i bevissthet ellers ville det ikke være grenseløs.

Vi, individer, har ingen kontroll over resultatene, hvis du ønsker et mer positivt bidrag ved å hjelpe på en måte, så gjør det. Men det er en utakknemlig oppgave, og la ditt bidrag være i tjenestegjering uten en tanke på å endre ting eller gjøre dem bedre eller annerledes. Vi må alltid undersøke våre motiver for å gjøre noe: se om det er for å føle deg bedre, overlegen eller til å gi deg en mening i livet. «Do-Gooders», som har en tendens til å ønske en bedre og annerledes verden enn den er istedenfor å akseptere den, har ofte gjemte agenda. Mange har lav selvfølelse, og det å hjelpe er en måte å føle seg bedre på om seg selv. Handle for å hjelpe fordi det er en din natur å gjøre det eller fordi du kan, med karma yoga ånd, og la resultatene være opp til Det Totale Sinnet. Du kan ikke slå systemet. Karma yoga er den eneste måten til fred. Vi ønsker alle at verden er et bedre sted, men den er hva den er.

Noen mennesker responderer til denne kunnskapen ved å si «hvis en ikke kan endre noe fordi det ikke er virkelig, og det er perfekt på den måten det er, hvorfor bry seg om å hjelpe noen? Men Vedanta sier hvorfor ikke hjelpe om alt er perfekt. Din hjelp er også perfekt. Hvis det er i din natur å hjelpe, vil du hjelpe. Hvis ikke, ikke. Hvis det er i din natur til noen ganger å hjelpe og noen ganger ikke, er det slik Det Totale Sinnet har skapt deg. «Do Gooders», de som vil gjøre det godt, som vi kaller dem for, er ikke populær hos Det Totale Sinnet. Det er fordi denne type sinn tror vanligvis at det vet bedre og drar av sted for å redde verden eller mennesker. Det er ingen god motivasjon for å gjøre noe til å hjelpe, fordi du antar at du vet mer enn hva Det Totale Sinnet gjør i å levere karma.

3. BRENNENDE ØNSKE FOR FRIGJØRING - MUMUKSHUTVA

Ønske om frihet øker også betraktelig når evnen til å diskriminere (skjelne) er tilstede

og det samme når man har den nødvendige objektiviteten og holdningen til utfall av resultater i livet. Det gir en motivasjon og inspirasjon til å reflektere, undersøke, granske og analysere - og assimilere og aktualisere, som fører til at kunnskapen er stødig integrert i oss om hvem vi er og hva virkeligheten er m.m.

Alle sier at de ønsker å være fri. Men er begjæret om det litt, noe eller brennende? Her må du være ærlig med deg selv og undersøke om du brenner for frigjøring. Det sies at det brennende ønske om frigjøring bør være like stor som en druknende person ønsker luft.

Å jakte på objekter der ute i verden gir ikke permanent frihet og det er bare moksa - frigjøring - det ultimate målet for oss mennesker.

Mumukshutva er en sinnsstatus av en mumuksu, en som har begjær for frigjøring (moksa). Han eller hun har gitt opp jag etter dyder (dharma), sikkerhet og nytelse. Denne selvkunnskapen, som er løsningen til problemet av usikkerhet, er tilgjengelig når du søker etter den. Du jakter denne kunnskapen. Det er hva brennende ønske om frigjøring er, moksa me bhuyat iti iccha, et ønske om at frigjøring kan være der for meg. Moksa er frihet (frigjøring) fra usikkerhetssansen og ufullstendigheten, som er sentrert på selvet, Jeg. Slik at brennende ønske om frigjøring er en forpliktelse til frihet og frihet er ikke mulig uten å vite at selvet er kjent som fri. Selvet er allerede fri; det er derfor du elsker frihet, og du kan ikke gjøre opp for noe mindre.

Selvet er fri. Dette faktum må bli erkjent. Du bør forstå at frihet er hva Jeg ønsker og at frihet er i form av selvkunnskap, slik at Jeg ønsker selvkunnskap. Derfor må brennende ønske om frihet bli forvandlet til jijnasa, ønsket om å vite. Hvis egoet blir sett på å være selvets natur, er det binding. Hvis sinnet blir tatt for å være selvets natur, er det binding. Hvis vitalkraft (prana) blir tatt for å være selvets natur, er det binding. Hvis kroppen blir tatt for å være selvets natur, er det binding. Alle disse bindingene er født alene ut av ignoranse. Den ene som har et ønske å frigjøre seg selv fra dem er en mumuksu.

Alle disse bindingene skyldes selvignoranse. Selvet er verken en handler ei heller nyter, sulten eller tørst. For å ikke snakke om høy, fet og så videre. Men hvis selvets natur ikke er kjent, vil alle disse kropp-sinn-sanse kompleksets kvaliteter blir tatt for å være selvets kvaliteter. Da blir selvet tatt for å være begrenset av disse kvalitetene. For eksempel, blir selvet begrenset av din sans for handleren. Som en handler, er skyldfølelse uunngåelig, fordi en har ikke gjort alt som var antatt å bli gjort og en har også gjort ting som ikke var antatt å bli gjort. Igjen blir selvet tatt for å være en nyter, slik at en har følelsen av å bli såret. Verden er der ute til å plage deg. Fra barndommen så du på deg selv som et offer. Denne offer-psykologien er der i alle til en viss grad.

Binding eller være fanget er bare en sans. En føler seg bundet bare fordi en ikke liker en situasjon. Å føle seg bundet krever ikke en virkelig binding, men bare en bindingssans er bra nok. Og denne sansen er født ut av oppfatningen om at jeg er dette alene, med referanse til kroppen og så videre. Denne oppfatningen i seg selv er født av selvignoranse. Derfor er binding skapt av selvignoranse. Å være ignoranseproduktet, er binding ødelagt

ved å fjerne ignoransen. Nirvikalpa-samadhi og så videre hjelper egentlig ikke deg til å fjerne binding. Samadhi er kapasiteten til å oppløse ditt sinn, hvor du gir opp alt som i søvn. I søvn er det ingen ego og du er ikke bevisst om din kropp, ditt sinn og så videre. Du har gitt opp alle disse bindingene, men du kommer ikke ut frigjort fra søvnen. På samme måte, i en samadhi-erfaring, er subjekt-objekt splittelsen blitt oppløst på noen måter. Slik at samadhi ikke kan ødelegge binding.

Selvet er nirvikalpa, fri fra enhver dualitet. Oppfatningen om at verden er forskjellig fra deg, subjektet, er hoveddualiteten. På grunn av dette ser du på deg selv som å være liten og ikke hva du egentlig er. Dette oppsettet er ikke godt nok for deg til å være en samsari (bundet til verden). Som i drøm er dualiteten av subjekt og objekt mithya. Selvet alene viser seg i formen av både subjektet og objektet. Det er virkelig ingen dualitet, slik som med gull som ikke blir mange fordi det er mange prydgjenstander. Derfor selv om du nå står overfor et objekt, er det ikke noe annet: Det er ikke-dualitet alene.

En må forstå klart at kunnskapen nirvikalpo ham er forskjellig fra nirvikalpa samadhi, som er sinnstilstanden, en erfaring. Aham nirvikalpah – Jeg er ikke-dualistisk er kunnskapen, som ødelegger konklusjonen. Jeg er underlagt dualitet. Bindingen satt opp av ignoranse kan bli gitt opp av kunnskapen over hva selvets natur er. Derfor er det blitt sagt at mumuksuta er ønsket om å gi opp ignoransen ved å erkjenne selvets natur. Et ønske om å bli fri er allerede forvandlet i ønsket om å vite. Og denne forvandlingen er absolutt nødvendig, fordi ønsket om å bli fri kan ta deg over hele verden uten at du er i nærheten over hva du søker etter. Men for begjæret å vite, fører deg til den passende læreren. Da er retningen i din gransking: Du går for kunnskapsmiddel med tiltro, mestring over sinnet, mestring over sansene og så videre. Ønsket om å være fri betyr også å ønske å negere kroppen, sinnet og så videre, i kjølvannet av kunnskapen. Slik at selv om du er med kroppen din eller med verden, skjer det ingen skade. Tanke er ikke noe mer enn et mareritt, negert som mithya.

Selv om dette brennende ønske om frihet er litt treg, blir den skarp med lærerens nåde. Lærerens nåde er i form av undervisningen, som tar vare på personens begrensninger og da blir det brennende ønske om frigjøring mer klart. Straks blir det mer og mer klart at også objektivitet øker, som gjør det brennende ønske for frihet mer klart. Vinningen av et er også vinningen av noe annet. Hvis en person lever et dharmisk liv, kan den personen ha mestring over sinnet og sansene og så videre, som kan gi personen sinnsro, men de i seg selv kan ikke produsere frihet. For frihet, er brennende ønske om frihet en veldig viktig kvalitet.

4. DE SEKS HOVED DISIPLINENE - JAMADISAKTA SAMPATTI

a) MESTRING OVER SINNET - DAMA

Du kan ikke kontrollere hva du tenker om fem minutter. Å forstå at de tankene som dukker opp ikke er deg er det samme som å mestre sinnet. Det betyr ikke å undertrykke, men lære å regulere, kanalisere og styre tanker for å unngå angst, stress og depresjon. Å lære er om eller fordype mer om gunstige – (kvaliteter/ energier) er viktig.

Vedaskriften er veldig praktisk. Den forteller deg at mestring av sansene ikke er veldig lett å oppnå; slik at den råder å praktisere mestring over sinnet. Mestring over sinnet er bare krevd når det er mangel på mestring av sansene. Derfor går de sammen. Mestring over sinnet har en underforstått betydning av vilje, mens derimot mestring av sansene har en underforstått betydning av modenhet og er oppnådd etter at en oppnår objektivitet. Din vilje er ikke involvert i å oppnå mestring av sansene.

Sinnet er veldig aktiv og vil ikke oppløse seg hele tiden; derfor er mestring av sansene ikke mulig hele tiden. Det er ikke noe galt med at sinnet er aktiv så lenge det er tilgjengelig for ens egne forpliktende jakt. Når mestring av sansene er borte, er mestring av sinnet viktig.

Selv moderne psykologi råder til mestring av sinnet. Den sier, hvis en har sinne, burde uttrykket av sinne ikke være upassende. Hvis du er sint på noen, kan du fortelle personen: Jeg er sint nå. Jeg vil snakke med deg senere. Men sinnet er fortsatt der. Så hva skal du gjøre med det? Du kan gå bort og slå gulvet med en pute eller skrive et brev hvor du uttrykker sinne og ødelegge brevet. Dette er mestring av sinnet.

Mestring av sinnet krever årvåkenhet og er rent viljebasert. Du må bruke din vilje til å mestre sinnet. Mestring av sinnet burde være der i alt: når du snakker, går, spiser, går rundt. Hvert uttrykk må være passende.

I den vestlige kulturen blir mestring av sinnet sett i sosial atferd. Det er så dominerende at samfunnet er veldig velordnet. Hele samfunnets orden er oppnådd av individuell selvdisciplin. Du gjør ikke ting som er upassende. Hvis det er en kø og hvis du prøver å snike i den, da er det manglende mestring av sinnet.

Mestring av sinnet er årvåkenhet. Når sinnet minner deg på å si noe upassende, så sier du ikke disse ordene. Du bearbeider følelsen. Å bearbeide følelsen er å snakke til noen eller skrive om det eller gjøre noe med det. Hvis du ikke gjør noe med det, vil det komme ut upassende.

9-Trinns Oppskrift for Effektiv Ledelse av Sinnet:

1. Ei sinnet ditt som hovedinstrument.
2. Avklar dine høyeste verdier ved å foreta en systematisk og grundig analyse av hele moralverdisettet ditt.
3. Ta ansvar for enhver erfaring du har. De kommer fra dine tanker og ikke fra verden.

4. Dine tanker/ følelser kommer ikke fra deg. De kommer fra de tre gunaene.
5. Overvåk enhver tanke og dens emosjon den produserer og se Guna bak tanken.
6. Diskriminer de vanlige emosjonelle tankemønstrene som tvinger deg til å handle mot dine høyeste verdier, som skaper smerte og lidelse.
7. Vurder dine daglige handlinger for å oppdag hvilke som ikke støtter dine høyeste verdier.
8. Forandre tankene og de handlingene disse produseres ved å velge nye tanker for ditt primære instrument. Bruk alltid karma yoga til enhver tanke, ord og handling.
9. Slapp av og stopp å bekymre deg siden ditt primære instrument automatisk tjener dine høyeste verdier i ditt daglige liv, uansett hva som utfolder seg.

Selvdisiplin

En disippel er en disiplinær person. Bhagavad Gita formaner om disiplin hyppig, spesielt i den første seksjonen. Du kan virkelig ikke oppnå noe viktig i livet uten en samsvarende anvendelse av energi, spesielt åndelige, fordi rajas villeder dine anstrengelser og tamasa forårsaker at en unngår å gjøre hva som er passende for å oppnå oppgitte formål. Det er alltid en kamp mellom konkurrerende begjær. Dette er bare en generell sannhet.

Når det gjelder frigjøring, kan manglende disiplin vanligvis skyldes manglende klarhet på hva du ønsker. Hvis du er veldig klar over hva du ønsker og ditt begjær til å få det er sterk, vil du ikke ha et disiplinproblem. For eksempel, har noen et disiplinproblem med referanse til å elske? Må du kontinuerlig dra sinnet ditt tilbake til emnet når du gjør det? Nei. Hvorfor? Fordi du virkelig ønsker det. Du liker hva du virkelig ønsker slik at du anvender sinnet ditt deretter.

Hvis ditt begjær for frigjøring er middelmådig, vil andre ting tiltrekke deg, underholdning for eksempel, og du vil ha uregelmessig utvikling som skyldes manglende disiplin. Det er ikke lurt å tvinge deg selv i å gjøre ditt arbeide bare fordi du ikke er disiplinert. Det er best å finne ut hvorfor det ikke er attraktivt for deg.

En ting som kan undergrave ens beslutning er et enkelt liv. Hvis livet er veldig bra og du er suksessrik i det du gjør, er det ikke mye drivkraft å gå for frigjøring. Tross alt, du ønsker bare frigjøring til å gjøre livet ditt bedre og hvis det er veldig bra, er det ikke mye drivkraft. Det kan vi kalle for å sitte fast i sattva. Hvis det kommer lidelser etter hvert vil det motivere deg til frigjøring.

Hvis du vet at du er fanget i maya, verden, er du fanget i maya? Ja, det er så enkelt. Mer enn en jakt kompliserer søken etter selvkunnskap. Hvis du handler ut sikkerheten eller sexvasana, bør du nyte det uten å unngå baksiden, og hvis du gransker bør du kontinuerlig minne deg selv på oppsiden. Det er egentlig ingen motsetning mellom forskjellig søken fra bevissthetens ståsted, din sanne natur. De fleste mennesker blir bare seriøs spirituelt sett når lidelsen er intens.

Den beste måten å håndtere vasanaer (inntrykk, tendenser, vaner) er å redusere dem sakte og sakte øke din meditasjon/ granskingstid. Du reduserer dem ved å kontinuerlig minne deg selv på ulempen iboende av søken etter verdslige ting. Samtidig er det ingen vits i å «synde» om du ikke nyter det.

JAPA MEDITASJON

Repetisjon av et mantra for en bestemt tidsperiode. Et eksempel er Om Namah Shivaya.

Bokstaven *ja* står for det som stopper fødsels- og dødssyklusen og bokstaven *pa* står for det som fjerner eller ødelegger all urenheter og blokkeringer. *Japa* er derfor et indirekte middel for frigjøring, moksa. Ved å ødelegge de forskjellige blokkeringer til kunnskap, baner Japa vei for frigjøring. Japa er mer enn bare en disiplin eller teknikk.

Tanker er uforutsigbare og vi vet ikke hva vi tenker om 5 minutter eller i morra på samme tid. Men med bevisst tenking, som med japa hvor en definitivt vet hva som kommer. Japa kan være et ord, en kort setning, en vedaseksjon. For å være japa må det bli repetert. Repetisjoner er også et nøkkelord i Vedantaundervisningen og å eksponere sinnet for selvkunnskap er det som fjerner ignoranse litt etter litt over tid.

Fordelen med repetisjoner er at du kan sette pris på mellomrommet til to tanker. Å repetere en gitt chant eliminerer eller unngår forbindelsen mellom to tanker, fordi den vi chanter er det ingen forbindelse. En chant er en fullstendig enhet i seg selv og en tanke er ikke forbundet til den andre tanken siden begge er den samme. Sinnsro og stillhet er det som skjer når det ikke er noe spesiell mellomrom til to tanker, som i mantrachanting. Fred eller sinnsro er naturlig og egentlig ikke noe vi oppnår. Om det er rastløshet i sinnet må vi jobbe en del. For fred eller sinnsro, hva er det vi skal gjøre?

Gjennom japa meditasjon er vi ikke interessert i manglende tanker, men i forståelse av tankens og stillhetens natur. I japa er tanken bevisst. Når tanken forsvinner, forstår jeg fraværet som stillhetens natur. Mellomrommet mellom chantene avslører vår sanne natur, bevissthet. Stillhet blir sett som en metafor for bevissthet.

I det 10ende kapittelet av Bhagavad Gita, sier Krishna at det er mange ritualformer og mange midler hvor Jeg er påkalt. «Men iblant ritualene er Jeg Japa». Krishna sier i formen av Det Totale Sinnet (Isvara) at Japa er noe av de mest effektive aktivitetene som finnes.

b) MESTRING OVER SANSENE - SAMA

En av de viktigste sanser som skal mestres er talekontroll. Tale er forbundet med ild elementet, som har med rajas å gjøre. Rajas er ønsker/ begjær, lengsler og aggresjon blant

annet. Å bare snakke for å snakke viser lav selvverd og når man er sint så klarer man ikke å prate på en fornuftig måte og her er det lurt å vente til man har roet seg ned.

Mestring av sansene er sinnets beslutsomhet. Når du oppnår en bestemt modenhet blir du mer objektiv. Det er en bestemt subjektivitet i hver person. I den grad du reduserer subjektiviteten, i samme grad er du objektiv. Det er enkelt for en objektiv person å tilpasse verden, mennesker og seg selv.

Mestring av sansene kommer fra objektivitet. Med mindre individets ego gjør opp regnskap med Det Totale Sinnet, er det veldig vanskelig for det å komme ut av dets subjektivitet. Og med mindre en kommer ut av den subjektiviteten, kan det ikke være objektivitet. Bare et objektivt sinn har mestring over sinnet.

c) EVNEN TIL Å TREKKE SEG VEKK FRA SANSE OBJEKTER – UPARAMA

Når du leser eller lytter til Vedanta så går du helhjertet for det og ikke tenker på å kjøpe mat eller andre ting på samme tid. Her handler det om å ikke være for utadvendt. Er du for utadvendt, vil du ha tendenser til å jakte etter noe der ute i verden og er ofte stresset for å nå sine mål. Du vil ikke være klar eller interessert for moksa - frigjøring om du er for utadvendt. Det handler om å ha karma yoga holdning: Passende holdning til det som skjer i verden og ikke være fiksert på resultater. Det betyr ikke at du skal bo i en hule i Himalaya og borte fra sivilisasjonen.

Frihet for sansen av eierskap - Uparati

I Vivekacudamani nevnes også ordet Uparati på lik linje som Uparama. Uparati betyr frihet for sansen av eierskap. Uparati er aham vrtteh, bahya-visaya-analambanam, som betyr å ikke lene seg på ytre objekter på den delen av egoet. Alambana er å lene seg på noe, slik at analambana er ikke å lene seg på noe. For aham-vrtti-ego, betyr å ikke å lene seg på ytre objekter er uparati. Men uparati betyr ikke å unngå verden. Når dine sansorganer er åpne har du vrttis, tankeformer, med referanse til din persepsjon. Når du åpner dine øyne ser du fjell, elver, mennesker, situasjoner. Du kommer ikke til å unngå dem. Selv om du er i en hule, vil du se hulen, flaggermusene og så videre, og når du kommer ut av hulen, vil verden vente på deg. Selv om du lukker igjen øynene og dekker ørene, vil du ikke unngå den ytre verden. Dine minner vil sette opp en ytre verden inni for deg. Slik at ingen kan unngå den ytre verden. Verden presenterer seg selv til deg i formen av mentale modifikasjoner enten ut av minne eller ut av persepsjon. Slik at verden kommer inn i ditt sinn. Du kan enten gå med disse tankene i sinnet ditt eller du trenger ikke å gå. Å ikke identifisere deg med tankene er hva som blir kalt for uparati.

Uparati med underforstått betydning betyr fravær av dette er mitt-oppfatning. Det

betyr at det er ingen vrtti slik som at dette er mitt hus, dette er min bil, dette er mitt uansett hva. Denne bindingen til noe skaper alle problemene. Ordet mama stammer fra aham-formen. Det er en tilbakegang på delen av ahankara når du erklærer noe som er ditt; eierskap gjør deg liten. Og sansen av eierskap er rent uvirkelig. Dette uvirkelige eierskapet begrenser deg virkelig til å være en liten person. Fordi hva du eier er veldig lite og hva du ikke eier er grenseløs. Selv om du eier hele jorden, eier du bare en liten flekk av det enorme universet. Slik at ved sansen av eierskap gjør du deg selv til en ubetydelig person, fordi på den ene siden av mynten er det eierskap og på den andre siden er det begrensning.

Sansen av eierskap er en begrenset faktor. Jeg ønsker å forstå at Jeg er det hele. Hvis mamatva, mitt-oppfatning er der, kan du ikke si at jeg er hel, fordi den begrenser deg til å bli liten. Mamatva styrker egoet. Enhver styrke en gir til egoet er ikke for dets beste. Derfor, for dette egoet, ikke len deg opp på ytre objekter er ikke noe annet enn mamatva-rahitya; mangel på mitt-oppfatning. Og det blir kalt for uparati.

d) OVERBÆRENHET - TITIKSA

Å være i stand til å takle livet og dets stressende sider og ikke være så påvirket av hva som skjer. Det vil si at man som regel ikke er oppgitt eller urolig. Men aksepterer at verden er slik den er med blanding av glede og sorg, velvære og smerte eller håp og skuffelser. Du kan ikke endre andre mennesker, bare deg selv. Det krever en porsjon tålmodighet og objektivitet. Modenhet er også et nøkkelord her, med andre ord.

Overbærenhet er sahanam sarva-duhkanam, å være objektiv mot situasjoner som forårsaker smerte. Duhka er fysisk eller følelsesmessig smerte, som kan bli forårsaket av spesifikke ytre situasjoner. Overbærenhet betyr ikke å tillate at smerte skal skje og leve med det. Med en gang du har tillatt smerte til å oppstå, må du leve med det; du har ingen valg. Men sahana betyr å være objektiv til situasjonene, som generelt sett forårsaker din smerte og som du ikke er i stand til å endre nå. Når du kan endre situasjonen til å gjøre det behagelig, endre på det; det er hva handling er for.

Objektivitet er kapasiteten å leve med ubehagelige og uunngåelige situasjoner uten bekymring. Med en gang du sier det er kaldt, er det veldig kaldt, vil sinnet fortsette. Ja, det er veldig kaldt. I denne kulden, hvem er det som kan bli varm? Det er vanskelig å bli varm. Dette er uten bekymring. Vilapa er å snakke om den vanskelige situasjonen og klage om det hele tiden. Overbærenhet er kapasiteten til å leve med vanskelige situasjoner uten å klage.

Overbærenhet er ikke et råd, som å ikke snakke til noen om dine vanskeligheter. Det er ikke poenget her. Hvis du ønsker å snakke og hvis det hjelper deg uten å komplisere problemet, er det bedre å snakke. Det er helt greit. Det er å bearbeide ditt problem. Men å klage er annerledes; Det er å klage om en ting eller noe annet hele tiden. Denne kla-

getendensen er noe som en må håndtere. Det er ingen råd involvert her. Overbærenhet beskriver hva slags sinn er nødvendig for å forstå selvet. Hvis du analyserer alle disse kvalifikasjonene skikkelig, vil du se at hver og en av dem har en bestemt plass i å beskrive det kvalifiserte sinnet.

Det er øye for øye situasjoner i ens liv, som påkaller hevngjerrig respons. De må en håndtere med objektivitet og medfølelse, uten pratikara. Pratikara er en mekanisk respons, en respons av gjengjeldelse uten overveieelse, en hevngjerrig handling til en som har gjort noe galt med deg, er pratikara. En overveid respons kommer fra forståelse og medfølelse er apratikara. Alle disse utgjør overbærenhet.

Hevngjerrig holdning gjør ikke en til en helgen. En helgen er en som er forpliktet til å ikke skade, en som kan se hva som er det gode i andre. En som ser bare dårlige sider av en person kommer ikke til å bli en helgen. En hellig person setter pris på hva som helst som er bra. For en hellig person alene er Vedanta en velsignelse. Når denne type hellighet er der, er det mulig å oppløse egoet ved å sette pris på ordenen, som er Det Totale Sinnet. Helligheten impliserer naturlig nok apratikara. Derfor i hellighet er der overbærenhet.

e) TILTRO TIL UNDERVISNINGEN OG TIL LÆREREN - SHRADDA

Tiltro til undervisningen og til læreren er en av de viktigste kvalifikasjonene. Å ha tiltro betyr å forgode noe - det ser man spesielt i India og er et land som tiltrekker mange spirituelle interesserte, nysgjerrige og åpne mennesker verden rundt. Å kultivere det å ha tiltro på vedaskriftene, undervisningen og læreren er essensielt. Det er ikke blind tro, men at man gransker metodikken til Vedanta slik som den presenteres. Du har tiltro til læreren og skriftene til du gransker selv om det er noe i dette og om det er noe i Vedanta ikke-dualitetsvisjonen om hvem du er, virkeligheten er og hvordan bli permanent fri.

Vedanta (skriftene) sier at det ikke er noe galt med deg og at ignoranse ikke er din feil. Du er som du er og verden er som den er. Det er ingen sin skyld i det egentlig. Det er naturlig å ha tvil om noe og her er det kvalifiserte lærere eller veiledere kommer inn i bildet, som kan vise en hvordan fjerne tvilen.

Du vil ikke være lenge i Vedanta om du ikke har tiltro til undervisningen og til læreren. Da vil du ikke nå målet om moksha.

Fra Vivekacudamani av Adi Shankaracharya – vers 15

sastrasya guruvakyasya satyabuddhyavadharana
sa sraddha kathita sabdhih yaya vastupalabhyate

- Den overbevisningen om at skriften og lærerens ord er sann sies å være sraddha (tiltro) av de vise, av hvor sannheten er kjent.

Sraddha betyr tiltro. Dette ordet uttrykker ikke fullt ut betydningen av sraddha. Sraddha er definert som sastrasya guruvakyasya satyabuddhi-avadharana. Avadharana betyr forsikring, overbevisning eller forpliktelse. Satya-buddhi betyr et intellekt, som ser dette er sant. En dette-er-sann holdning mot ordene av de vediske skriftene så vel som en lærer blir kalt for sraddha.

Skriften sier at Du er Selv/ Bevissthet (Brahman). Du kan si at denne setningen er sann bare når du vet. Før du vet, kan du ikke si at den er sann. Igjen er det også en konklusjon om deg selv, som står diametralt i motsetning til hva som er sagt av vedaskriften. Du vet godt at du er dødelig, ubetydelig vesen uansett på måten du ser deg selv på, med tanke på kunnskap, kraft, helse, tilstedeværelse, innflytelse, finner du ut at du er ubetydelig. Nå er du fortalt av vedaskriften at du er hel, du er bevissthet og Det Totale Sinnet. Det er altfor mye. Det er egentlig blasfemisk.

Individet har veldig lite kunnskap. Han er nesten ignorant av alt og blir fortalt, at du er allvitende og allmektig. Hvordan kan jeg være allmektig? Jeg kan ikke en gang løfte en stor stein. Insektene tar meg hele tiden selv om jeg prøver å unngå dem. Hva vedaskriften sier er akkurat motsatt av det Jeg er. En begrenset person er fortalt at den er grenseløs. En person som tenker, jeg er skapt, er fortalt at du er årsaken til alt. Vedaskriftens visjon er diametralt i motsetning til min visjon om meg selv.

Det er fint å høre noen ganger at Jeg er bevissthet/selv. Det er nesten som at noen forteller deg at du er landets konge. Det er fint å høre det. Men det er en usann erklæring. Og en usann erklæring, selv hvor flatterende det er, kan ikke bli akseptert av meg. Slik at jeg kan ikke akseptere erklæringen, Jeg er Bevissthet/Selv. Jeg vet veldig godt om mine begrensninger, men i vedaskriftens visjon er jeg Det Totale Sinnet, vi er den vi søker etter. Den visjonen kan jeg ikke akseptere. Jeg går til en guru, som forstår vedaskriften og han bekrefter hva vedaskriften sier. I denne situasjonen trenger jeg tiltro til å akseptere vedaskriftens visjon om meg. Det er akkurat motsatt av hva jeg tror jeg er. Når det er akkurat det motsatte av hva jeg tenker jeg er, krever det definitivt ikke bare vanlig tiltro; Jeg gjør passende anstrengelse til å forstå at vedaskriftens ord er sanne, og ikke bare mine meninger om meg selv. Det er tiltro (sraddha).

En god lærer kan skape den tiltroen. Ved å gi deg nok argumenter basert på dine egne erfaringer, kan han peke på at dine konklusjoner om deg selv er feil. Han kan vise deg din egen lykkeerfaring, som grunnlaget for hva som er sagt, at du er det hele; Til tross for at du er liten, ser du deg selv som en fri person i de øyeblikkene når du er lykkelig. Det betyr at det er en annen versjon av deg selv, som er diametralt i motsetning til hva du tenker du er. Og denne versjonen er også ønskelig. Jeg er en person med ønsker, er en versjon av deg selv. Jeg er ikke en person som ønsker seg noe, fordi jeg er lykkelig. Å være en som ønsker da kan jeg ikke være lykkelig, er en annen versjon av deg selv. Den sistnevnte versjonen kan være grunnlaget for å ha tiltro til hva vedaskriften sier.

Tiltro alene er vurdert som den viktigste tingen i det å oppnå denne kunnskapen. Hvis

tiltroen er der, kan alt annet, inkludert brennende ønske for frigjøring, bli oppnådd. Vedaskriften sier at den som har kjennskap til bevissthet oppnår det ultimate. Dette i seg selv skaper brennende ønske for frigjøring i deg, hvis tiltroen er der. Hvis tiltroen ikke er der, vil din tilnærmelse til vedaskriften være akademisk. Når du har tiltro, selv om du skal studere grammatikk, logikk og så videre, er din jakt ikke-akademisk. Selv om du studerer filosofi og så videre, i universitetet eller hvor som helst, er det fortsatt ikke-akademisk når du har tiltro. Men uten tiltro, selv om du studerer Vedanta med en lærer, er det bare akademisk. Hvem som helst som studerer vedaskriften med tiltro er en med brennende ønske for frigjøring, uansett hvor han studerer.

En kan oppdage tillit bare ved å forstå, med unntak av ord, at det er ingen andre kunnskapsmidler tilgjengelig for å erkjenne selvet som grenseløs bevissthet. Forståelsen på din side er at det er et epistemologisk problem: Det er ikke et problem å forvandle selvet til grenseløs bevissthet. Selvet har alltid vært grenseløs bevissthet. Den må erkjennes som den. Til dette krever et passende kunnskapsmiddel. Det er ikke for ønsket om at selvet skal bli grenseløs eksistens eller bevissthet, det vet du ikke. Det er for ønske om et kunnskapsmiddel. Og det kunnskapsmiddelet er ikke tilgjengelig med meg; Det er det vedaskriften som er.

En kan ha et spørsmål her: Stemmer det at ordene gir bare indirekte kunnskap? Generelt sett forårsaker ordene indirekte kunnskap av en ting; men når de er snakket om en ting som er allerede innlysende, gir de direkte kunnskap. I forbindelse med selvkunnskap er ikke tro nødvendig, fordi selvinnslysende selvet er tilstede hele tiden. Jeg er der allerede, det finnes ingen tid hvor jeg ikke er, og siden jeg er grenseløs eksistens bevissthet. Slik at når nødvendig kontekst allerede er blitt skapt for at erklæringen skal være effektiv og du er fortalt at du er grenseløs bevissthet, burde kunnskapen være umiddelbar.

Derfor forårsaker ordene direkte kunnskap. Tiltro er en sinnstilstand hvor du er oppmerksom og forstår hva som er blitt formidlet, hva som er blitt kommunisert. Hvis det er mangel på forståelse eller hvis du ikke forstår hva som er blitt sagt, avviser du ikke undervisningen. Istedenfor stiller du spørsmål ved din forståelse helt til du forstår klart hva som er blitt sagt. Men det er en fare involvert her. Hvis undervisningen er skikkelig, er det ikke noe problem. Men hvis undervisningen ikke er skikkelig og hele metodikken er feil, da blir tiltro en binding. Den blir en blind tro.

Tiltro er ikke et kunnskapsmiddel. Hvis tiltro er der, vil vedaskriftmiddelet alene fungere veldig bra. I skriften har vi en erklæring:

acaryavan puruso veda – Den som har en lærer vet (Chandogyaopanishad 6-14-2)
Ordet acaryavan impliserer tiltro. Du velger din lærer på grunn av tiltro. Slik at tiltro og vedaskriften ikke er to kunnskapsmidler. Men uten tiltro, vil kunnskapsmiddel som skriften er ikke fungere; derfor er det blitt sagt, yaya (sraddhaya) vastu upalabhyate. Ordet sraddhaya er instrumental, som avslører viktigheten av en spesifikk sinnstilstand. Den peker ut en innstilling med referanse til kunnskapsmiddel. Konstateringen om at bare vedisk kunnskapsmiddel vil gi kunnskap, introduserer tiltro.

Med en gang fakta er kjent, har du en bestemt holdning. Du vet at en kan kjøpe noe for penger: slik at du har en bestemt holdning mot det. Et barn vet ikke at en kan kjøpe for penger. For det er det bare et papir. Men med en gang det kjenner til pengeverdien og dens kjøpekraft: har det fått en kunnskap som er svært godt assimilert. Da har det en passende holdning til penger.

Bare hvis forståelse om at vedaskriften er et kunnskapsmiddel (pramana-niscaya), har funnet sted, da er det en bestemt sinnstilstand og den er tiltro. Men hvis vedaskriften ikke blir sett på som kunnskapsmiddel er den bare en bok, og hva den sier blir en teori. Den kan være rett eller galt, når den er en teori. For å få teorien til å fungere, må du plukke opp andre midler, og for å validere at du trenger noen andre midler: går du inn i et tilbakefall.

Vedanta er en undervisningstradisjon og tradisjonen ser på den som et kunnskapsmiddel. Enten aksepterer du det som et kunnskapsmiddel eller ikke. Valideringen av et uavhengig kunnskapsmiddel er ikke bevist av andre kunnskapsmidler. Øynene ser og ørene hører. Bare ørene må bevise hva de hører eller ikke. Øyne har ingen tilgang til å bevise om ørene hører eller ikke. På samme måte, om Vedanta virker eller ikke, bare Vedanta må bevise det, ikke noe annet. Derfor, å se på Vedanta som et kunnskapsmiddel, setter deg i en sinnstilstand som blir kalt for tiltro. Med denne tiltroen oppnår en kunnskapen om at selvet er Brahman, grenseløs eksistens bevissthet.

Det er derfor Bhagavad Gita sier, sraddavan labhate jnanam – den ene som har tiltro oppnår kunnskap (Bhagavad Gita 4-39).

f) KONSENTRASJON - SAMADHANA

Kjærlighet til kunnskap er en viktig motivasjon for frigjøring. På kort sikt kan målet være å skape familie og finne seg en jobb for å tjene penger. Den eneste virkelige suksessen i livet er å oppdage at du er fullstendig, hel, komplett, og fri (Selv/ bevissthet) En viktig kvalifikasjon for å unngå multitasking er å være konsentrert om en ting av gangen på kort og lengre sikt. Hvis frigjøring er hovedfokus i livet så vil konsentrasjonen komme av seg selv, men hvis ikke så vil man slite med motivasjon, lyst og vilje. Og er fokusert på andre mål. Her kommer evnen til å se bak hver begjær, ønsker, mål og så videre.

Selvgransking krever at man er fokusert og konsentrert både på kort og lang sikt - moksa er det ultimate målet på lang sikt, som er frigjøring.

Konsentrasjon er alltid å være i intellektet og hvert atferd i grenseløs bevissthet, som er ren: Den er verken årsak eller virkning; Den er ikke underordnet til liker og misliker; det er ikke underordnet til god eller dårlig karma; ikke desto mindre til sansen for handlingen eller sansen for nyteren.

Å plassere intellektet i grenseløs bevissthet er et billedlig uttrykk og burde bli passende forstått. Det er ikke som å plassere en bok på et bord. Det betyr at selvgranskingsobjektet av intellektet er grenseløs bevissthet. Annenhver bekymring finner en løsning i denne forpliktete gransking. Ikke noe annet har noe verdi som er verdig av ens bekymring eller jakt.

5. HENGIVENHET - BHAKTI

Hengivenhet er kjærlighet til sannhet og kunnskap. Det betyr at din emosjonelle kraft er virkelig med deg når du ønsker frigjøring (frihet). Hengivenhet er stødig, dyp, kjenner ikke til smerte og klarer å takle alt i livet.

Å be bønnen til symboler av selvet (Ganesh=Elefantguden, Shiva, Krishna eller hva det skal være - trenger ikke være indiske symboler for Selvet). Hengivenhet har også med kjærlighet til alle levende vesener (natur, dyr, mennesker) og til skapelsen/ upersonlig skaper. Når man har kjærlighet til noe eller elsker noen, er det jo egentlig egenkjærlighet til seg selv det handler om. Det er den sterkeste kjærligheten som er. Ubetinget kjærlighet er jo også vår natur og ikke bare at vi er selve grenseløse bevisstheten og eksistensen (Sat-Chit-Ananda på sanskrit).

Å ha karma yoga-holdning vil si at du dedikerer alle handlinger til Gud/ Isvara/ Upersonlig Skaper/ Dharma-feltet/ Det Totale/ Universet. Du er takknemlig for både gode og dårlige opplevelser. Går bakenfor det du liker eller misliker. Upasana yoga har med å meditere på Gud/ Isvara for mental disiplin og integrering. Kunnskaps yoga er den største hengivenheten, fordi det har med å vise oss at vi ikke er separert fra Gud - og å oppdage seg selv har med Gudoppdagelse å gjøre. Definisjoner av hva Gud er også essensielt. Kort fortalt er Gud - Makrokosmisk kausalkropp - det manifesterte og umanifesterte i alt som eksisterer i verden - Gud er tilrettelegger til alt som skjer, men Gud/ Isvara identifiserer seg ikke med det som skjer i verden på samme måte som et spindelweb kommer fra edderkoppen (Gud), lages av edderkoppen, avhenger av edderkoppen, men er ikke selve edderkoppen. Og resultater i verden er påvirket av ulike fysiske, psykologiske og andre lover. Det tjener helheten selv om det ikke er lett å se det. Å akseptere det er også en karma yoga holdning.

Emnet kjærlighet og bhakti utdyper jeg mer i siste del 12 i dette kapittelet – Å Være En Vis Person, Frigjøring og Kjærlighetens natur. Samt i kapittel 7 hvor emner som kjærlighet, forhold og selvrespekt blant annet er inkludert.

6. Å FØLGE - VÆRE MIN SANNE NATUR - SVADHARMA

Verden trengs ikke å fikses på. Du kan bare fikse deg selv. Verden tar vare på seg selv jamfør Isvara - Gud - Dharmafeltet har ulike fysiske, psykologiske og universelle orden eller lover den følger, som er dedikert til å tjene helheten. Til det beste for helheten. Når

du forstår det store bildet i verden, forstår du også at verden ikke trengs å reddes eller fikses på. Det gode og dårlige ting som skjer. Det tjener helheten som det skal.

Fokuser på din sanne natur eller livsvei. Du forstår når du gjør noe du virkelig liker å gjøre. Alle har ulik natur og ingen vil egentlig gjøre de samme tingene eller jobbene. Problemet i verden er at mange har ulike idealer man ser opp til og ønsker å kopiere dem. Da følger man jo ikke sin egen sanne natur eller svadharma. Noen vil være Moder Theresa, Buddha, Jesus, Quan Yin eller hvem det skal være som man ser opp til i verden.

Det er ikke alltid sånn at man skal like alt man skal gjøre som er naturlig for deg selv og der du er på din vei i livet. Livet er fullt av overraskende vendinger og det handler om å akseptere og gjøre det beste ut av det der og da.

Disse kvalifikasjonene hjelper deg til å være klar for undervisningen i karma yoga ånd/holdning. Guds nåde vil si at Gud tar helheten i betraktning i hvem som blir opplyst eller ikke (selv om vi alle er det i utgangspunktet). Det innebærer å gi tilbake noe til verden, tjene verden utifra der det er naturlig og gjennom din sanne natur. Ikke bare egen individuelle opplysthet, som gjelder når selvkunnskap er stødig integrert i deg. Den tjener også helheten (verden).

Å følge sin egen livsvei og Natur - Svadharma

Kraften til å holde på sin egen natur/ livsvei (svadharma på sanskrit). Det betyr at du ikke lengre prøver å fikse på verden, deg selv eller en annen person. De fleste i verden ønsker at dem selv, verden og alle andre er forskjellig fra det de er og en føler seg dydig. En av baksidene ved dyder, ønske om å gjøre verden til et bedre sted, fordi en skal føle seg bedre eller føle seg mer fullstendig.

Å gjøre en forskjell er det veldig mange som er opptatt av. Vedanta sier at en bør stoppe å gjøre en forskjell, fordi du prøver å fikse på verden, deg selv og andre mennesker. Fordi det er ikke noe galt med deg selv eller verden. Det er ikke noe galt med den personen du tror du er. Du er verken en dårlig eller god person. Du er en person. Du har ikke skapt denne personen. Du er ikke ansvarlig for dette. Du er ansvarlig for å akseptere denne personen. Det er alt du kan gjøre.

Den personen du liker eller misliker er gitt deg. Det er et problem når man ikke liker den personen man er. Svadharma (min natur) betyr at jeg har akseptert den personen jeg er. I den spirituelle verden snakker en om å overskride eller ødelegge den personen. Du må dra til en høyere tilstand og stoppe å tenke. De sier at denne personen er ditt problem. Flere guruer eller spirituelle ledere som tjener en del penger på denne tanken om at det er noe galt med deg. Vedanta sier det motsatte: Det er ikke noe galt med deg og den personen du er gitt. Problemet er at du ikke liker den eller ikke.

Hva er poenget med å like eller mislike personen? Det har ikke noe med den vi egentlig er. Jeg har ikke valgt denne personen med sine kvaliteter. Jeg kan bare akseptere den. Det er hva svadharma (min natur) er. En objektiv, klar og moden holdning. Å akseptere meg selv er også kjærlighet.

Å følge og være min sanne natur - Svadharma

Dharmafeltet styres av Isvara, som er Det Totale Sinnet, og Det Totale Sinnet trenger ingen andres hjelp. Gunaene er upersonlige krefter, som alltid er i funksjon og tilstede i det makrokosmiske sinnet. Gunas er bare fraværende for det tilsynelatende individet i dyp søvn og nirvikalpa samadhi. Det Totale Sinnet tar alltid vare på alle individenes karma: som blir kalt for Isvara srsti. Når selvkunnskap fjerner ignoransen av din virkelige natur, som avslører den til å bli selvet, som ikke lengre er fortryllet av ignoranse, ren bevissthet. Da vil du stoppe å forvirre din personlige skapelse, jiva srsti, med Det Totale Sinnet sin. Du vil bli objektiv. Du vil da se at det er ingenting galt med deg eller det totale. Du vil se perfektjonen i alle ting, selv om du ikke forstår dem. Denne troen som du har er en sterk buddhistisk overbevisning om at det er noe galt med verden, at den burde være forskjellige fra den er, og at individet må gjøre noe for å perfektjonere seg selv og med en gang individet er perfektjonert, må den jobbe for å få ting bedre. Dette trossystemet er for karmis, mennesker som tror de er handletere. Disse karmis er alltid utilfredse mennesker. Det er derfor de ønsker å endre på ting.

Å gjøre det som er passende til din natur

Svadharma betyr selvdharma. I bunn og grunn betyr det å gjøre din oppgave til deg selv. Den kan referere til din essensielle natur, grenseløs bevissthet eller det kan referere til din ikke-essensielle natur, personen du tror du er. I konteksten av diskusjonen om kvalifikasjoner betyr det å gjøre din oppgave til personen du tror du er. Hvis du ikke tar vare på personen, vil du aldri realisere hvem du virkelig er.

Den andre betydningen av svadharma betyr å ikke leve opp til et ideal. Mennesker imiterer rollemodeller. Verdslige damer, antar jeg, vil ønske å være Angelina Jolie og menn vil være som Brad Pitt. Spirituelle mennesker prøver å bli som Dalai Lama, Ramanas og Amachis av den spirituelle verden. Det er en stor feil å prøve bli noe annet enn hva du er.

Når du ikke vet at du er hel og fullstendig handlingsløs bevissthet, vil du enten at dine situasjoner skal være annerledes eller du vil ønske å være annerledes. Å forstå, at hvis du visste hvem du virkelig var, ville du ikke har gjort hva du gjorde og tilgi deg selv. Ignoranse, ikke deg, har skylden. Å forstå dette gjør tilgivelse mulig. Deretter forvandle begjæret til å være annerledes, til et begjær til å vite hvem du er, siden du er ren og perfekt og ikke i stand til å gjøre skadelige handlinger.

Vi ankommer programmert med en spesifikk natur. Etter de grunnleggende biologiske tingene er ordnet, differensierer vi til forskjellige typer. Skapelsen i seg selv er et enormt og komplekst intelligent utviklet program, som krever bidragene av mange miniprogrammer eller vesener. Verden trenger tenkere, kunstnere, finansmennesker, vitenskapsmenn, arbeidere, helgener, kriminelle, idrettsutøvere, musikere, krigere, politikere, bønder, ledere, administratorer, regnskapsførere og så videre. Planter og dyr følger deres programmer trofast og mennesker er forventet til også å følge deres. Hvis de ikke gjør det, lider de.

Imidlertid, på grunn av et selvgranskende intellekt, er begjærene og fryktene, som selvignoranse skaper, er ikke menneskesinnene alltid i harmoni med deres relative natur. I gamle dager var det ikke vanskelig å finne ut hva du skulle gjøre. Dine handlinger var mer eller mindre avgjort av sosialøkonomiske faktorer. Din far var baker, og du ble en baker. Men med ankomsten av teknologi og global velstand er det ikke alltid klart hva virkeligheten krever, fordi valgene virker å være grenseløse. For å være sikker, finnes det mennesker som føler tilbøyelighet til en spesifikk vei fra barndom og blindt følger deres drøm. Hva som skulle ha blitt gjort er ikke et emne for dem, fordi de er overdrevent målbevisst til deres programmer.

Å gjøre hva som helst som måtte gjøres på en gitt plass og i en gitt situasjon, uansett om du liker det eller ikke er svadharma. For eksempel, er det en feil å overstyre din svadharma på grunn av behovet for sikkerhet. Å ta en usunn jobb for å betale husleien er ikke alltid den best tenkelige handlemåten. Noen ganger er det passende å løse sikkerhet relatert til konflikter ved å ta sjanser i karma yoga ånd. Karma yoga er den beste måten å kvalifisere for frigjøring uavhengig av aktivitetstypen du utfører.

Gjennom dharma yoga mestrer vi våre liker og misliker. Å gjøre det vi liker er ikke alltid passende og unngå hva vi ikke liker er ikke alltid passende heller. Å frigjøre seg fra grepet av dine liker og misliker trenger du å gjøre hva situasjonen krever og unngå å gjøre ting som ikke er krevd. Å utøve denne forståelsen i hver situasjon bygger selv-følelsen. Den gir deg kraft og får deg til å føle deg suksessrik, fordi du har gjort hva som er riktig, ikke bare hva som er forventet. Kampen er over når du står opp til dine begjær og frykter.

Verden Trenger Ingen Fiksing

Bhagavad Gita, en av de tre steinpilarene av Vedanta undervisningen, kanskje den viktigste, kommer med en viktig uttalelse. Den sier at det å gjøre oppgaven til en annen er farefullt; det er bedre å gjøre en tredje-classes jobb hvor du passer på deg selv enn en første-classes jobb ved å passe på andre. Alle vil se bra ut i øynene på samfunnet og samfunnet definerer dyd, som å gjøre en forskjell. Det er en varm og tåkete ide, som ofte fører til skade siden det er et forfengelig forsøk å kontrollere og manipulere livene av andre ifølge din ide av hva som er bra for dem. De fleste av oss er undervist om at det er

nobelt å ofre for andre. Men siden andre følger deres egne natur uavhengig av våre ønsker når alt kommer til alt, er det rart at vi føler frustrert, sint og bitter?

Det er kanskje nytt for deg, men vi er ikke her for å redde verden. Verden er perfekt som den er. Det gode og det onde tjener bevissthet perfekt. Når du forstår det store bildet (helheten) vil du roe ned og passe ordentlig på deg selv. Men når du har en spesiell forfengelig at du vet best, som er egentlig født ut av sansen av underlegenhet og opplever deg selv å hjelpe noen andre, gjør du egentlig ingen tjeneste, fordi du skaper en avhengig person. Nummer en spirituell verdi er selvstendighet. Hvis du gjør tenkingen for andre og passer på deres liv, vil de ikke utvikle seg. Det betyr ikke at berettigete og sporadiske krav om å hjelpe ikke burde bli gledelig respondert på eller at det ikke er plikten av foreldrene å forme livene til deres barn med kjærlighet og gode verdier. Imidlertid i konteksten av jakten for frigjøring, burde du ideelt sett unngå forhold som krever kontinuerlig tjeneste, hvis ikke det er din natur å tjene, et emne hvor vi vil overveie å presentere.

Et utdrag fra den talen Nelson Mandela hadde ved hans innsettelse som president, som snakker til svadharma og å leve som Selvet:

«Våres dypeste frykt er ikke at vi er utilstrekkelige. Vår dypeste frykt er at vi er kraftfull bakenfor det som er mulig å måle. Det er vårt lys, og ikke vårt mørke, som de fleste frykter. Vi spør oss selv, Hvem er jeg som er briljant, vakker, talentfull og strålende? Egentlig, hvem er du egentlig ikke? Du er Guds barn. Å spille små tjener ikke verden. Det er ikke noe opplysende ved å krympe slik at andre mennesker ikke vil føle usikkerhet rundt deg. Vi er alle ment å skinne, som barn gjør. Vi var født til å manifestere Guds hyllest som er inni oss. Det er ikke bare i noen av oss, det er i alle. Og når vi lar vårt eget lys skinne, gir vi ubevisst andre mennesker tillatelse til å gjøre det samme. Siden vi er frigjorte fra vår egen frykt, frigjør automatisk vår tilstedeværelse andre.»

Vi tjener ikke noen ved å være engstelig, liten og redd. Ha mot til å stå oppreist som det vakre vesenet du er, spesielt når livet gjør det vanskelig for individet.

Et av menneskehetens mest viktige dokument er Bhagavad Gita, som er en skrift om dharma, hvordan leve i harmoni med ens indre natur og universelle verdier, som opererer i verden (dharma-feltet). Et liv, som er i samsvar med dharma, som ikke er noe forskjellige fra Gud, som er forordner av fysiske, psykologiske, spirituelle og moralske lover i dharma-feltet/ verden. Et liv hvor en er kapabel til å sette seg selv fri fra sans av ufullstendighet og utilstrekkelighet, som fortryller alle mennesker.

Hvis du ikke følger det du er programmert til vil du aldri bli selvrealisert. Å følge dine oppgaver og det du er programmert til i verden fører til et fredfullt sinn. I spirituelle kretser er det mange som vet hva selvet/ bevissthet er, men de er i konflikt med andre og verden. De lider fordi de går imot deres dharma for eksempel med tanke på forhold, som ikke tjener dem eller de gjør noe de gjør for å følge et ideal eller som gir dem ekstra oppmerksomhet.

I Bhagavad Gita sa Krishna (i rolle som Selvet eller Det Totale Sinnet) til Arjuna at han måtte gå i krig med sin destruktive og onde fetter pluss andre som var i hans familie. Stå opp og kjemp! Det var Arjunas svadharma natur og livsvei. Men Arjuna ønsket ikke i utgangspunktet dette.»

Våg Å Være Deg Selv - Og hvorfor Livet ditt ikke vil Fungere om du ikke gjør det

En av de største tragediene i livet og en kilde til mye lidelse er den enkle faktum at mange er så koblet fra hvem vi egentlig er. Hver og en av oss er essensielt det samme. Vi er alle Selvet, ren, grenseløs bevissthet. Denne bevissthet uttrykker seg i unike konfigurasjoner for hver og en av oss. Vi har alle vår egne psykologiske, mentale, følelsesmessige og spirituelle forfatninger basert på utallige faktorer.

Lidelse er uunngåelig om vi ikke er sann mot vår natur. Når vi ikke lever i harmoni med vår egen natur, med vår dharma, går vi på akkord med oss selv og vår integritet. Vi lever uautentiske liv hvor alt vi gjør er å handle ut ifra manuskriptet programmert i oss av andre. Vi blir koblet fra oss selv. Når dette skjer, det gjør ikke noe hva vi gjør i livet og hva vi jakter etter (berømmelse, rikdom, romantikk og så videre) vil vi aldri føle oss fullstendig.

Lykke kan bare komme fra å leve autentisk og følge ens egen natur. Å gjøre dette, må vi våge å være den vi er og gjøre hva som gjør oss levende.

I Vedanta blir dette kalt for svadharma. Vi har alle vår egen svadharma, vår egen spesifikke natur. Det er vår oppgave å være den vi er og følge den naturen. Dharma er bygget inn i oss. Det er programmert på forhånd. Det er en del av «fabrikkinnstillingene».

Vi lærer når vi er ung at vi ikke er gode nok på den måten vi er. Og for å bli elsket og akseptert må vi oppføre oss på spesifikke måter. Det er en av hovedgrunnene til at vi strever med å realisere vår egen identitet. Vi lever i en kultur som setter individualisme på pidestallen og på samme tid krever likhet. Du er blitt gitt en liten del av roller du kan velge fra, en katalog av karikatur-lignende identiteter.

Dette kan bli en felle. Du ender opp med å identifisere deg med disse rollene og stereotypene. Du glemmer at de bare er masker. Videre når du adopterer en personlighet som ikke er i tråd med din egen natur, blir du frustrert og uoppfyllt. Det er noe som gnager inni deg, fordi på et nivå vet du at du ikke er autentisk.

Lykke er umulig når du ikke lever autentisk. Å leve autentisk til å være deg selv er å oppfylle din egen dharma. Det krever mot. Det er ingen tvil om det. Det er alltid mennesker som ønsker å slå deg ned. Systemet (samfunnet) liker ikke mennesker som går imot det

som er normalt eller vanlig. Mange mennesker har samme atferd og tenker noenlunde det samme. Hvor mye er atferden vår autentisk og hvor mye er bare preget respons?

Du blir hul innvendig når du ikke er autentisk. Hvordan blir vi oss selv, vår natur? Vi er allerede oss selv. Vi trenger å stille spørsmål hvorvidt våre liv og våre handlinger og ord er et nøyaktig uttrykk av hvem vi er.

Å leve autentisk er å leve fra hjertet å vite hva som er viktig for oss, hva vi elsker og hva som gir oss glede, og å uttrykke det på alle måter vi kan.

Hvis vi ønsker å være fri, må måten vi velger å leve på være virkelig, umiddelbar, sunn og levende. Det må komme fra hjertet. Og noen ganger ved å være autentisk må vi utfordre antakelsene av samfunnet og de rundt oss.

Det betyr ikke at vi skal oppføre oss uansvarlig og uten å tenke på andre.

Når vi følger vår dharma, er vi naturlig på linje med universell dharma, som er innebygget, iboende sans av riktig og galt. En av de viktige universelle dharmar eller verdier er ikke-skade på andre.

Hvis du ofte skader andre mennesker med dine ord og handlinger er du ikke tro mot deg selv og er bare en idiot. Det betyr ikke at du ikke kan stå opp for deg selv og utfordre mennesker av og til. Men det kan bli gjort med vennlighet og ikke-skade.

Å møte ondskap - adharmiske krefter i verden og elske både det gode og det onde

Dharma er Det Totale Sinnet, som fungerer gjennom skapelseslover, som sørger for den harmoniske Skapelsesfunksjonen. Som all annen organisme, fungerer hele universet ifølge en iboende, innebygget homeostase. Hvis det er noe som forstyrrer denne homeostasen og bringer fare til skapelsen er det adharmisk, som går mot dharma. Dharma er bygget inn i alle skapninger og er ikke noe vi generelt sett trenger å jobbe hardt å finne ut av. Å leve i et adharmisk samfunn kan gjøre det betydelig hardere, fordi vi har en tendens til å innlemme forvrengte verdier og feilaktige trossystemer.

På dette nivået, ondskap er ondskap og er noe som må bli utfordret. Bhagavad Gita er ikke bare en frigjøringskrift, men også en dharmaskrift. Krishna forteller ikke Arjuna å henge opp hans bue og skjelve og synge Kumbaya med Duryodhana. Han forteller Arjuna at som en kriger, er det hans plikt å kjempe og slakte hans fiende og opprettholde dharma. Det vil bli en brutal og blodig krig. Dharma må komme foran frigjøring, som er derfor dharma er grunnlaget av Gita og hvorfor vi kaller det for dharmafeltet. Dharma trenger å bli beskyttet av overveldende adharmar: Ellers vil samfunnet falle inn i kaos og det vil bli ingen igjen til å oppnå frigjøring. Dharma er derfor grunnfjellet.

Det kan bli vanskelig å leve i et samfunn, som opererer med ganske mye adharmiske måter. Å ta passende og relevante handlinger hvor en kan hjelpe med problemer er en slags plikt en har som verdensborger. Vi har alle et ansvar å bidra positivt til samfunnet på en eller annen måte.

En person sin svadharma varierer selvfølgelig. Ingen er født som en kriger, som Arjuna. Svadharma for noen av oss vil håndtere verdens galskap ved først å håndtere galskapen i vårt sinn. Og bringe fred til verden med frigjøring av våre sinn. Ingen av oss er skilt fra andre og fra samfunnet rundt oss. Vi bidrar på vår egen måte og forsikrer oss om at våre bidrag er av positiv art.

Å følge Dharma og bidrag til verden

Dharma bør alltid komme først. Dharma blir kalt for beskytter, fordi når vi ærer dharma, ærer vi Det Totale Sinnet, Den naturlige Skapelsesorden. Vi bidrar til Skapelsen istedenfor å hemme den.

Dharma gjelder alt inkludert forhold. Undervisningen om å ikke avlede vår lykke fra objekter, betyr ikke at vi bare bør blindt akseptere hva som er der. Diskriminasjon (skjelneevne) er også viktig. Kanskje noen forhold kanskje trenger litt arbeide, bedre kommunikasjon, ærlighet og så videre. Andre forhold er kanskje umulig å reparere og dharma i slike forhold bør avsluttes og at en kommer seg videre.

Lidelse er vanligvis et tegn på at en går imot dharma på en eller annen måte. Det kan være at vi er sammen med en person, som ikke er bra for oss eller underlagt oss selv til situasjoner eller miljø som ikke er gunstig for vår velvære.

Dharma bør styre oss. For mange mennesker er det ikke slik. Vi er opplært til alltid å appellere til våre begjær og impuls. På grunn av selvignoranse, realiserer vi ikke at lykke og helhet er vår natur, slik at vi starter å jakte etter den utenfor oss selv og vi kan bli ganske villig til å overtre alle slags dharma til å gjøre det.

Svadharma - Vi spiller forskjellige roller i vårt samfunn for å opprettholde verdier, stabilitet og orden i samfunnet

Dharma er et nyansert emne. Ordet dharma, som ikke har noe direkte engelsk oversettelse betyr: «Å holde, vedlikeholde og støtte». Dharma er altså kombinasjonen av alle naturens lover og regler, som vedlikeholder og styrer skapelsen. Dette er hvorfor de vediske skrifter noen ganger refererer til verden som Dharmafeltet. Svadharma på den andre side betyr bokstavelig egendharma og skriftene refererer til ens egne spesifikke ansvarsoppgaver.

La oss se på svadharma, objektivt sett. Vi spiller alle roller i vårt samfunn og det er for å opprettholde samfunnets verdier, stabilitet og orden. Det er absolutt nødvendig at vi oppfyller våre oppgaver og ansvar ifølge dharmaskriftene, som er basert på sunn fornuft, som dessverre ser ut til å være den mest uvanlige tingen. Svadharma betyr å handle ut ifra ens oppgave i referanse til en spesifikk situasjon.

For eksempel: Hvis du har barn, er din svadharma som mor å oppdra dem med kjærlighet og omsorg. Hvis du ikke oppfyller det ansvaret, vil barnet lide en sans av utilstrekkelighet som vil påvirke det ganske mye. Derfor vil du pådra deg papa (negativ) karma, ditt sinn vil fortsatt ha skyldfølelse og mental-emosjonelle konflikter vil bli resultatet. I dette eksempelet, vil moren lide, barnet vil lide, og det er fordi moren ikke oppfylte hennes oppgave, hennes egen situasjons svadharma. For å ha sagt det, kan vi legge til at svadharma er nesten alltid referert til vishesha dharma eller situasjons dharma, avhenger av rollen jeg skal spille.

Ens svadharma endrer seg ikke bare i løpet av ens liv, men den gjør det utallige ganger på en enkel dag. Om morgenen står du opp og ser din mann og da må du oppføre deg som konen. En time senere møter du din mor før du går til kontoret og du oppfører deg som en datter. Senere møter du din sjef og du oppfører deg som en god og effektiv ansatt. Hvis du blander disse spesifikke rollene vil du ikke oppfylle situasjons svadharma og du vil være i trøbbel.

Men svadharma er også ofte relatert til vårt yrke som en lege, snekker, en kokk, en professor, en bygningsarbeider, en maler, en danser osv. Vi vil alle gjøre noe vi virkelig nyter å gjøre, ellers vil vi ikke være lykkelige. Vi trenger alle å se på det og se hva som gir oss mest glede som et yrke eller aktivitet. Men det skjer ofte at jeg ikke lykkes i å finne min drømmejobb eller aktivitet, og ender opp med å gjøre noe jeg ikke virkelig liker. Hvis det ikke blir endret på da trenger vi å ta hvilken som helst jobb Det Totale Sinnet gav oss, som en gave og utføre det med karma yoga ånd. Det alene vil gjøre ens jobb mer trivelig.

Fra et større bilde kan vi også observere svadharma, som tre nivåer i menneskelivet: Gjennom det første livsnivå i ungdomstiden, vår hovedsvadharma er som student og da er vår plikt å gå på skole, studere, lære og få utdanning, og utvikle kunnskap, og modenhet slik at vi kan være klar for å entre andre nivået av vårt liv, som arbeider, en bidragsyter til samfunnet. Som arbeidere bidrar vi ikke bare til samfunnet, men vi tjener penger slik at vi kan bruke vår svadharma, som en forsørger for familien.

Det tredje nivået er det vi i Vesten kaller for pensjonstilværelse fra verdslige affærer. Det er tid til å nyte. Det er tid til å gjøre noe annet, hva som er igjen av mitt liv, men hva skal jeg gjøre? Dessverre, vet ikke de fleste mennesker i moderne samfunn hva de skal gjøre med deres pensjonisttilværelse og de lider. De blir avhengig av deres roller som forsørgere at de føler at de mister deres mening med livet. De kan ikke en gang nyte det tredje nivået presentert i Vedaene, som er nivået for studier og kontemplasjoner på selvkunnskapsskriftene.

La oss se på svadharma subjektivt sett:

Fra den psykologiske vinkelen kan svadharma også bli sett på vår mest grunnleggende tilsynelatende natur. Det er vår grunnleggende program eller preging, som former våre anlegg, karakter, personlighet, talenter osv. Vi er alle født ut av «vasana-ladningen» fra vår tidligere liv. Vasanaer er ubevisste tendenser, som manifesterer seg i vår bevisste sinn, som et begjær til å tenke, uttrykke, og til å handle på en spesifikk måte. Det er ofte sagt at hvis vi går imot individets natur, vil vi lide, men faktumet er at det er bedre å gå imot den, hvis vi har en adharmisk natur. Hva det betyr er at svadharma ikke er separat fra Dharma, det inkluderer dharma, som ordet betyr.

Derfor er det til å begynne med viktig at vi aksepterer vårt program, at vi ikke sammenlikner oss selv med andre og prøver å etterlikne dem. Vi bør ikke leve ifølge noen sin rollemodell og så videre. Vi trenger å akseptere våre naturlige tendenser og talenter. Ikke som en forbannelse eller straff, men som gave fra Det Totale Sinnet. Hva Det Totale Sinnet har gitt meg som min mentale-emosjonelle konstruksjon, er det hva min sjel fortjener, bare da kan jeg jobbe med å forbedre min personlighet, for å bedre mine talenter, for rensing av mitt sinn og intellekt.

Våre roller i livet endrer seg fra et øyeblikk til et annet. Våre livsnivåer endrer seg når vi vokser, bidrar og slutter deg til lytting, gransking og så videre. Fra vår psykologiske erfaring, vår grunnleggende natur, vår sans av identitet, som et menneske endrer også individet. Våre verdier, begjær og mål endrer seg hele tiden når vi vokser i modenhet og visdom. Fra vår subjektive perspektiv fortsetter svadharma (vår mest grunnleggende tilsynelatende natur) å endre seg helt til den utvikler seg og blir «mumukshutva», et brennende ønske til å realisere Selvet inni seg, som er Selvet inni alle og alt i skapelsen.

Kommentar tilslutt om emnet Å følge min egen livsvei og natur

Hvordan følge sin livsvei og natur? Hvordan vet du at det er riktig og passende for deg? Det som har vært viktig for meg er å ikke følge andre sine veier eller idealer til syvende og sist. Selv om vi alle har noen vi ser opp til eller har sett opp til gjennom livet.

Jeg har jobbet i ulike bransjer med ulike mennesker og organisasjoner. Jeg er og har vært verneombud og så videre. Jeg har vært opptatt av lederegenskaper og se på andre egenskaper man har. I tillegg engasjert og engasjerer meg i psykisk helse. Hva kan jeg bidra med i verden istedenfor å ha en holdning om hva verden kan gjøre for deg. Verden trenger alltid et bidrag fra deg og så lenge det er i din natur da er alt sånn det skal være. Å tilpasse seg hva som er i verden og hva du kan gjøre, som er ut ifra dine talenter, personlighet og egenskaper er jo flott.

La barn være seg selv og følge sin natur positivt og negativt. Det blir lettere å se på vår fullkommenhet og fullstendighet enn å se på det uperfekte i personen eller det som man mener at man mangler. Du er som du skal være i alle situasjoner og hendelser i livet. Ta

alt som gaver og alt er til låns. Selv dine barn, ting, erfaringer, innsikt m.m., eier du ikke. En holdning av ydmykhet og takknemlighet. Verden trenger at du følger din livsvei og natur. Våg å være deg selv. Det er lett å kopiere idealer og andre mennesker. Du er programmert til å være det du er og våg å akseptere dine positive og negative sider. Livet vil flyte mer naturlig og lettere når man følger sine natur og livsvei.

Livet er fasinende å leve og jeg håper du følger din livsvei og natur.

En Kvalifisert Lærer

Du trenger også en kvalifisert lærer utenom å ha et kunnskapsmiddel og være kvalifisert. Du kan ikke undervise Vedanta av deg selv. Å lese bøker og lytte til ukvalifiserte lærere fungerer ikke. Det er naturlig å begynne din reise på denne måten, men det er en åpenbar nedside: din ignoranse vil forårsake deg til å tolke hva du har lest.

En opplyst person er nødvendigvis ikke en kvalifisert lærer og en kvalifisert lærer er ikke nødvendigvis opplyst. Hvis min undervisning ikke er mer enn læreren sin opplysthets-historie... hva han gjorde, hva som skjedde med han... fungerer ikke for deg. Læreren opplysthet og konklusjonene han trakk fra det utgjør ikke til en undervisning, fordi problemet er generisk ignoranse. Løsningen for selvignoranse er selvkunnskap og kunnskap er ikke personlig.

5. KARMA OG DHARMA YOGA

Karma Yoga - Passende Holdning og Handling

Å stole på følelser er ikke god basis for et lykkelig liv. En kan ikke løse problemer alene og når en kommer til Vedanta, betyr det at man trenger hjelp til å få kjennskap om hvem man er. Karma Yoga handler om passende handling og holdning for å løse emosjonelle utfordringer. Det innebærer å nøytralisere bindinger til det man liker/ misliker i livet. Du skapte ikke kropp-sinn verktøyet og resultatene i livet er ikke opp til deg, men opp til Det Totale Sinnet. Karma Yoga er med og forbereder en til å ta imot selvkunnskapen og at man er generelt rolig, moden og klar.

BHAGAVAD GITA SAMMENDRAG OM KARMA YOGA

Kapittel 2 - Kunnskaps Yoga

C) Karma Yoga den Grunnleggende Kvalifikasjonen for Kunnskaps Yoga Vers 39-53.
Hva er den?

(a) Det er å bruke ens innsats til å rense sinnet ved å ta behovet av ens miljø i betraktning. Det er en givende, ikke en grafse til seg-holdning. Den krever sattvisk karmaer og arbeidsfornøyelse.

(b) Det er kunnskapen om at handlingens resultater er uforutsigbare slik at det ikke er klokt å stole på dem for emosjonell tilfredsstillelse.

(c) Selvkunnskapsfrukten, med andre ord moksa.

(1) Du er tilfreds med livet ditt, fordi du er fullstendig.

(2) Du erfarer dyp fred på tross av negative situasjoner. Sinnsro. Som en ugle som sover på dagen, sover samsaris til selvet og nettopp som mennesker sover om natten, sover den vise personen til samsara. Den vise personen er som et hav, alltid fullstendig. Han er fri i livet og etter døden. Etter selvkunnskap bør en kontrollere sansene, kontrollere sinnet og leve et rent liv inntil kunnskapen er stødig. Vers 54-72.

KAPITTEL 3 Karma Yoga

(A) Introduksjon. Vers 1-7.

Arjuna spør hvorfor Krishna glorifiserer Kunnskaps Yoga og oppmuntrer han likevel til å gjøre Karma Yoga. Selv om Vedanta er en krystallklar undervisning, tolker søkeren den ifølge hans liker og misliker. Arjuna ønsker ikke å krige slik at han misforstår undervisningen. Granskeren trenger å vite hvordan han skal lytte. Hvis du er bundet til en spesifikk vane eller vaner vil du misforstå undervisningene, som antyder en endring i vaner.

Både kunnskap og handling er nødvendig for selvgransking, fordi de har forskjellige resultater. Karma yoga forbereder sinnet slik at kunnskapen kan frigjøre deg. Karma Yoga får sinnet til å bli fredfullt slik at det kan diskriminere i hverdag-situasjoner. Den krever å gjøre hva som er best for situasjonen og å leve et enkelt rent liv. Det er ikke nødvendig, ønskelig og ei heller mulig å oppgi handling. Hvis du gir avkall på verden, vil dine verdslige begjær dra deg tilbake for ønsket om nødvendig modenhet.

(B) Karma Yoga er Passende Handling pluss Passende Holdning Vers 8-20

a) Passende Handling. Du bør ta deg av din utvendig situasjon, men du bør også gjøre handlinger som er passende til din indre vekst. Gi mer enn du tar.

- 1) Tilbedelse av dine guddommer (symboler av selvet).
- 2) Å bidra til foreldrene dine.
- 3) Å bidra til Vedisk kultur, mahatmas (lærere).
- 4) Å gjøre sosiale tjenester i samfunnet.
- 5) Ta vare på miljøet.

b) Passende Holdning. (Eksoterisk tolkning: motvirke tendensen av «do-gooders» til å utvikle stolthet på grunn av deres gode handlinger, fordi det er basert på ideen om at handlingsfeltet, ikke individet, er handleren. Esoterisk tolkning: jeg elsker livet og er derfor takknemlig til den ene som gav det til meg. Jeg dedikerer mine handlinger til Gud.

(1) Jobb som tilbedelse.

(2) Glede av jobb.

(3) Prasad. Ta hva som skjer som en gave. Livet er Isvaras instruksjoner: Bra er bra og dårlig er bra.

Karma yoga reduserer avhengigheten av objekter og utvikler selvtillit og selvhjulpenhet.

c) Karma Yoga er Krevd Etter Frigjøring. Vers 20-35.

Selv om en frigjort person ikke har noe å oppnå av karma yoga, må han eller hun fortsette å gjøre passende handling for det gode av verden, fordi opplyst eller ikke, har alle et ansvar for samfunnet. Passende handling er ikke praktisert, fordi det er naturlig i den opplyste.

d) Begjær og Sinnemestring

Tamasisk begjær er begjær som krever umoralsk middel og/eller umoralsk slutt. De bør bli sluttet med umiddelbart. Rajasisk begjær forårsaker verdslig karma, som får individet til å tjene og bruke og er ansvarlig for spirituell stagnasjon. De trenger å bli håndtert, ikke fjernet fullstendig. Sattvisk tilfredsstillelse (nytelse) er begjær for spirituell vekst. Det bør bli gitt næring til.

Rajas og tamās ødelegger diskriminasjon og trenger å bli håndtert ved å kontrollere sansene, sinn og intellekt. Sansene presenter objektene, sinnet dveler ved dem og intellektet konkluderer at de er ønskelige. Hvis du kontrollerer dine instrumenter, sinnet er kontrollert fordi sinne er bare blokkert begjær.

Karma er et sanskrit ord som betyr handling. I konteksten karma yoga så betyr *karma* passende handling og *yoga* passende holdning.

Karma Yoga vil aldri feile, fordi det er en holdning mot handlinger, og ikke handlingen i seg selv. Hvis du går imot dharma, så vil ikke karma yoga virke. Den virker bare hvis du handler i overens med din medfødte natur (svadharma) og i overens med Det Totale Sinnets Universelle Dharma.

Karma Yoga er ingen vei. Det er et liv der du er forpliktet til å handle som yoga. Det krever ferdighet å utføre handling med den passende holdningen, som er å gjøre hva som må bli gjort, uansett om du liker det eller ikke. Liker og misliker heter *ragdvesas* på sanskrit. De kommer ikke i veien med riktig holdning.

Livet er et nullsumspill. Nullsum-spill menes med at det er en oppside og nedside til alt

som skjer. Karma Yoga er med og forbereder en til å ta imot selvkunnskapen og frukterne av karma yoga er at man kultiverer et generelt fredfullt, modent, intelligent og klart sinn.

Å utføre handlinger i harmoni med naturordenen (dharma handlinger), og unngå handlinger som opprører ordenen (adharmiske handlinger) er karma yoga. Selvgransking er mindfulness. Karma yoga virker ikke hvis du ikke holder på Isvara/ Gud/ Det totale i ditt sinn, fordi energier som rajas (opprørthet, urolighet) og tamasa (sløvhets) blokkerer den. Men karma yoga er mer enn mindfulness. Den er kunnskap om forholdet mellom individet, handleren og det totale, Isvara. Den involverer en emosjonell og religiøs del - *bhakti* (hengivenhet) for Isvara. Den er passende handling og passende holdning. Den produserer sattva (fredfullt, modent, klart og intelligent sinn), som er mindfulness, *sakshi bhav* er kjærlighet av Isvara, det ikke-opplevende vitne i form av Isvara *jagat karanam* (upersonlig skaper av mikro-(individ) og makrokosmos (verden og universet) og *karma phala datta* (som gir resultater i dharma feltet - verden og tar hensyn til det totale - upersonlige krefter).

Ganesh er et symbol på å overkomme hindringer og for fullkommenhet. Vi er fullstendig, hel og komplett. Og trenger ikke noe i verden for å gjøre oss mer «hel» eller fullkommen. Men heller akseptere og være tilfreds som vi er og som verden er. Å være takknemlig for alt som skjer med en uansett om jeg liker det eller ikke. Det er en moden og objektiv (*vairagya*) holdning.

Essensen av karma yoga er altså å kultivere passende holdning til våre handlinger og deres resultater. Det er en mental tilstand av likeverdighet og balanse. Dette er nevnt endel i Bhagavad Gita. Vi kan ikke unngå å handle i verden. Men istedenfor å være emosjonelt bundet av handlingene og engstelig for resultatene, så gjør karma yoga det mulig for oss å forstå at resultatene av våre handlinger er avgjort av faktorer utenfor vår kontroll.

Hengivenhet (*bhakti* - devotion) er kanskje en av de viktigste aspektene av karma yoga. Hver eneste handling vi gjør bør bli gjort i hengivenhetens ånd. Vi dedikerer våre handlinger som en gave til Det totale, i takknemlighet det vi har blitt gitt og vi er glade over å bidra noe tilbake i livet. Vi gjør ikke noe bare for oss selv, men som velsignelse til kraften, som har skapt, gir næring og støtter oss. Vårt fokus er ikke å se hva vi kan få ut av livet, men heller hva vi kan gi tilbake til livet. Å leve på denne måten med ydmykhet og hengivenhet automatisk renser og roer sinnet.

Som Krishna sier i Bhagavad Gita har vi rett til å handle, men ingen rett til resultatene av handlingene. Resultatene er som nevnt ikke avgjort av oss mennesker, men Gud/ Skaper iform av Dharma-feltet.

Å vedkjenne dette så aksepterer vi resultatene vi får selv om de er gode eller dårlige, og ser på dem som gave (*prasad*). Istedenfor å dømme og motsette seg hva som kommer på vår vei så se på det som gjemte velsignelser - gaver for å lære noe av dem.

Fordeler med Karma Yoga

Karma yoga er hoveddisiplin for alle søkere av frigjøring. Den bør forme vår tilnærming til livet og det levende. Ved å utføre passende handlinger med passende holdning (med hengivenhet og aksept) så blir vårt sinn klart, modent, intelligent, balansert og renset. Vi er ikke lengre preget og bundet av våre ønsker og frykt.

Karma yoga nøytraliserer bekymringer vi føler for resultater av våre handlinger og driver bort depresjon, håpløshet og motstand når vi treffer på mindre gode resultater. Vi opplever mindre stress og betydelig mer fredfullt sinn. På mange måter så er karma yoga motgift mot stress og anspenhet.

Ved å praktisere karma yoga så blir våre prioriteringer naturlig endret. Vårt ønske om frigjøring vil øke og med et økende klar, likeverdig sinn så vil vi være bedre kvalifisert for å oppnå det. Et ønske om noe er ikke nok, en må også være kvalifisert til å oppnå frigjøring (moksa). Som grunnmuren av søkerens spirituelle praksis (*sadhana*), er karma yoga en nødvendig forutsetning for å forberede sinnet for frigjøring.

KARMA YOGA - Handleren benektet. Karma yoga, når praktisert riktig er dharma yoga fordi hver handling du foretar deg er dedikert til Isvara (Det totale); det er en hellig handling. Det er forstått at fred til sinns først kommer når du innser at du ikke er i kontroll av dharmafeltet (verden). Deretter å ta de riktige skritt for å handle i henhold til dharma og deretter være fullstendig likeglad overfor resultatene, fred til sinns er oppnådd. Hvis du ikke opplever fred til sinns ved å avskrive resultatene betyr det at du fremdeles er opptatt av resultatene. Så enkelt er det. Handleren er fortsatt redd og liten. Den ønsker et bestemt resultat på grunn av det han/ hun liker og misliker. Handleren er frustrert og redd fordi en tror det er behov for at resultatet skal være sikker eller fullstendig siden en ikke får det en vil.

Karma yoga er ikke å ødelegge handleren. Karma Yoga er rett og slett å ødelegge den oppfatningen at det er vi som handler og er selvet kilden til handlingen. Karma yoga er ment for å rense sinnet av nok liker og misliker frem til sinnet blir tilstrekkelig sammen-satt til kontinuerlig å drive med undersøkelse (introspeksjon). Bare selvgransking eller introspeksjon fjerner problemet med sansen av å være den som skaper, eier og utfører handlingen, fordi introspeksjon viser at du som selvet ikke kan være egoet (handleren) som er kjent for deg. Når dette er tydelig, kan handleren vises i deg, selv med et spor av sansen av å være den som handler, men du identifiserer deg ikke med den.

Karma Yoga og Dharma Yoga er to sider av samme mynt

For å ha en verdi for Gud, er det det samme som å ha verdi for Dharma, fordi Det Totale er Dharmafeltet. Å elske Gud er å elske Dharma. For å overvinne liker og misliker, som går imot dharma så trenger vi å forstå hva Gud/ Dharma er. Uten kunnskap om Isvara/

Gud/ Makrokosmisk totale og lover den vedlikeholder og styrer skapelsen såvel som menneskelige opplevelser, vil vi undertrykke våre adharmiske mentale tendenser. Mens derimot å ha kjennskap til den høyeste (mest verdifulle) så vil sinnet uanstrengt miste sin interesse til det laveste verdier.

Karma yoga har med å fullt ut dedikere hver eneste tanke, ord og handling før de er gjennomført til Isvara/ Dharma-feltet. Du har riktig handling og holdning til dharma-feltets resultater, som følger det totale bildet. Våre lidelser har med at vi er utilfreds med oss selv og er altfor subjektiv i holdningen til livet. Mer objektiv holdning gjør at vi ikke vil drukne i egne negative følelser. De passende handlingene er i samsvar med mønsteret og skapelsesharmonien og en blir oppmerksom på hvor vakker den kosmiske ordenen er. Det er en harmonisk orden bak det tilsynelatende kaoset vi erfarer i verden og i vårt sinn.

Tre Typer Dharma

Når alt i «mithya» verden er i endring så betyr det at dharma alltid er i endring. Det er et vanskelig emne og å vite hvilken sva-dharma/ livsvei en person har. Vi bør fokusere på vår egen svadharma og den høyeste dharma er å overgi seg til selvgransking i din sanne natur og bruke vedaskriftene som kunnskapsmidler, som du anvender i livet ditt. Vedanta er et gyldig kunnskapsmiddel, som fjerner ignoranse i alle situasjoner hvis det er skikkelig undervist, assimilert og anvendt (integrert eller aktualisert).

Universelle lover eller dharmar, det naturlige Eksistensfeltet (verden) kan ikke unnå eller overtres uten konsekvenser. Selv om dharma er enhet, fordi virkeligheten er ikke-dualistisk, kan det bli forstått på tre måter. De tre typer Dharma:

1. **SAMANYA DHARMA** eller universelle verdier er tosidig: (a) morallovene som styrer Eksistensfeltet, som anvendes av alle personlig, som å ikke skade, ærlighet, rettferdighet m.m. (b) De makrokosmiske fysiske lovene, som gravitasjon, elektrisitet og termodynamikk m.m. Disse lovene oppfører seg uansett om du er bevisst på dem eller ikke og kan ikke bli endret, bare forstått. Universelle lover virker på samme måte for alle og kan ikke overtres uten at det blir konsekvenser.
2. **VISESA DHARMA** er hvordan et individ/ person tolker de universelle lovene og anvender dem i deres liv i den tilsynelatende virkeligheten som har med alt: livsstil, kosthold, penger, jobb, familie, sex, ekteskap hvordan man forholder seg til mennesker og miljøet man lever i, teknologi osv. Visesa dharma vil variere for alle, som avhenger av deres livssituasjon og svadharma.
3. **SVADHARMA** med en liten s er en persons preging eller omstendighet. Dette er naturen og mottakelighet, som en person er født med. Å være lykkelig så trenger personen å handle i forhold til hans og hennes fødte natur eller så vil de ikke følge dharma. For eksempel hvis det er i en persons natur å være en forretningsmann så vil det ikke tjene dem å være en healer eller omvendt. Svadharma er forskjellig for alle.

Alle dharmaer er basert på sunn fornuft og logikk. Vår personlige svadharma inkluderer vår preging, omstendighet eller lass av vasanaer, som påvirker hvordan vi ser og handler på alle nivåer. De bindende vasanaer (programmeringer, vaner, tendenser m.m. i underbevisstheten) må bli sett og løst opp for at vi skal oppleve et fredfullt sinn. Vi har alle en gitt natur, som vi trenger å være i harmoni med, og med mindre en forstår hva det er så kan vi ta avgjørelser som skaper opprørthet, lidelse og ubehag til sinnet og kroppen.

Det er mulig på et personlig plan for å være tro mot vår svadharma at vi noen ganger må gjøre handlinger som skaper opprørthet og smerte til oss selv og andre. For eksempel, fordi jeg er redd for å skade mine foreldre føler meg forpliktet til å være bundet til dem. Da kan jeg gjøre hva de vil som ikke støtter hvem jeg er eller omvendt at jeg bestemmer meg for mitt behov for å være tro mot meg selv trumfer over å gjøre foreldrene lykkelige. Et annet eksempel er mennesker som bestemmer seg å forlate ulykkelige ekteskap selv om de må betale det høyt emosjonelt. Karmaloven kommer inn i bildet, årsak og virkning - riktig handling og vi har ikke kontroll over utfallet av handlinger. Hvis vi bestemmer oss for å gå imot vår natur av en god grunn, så gjør vi det med klart sinn og hjerte uten å klage over det og med en karma yoga holdning.

Av og til å gjøre de riktige tingene involverer tøffe avgjørelser. Men hvis vi ikke lever i forhold til livets regler og naturen Det Totale Sinn gir oss, vil vi ikke være lykkelige eller ha et fredfullt sinn. Våre liv må være i samsvar med sannheten og ikke omvendt. Når vi følger sannheten vil det jobbe for det beste, selv om det kan snu opp ned på livet. På lang sikt så er det mer ødeleggende til alle det gjelder for å gjøre valg som går imot dharma fordi vi er redd for å møte på konsekvensene i møte med avgjørelsene, som er passende for oss.

På en annen side, hvis vi er bundet av plikter og kan ikke endre på omstendighetene så må vi akseptere at *prarabdha karma* (handling som har begynt å være produktive, frukter som har blitt høstet i dette livet) utspiller seg og at vi gjør det beste vi kan alltid med karma yoga holdning. Du kjenner til denne flotte bønningen: «Gud, gi meg mot til å endre på det som kan endres, styrke til å akseptere hva som ikke kan bli endret på, og visdom til å vite om forskjellene på disse to.»

Det betyr ikke noe fra selvets synsvinkel, fordi, for selvet så har ingenting hendt eller er endret på. Men for personen, som lever i den tilsynelatende virkeligheten så har det betydning hva du gjør, hvis vi antar at du vil ha fredfullt sinn og frihet fra begrensninger. Frigjøring (frihet) er bare for individet, fordi selvet alltid er fri.

Det Totale Sinnet er Dharma

For at karma yoga skal fungere, er det nødvendig å møte livet med en hengiven, dharmaorientert innstilling. Istedenfor å kun jakte utelukkende handling for å tilfredsstille dine liker og misliker, er hver handling, som en foretar seg et offer for Det Totale Sinnet.

Du vil tydeligvis bare tilby dine handlinger, som er verdig Det Totale Sinnet, og det er gjort ved å leve i samsvar med dharma. Du ønsker ikke å stjele fra andre mennesker for eksempel, som eldre damer og at du gjør det for Det Totale Sinnet.

Dharma er din beste venn og som de vediske skriftene kaller det, din beskytter. Dette er et rettmessig univers, et dharmafelt og ved å leve i harmoni med disse lovene, lever du i harmoni med Det Totale Sinnet. En karma yogi forstår faktisk at dharma er Det Totale Sinnet. Det Totale Sinnet kontrollerer Maya, som er prinsippet som avgjør, setter og vedlikeholder de universelle lovenes vev, som omfatter Skapelsen.

Når du spiller på lag med lovene og følger den passende dharma, som relateres til din kropp, sinn, miljø, livets omstendigheter og andre mennesker, vil du ha tendenser av positive resultater. Livet flyter, og du unngår for mye ulykker og du kultiverer sinnsro nødvendig for en suksessrik Selvgransking. Ditt liv blir en Dharmadans, og slik at hver handling blir en hengivenhetshandling til Det Totale Sinnet.

«Når du er drevet av dine liker og misliker, handler du bare for din skyld, mens derimot hvis du ofrer dine liker og misliker og handler med dharmaoppmerksomhet gjør du det for Det Totale Sinnet.»

-Swami Dayananda

Det er enkelt når den dharmiske handlingen skjer og er i samsvar med dine begjær. Imidlertid når det er i uoverensstemmelse med dine liker og misliker, er du mindre tilbøyelig til å handle. Hvis du er en umoden, begjær-orientert person, kan du bestemme å bryte dharma og gjøre hva du vil, uansett hvilke konsekvenser det fører med seg.

Å bryte dharma selv på den mest subtile måte skaper effekter. Det opprører sinnet, og du føler skam, og du vet oppriktig at når du går imot Det Totale Sinnet, vil Det Totale Sinnet gå imot deg. Du vil føle at du må se deg om og ergre deg når feiltrinn sannsynligvis innhenter deg senere.

Som en karma yogi, er du alltid i samsvar med dharma, selv om handlingen ikke er noe du liker å gjøre. Vi må alle gjøre ting vi ikke liker, og vi gjør dem fordi vi vet at vi må. På denne måten, er handlinger gjort for Det Totale Sinnet, for det totale, istedenfor dine egne personlige preferanser.

Swami Dayananda sier at en karma yogi egentlig er en hengiven. Handlinger blir offergaver når Det Totale Sinnet blir sett på som dharma. Så lenge handling er motivert av din egeninteresse, gjenstår binding i form av forventninger, frustrasjon, sinne og lidelse. Men når handling er motivert av dharma, forblir du i harmoni med Det Totale Sinnet.

Swami Dayananda forklarer at dette er hvorfor det alltid er en sans av lettelse når du gjør noe som er riktig. Det er en tilfredsstillelse, fordi du ikke går imot loven. Det er ingen konflikt. Mangelen på konflikt er shanti (fred).

Selv om Selvet er handlingsløs, er individet en del av Skapelsen (Manifestasjonen), og må bidra til Skapelsen. En viss grad av deltakelse er obligatorisk: det er derfor vi ikke bare er blitt gitt persepsjonsorganer, men også handlingsorganer. Deltakelsen skjer i form av handling som må bli gjort, med andre ord å følge dharma. Moderne spirituelle lærere har en tendens til å hoppe over delen som har med obligatorisk arbeide. Det er lite snakk om dharma eller karma yoga, fordi det frister ikke akkurat den vanlige spirituelle søkeren.

Ifølge disse listige spirituelle gründerne sine pakker er de bare saftige elementene av undervisningen for å selge deres bøker og workshops. Mennesker ønsker generelt sett ikke høre at kvalifikasjoner er nødvendig og at de må jobbe hardt for å få undervisningen til å virke. I dagens samfunn ønsker vi alle og forventer umiddelbar tilfredsstillelse. Uheldigvis, det å hoppe over noe fungerer ikke med Vedanta. Det kan gjøre det om sinnet er ekstremt rent til å begynne med, men slike sjeler er uvanlige. Bortimot alle som lever i dag er forvirret og i den forvirrete verden med sine endeløse distraksjoner: Iphoner, dingser, sosial media, Netflix og porno kan trygt anta at de enda ikke har en rolig, rensert sinn av en yogi.

Derfor burde alle starte ved begynnelsen av, ved å adoptere karma yogainnstilling og følge dharma for å nøytralisere sinnets utadvendte tendenser. Som med alt i livet, må du erfare det. Du vet når karma yoga jobber, fordi du vil se resultatene for deg selv. Som Swami Chinmayananda sa: «Når sinnet er blitt rent av dets begjær-bølger, må det nødvendigvis bli mer og mer rolig og fredfullt. Når intellektet er rensert, som betyr å være immun mot begjæruro, som reflekterer sinnets preging av intellektet, kan det ikke ha noe uro. Det sentimentale og følelsesmessige livet av en som har kontrollert begjærslusen blir automatisk temmet og rolig.

Med karma yoga, erfarer du et skifte fra avhengighet av objekter for lykke til avhengighet til Det Totale Sinnet for lykke. Begjærets urenheter og uvilje blir smeltet bort når du overgir deg til et liv av selvmestring og hengivenhet. Alle dine handlinger er viet til Det Totale Sinnet og utøvd for dharma, for det Totales beste, istedenfor personlig vinning. Du aksepterer uansett hva slags resultater Det Totale Sinnet deler ut med sinnsro, fordi ditt sanne mål er å kultivere et fredfullt og rent sinn. Et slikt sinn, når opplyst av selv-kunnskapens alkymi, skifter igjen fra avhengighet til Det Totale Sinnet til sann Selvavhengighet, og du kjenner deg selv som ett med hele Skapelsen.

Det er tre hovedtyper av avkall på handleren:

- (1) Karma yoga, overgi seg til resultatene av handlingene til Isvara (Det Totale Sinnet)
- (2) Karma sannyas - gi opp på frivillige handlinger.
- (3) Karma jnana sannyas, kunnskapen at du kan handle, men at du ikke er handleren.

Det betyr at karma yoga er ikke å ødelegge handleren. Karma yoga er rett og slett å ødelegge den oppfatningen at det er vi som handler og er selvet kilden til handlingen. Karma yoga er ment for å rense sinnet av nok liker og misliker, som nevnt før frem til sinnet blir tilstrekkelig sammensatt til å kontinuerlig drive med introspeksjon. Bare selvgransking eller introspeksjon fjerner problemet med sansen å være den som skaper, eier og utfører handlingen, fordi introspeksjon viser at du som selvet ikke kan være ego-et (handleren) som er kjent for deg. Når dette er tydelig, kan handleren vises i deg, selv med et spor av sansen av å være den som handler, men du identifiserer deg ikke med den.

Karma yoga er som en bønn: Jeg introduserer tanker i intellektet og det påvirker dharma feltet sine resultater på grunn av ens holdning til handlinger. Vi er med og påvirker det som skjer i livene våre om vi følger det vi er ment å følge, som nevnt før og som er vår natur (svadharma) og livsvei.

Karma Yoga er Sublimasjon

Sekulær karma yoga er ganske enkelt praktisk kunnskap, som har med handlingsresultater, skilt ut fra ideen om å forberede sinnet til frigjøring. Den kan bli anvendt til sex. Det er å overgi dine handlinger til Feltet, som fjerner gjennomføringsangsten. Gjennomføringsangsten er et problematisk element av menneskelig seksualitet. Suksessrik sex er angstfri sex og kan lede til kjærlighet. Når du er totalt tilstedeværende med din partner, og ikke lever i dine fantasier, kan kjærlighet blomstre. Å elske sex er i karma yoga ånd som er å gi og ta imot nytelse i en hellig og høyeste grad tilfredsstillende måte uansett hva utfallet er.

Når kjærlighet og takknemlighet er tillagt til dens sekulære variant i konteksten av ønske for frigjøring, har du hellig karma yoga. Du vier ditt seksuelle møte til Gud i begynnelsen, som fjerner angsten, og du aksepterer gladelig resultatene. Over tid fjernes den seksuelle trangen (begjæret), som forstyrrer sinnet.

Men hellig karma yoga er en formell disiplin, som bestemmer spesifikke ritualer for de som er engasjert i Selvgransking, hvor sex ikke er en av dem. Ikke forestill deg at sex er en gyldig spirituell vei, fordi dens mål er nytelse, ikke frigjøring. Nytelse varer aldri, men frigjøring gjør det fordi det er din evige natur. Ja, sex kan være en viktig del av ditt liv, men den bør ikke bli mer viktig enn andre grunnleggende behov, som mat for eksempel. Du spiser ikke for å bli opplyst.

Å Mestre Sinnet - Karma Yoga - Korrigere Lav Selvfølelse

Hvis du gjør karma yoga med passende holdning, vil det korrigere lav selvfølelse. Hvis du virkelig forstår at Det Totale Sinnet gjør alt, da vil forståelsen i seg selv generere en

munter, avslappet (sattvisk) sinnstilstand: «Hva er det å bekymre seg for?» Livet er morsomt. Det Totale Sinnet støtter meg. Men hvis tamas (sløvhet) og rajas (urolighet) er tilstede, må du generere holdningen bevisst. Du tenker gjennom undervisningen og du tar et ståsted i munterhet. Selvfølgelig ser det ut til å være falsk når du ser på den deprimerede eller forstyrrede følelsen. Selv om sansen av falskheter er normalt, trenger det å bli avvist. Hvordan avviser du?

Den delen av praksisen av karma yoga er den bevisste tanken IKKE Å TRO PÅ HVA DU FØLER. Følelser av frustrasjon og depresjon er falske følelser, ikke følelsen «jeg har det bra». Du sier til deg selv, «Hei, rajas skaper bekymringen. Det har ingenting med meg å gjøre. Eller «Hei, Tamas genererer denne depresjonen. Den er ikke min. Hvorfor vil jeg føle meg dårlig når hva jeg føler er et valg? Denne ideen er mer eller mindre tilsvarende til Byron Katie sin erklæring: «Hvem ville jeg være uten denne følelsen? Negative følelser blir når du tror på dem. Det kan ta noen minutter for følelsen til å endre seg, men den vil endre seg. Eller den vil bli eller den vil bli krympet ned til en overkommelig størrelse, som betyr at det vil vise seg som et åpenbart objekt. Slik er kunnskapens kraft. Følelser validerer ikke oss. Med en gang du har fått helt teken på den, vil din selvfølelse stige opp. Du vil føle som en mester av ditt sinn.

Tilgivelse er også Egenkjærlighet

Tilgivelse handler ikke om å si at hva noen gjør er riktig eller galt. Det er om å frigjøre personen fra byrden av å bære uforsonligheten, som vil binde personen til lidelse. Hans eller hennes tilgivelse eller uforsonlighet endrer ikke på naturen av hva som har skjedd; Hvorvidt du tilgir eller ikke påvirker ikke den andre personen.

Vil du at personen skal være fri eller lide mer? Hvis du vil være fri så tilgi fordi du elsker deg, den personen du er. Husk at folk er på den måten de er av ulike grunner de ikke forstår eller vet hvordan de skal endre på. Når ignoranse styrer sinnet, gjør folk forferdelige ting med seg selv og andre og at det forårsaker utallig lidelse. Hvis mennesker fortryllet av ignoranse kunne være forskjellige, ville de ha vært det. Men de er fanget av deres programmeringer og tendenser, av ignoranse, og kan bare operere fra deres forståelsesnivå og selvignoranse og manglende selvbevissthet.

Det er opp til deg. **Tilgivelse er frihet, det er egenkjærlighet.**

Å Ta Vare på Miljøet er En Form For Egenkjærlighet

Det er vår plikt som menneske å ta vare på Feltet, som gir oss alt vi trenger for å leve. En holdning av takknemlighet er en forutsetning for et lykkelig liv. Ja, Feltet er nok ikke virkelig, men det betyr ikke at vi ikke skal ta vare på den. Den eksisterer, vi eksisterer i den, fra personens perspektiv, og den opprettholder oss når vi er i kroppen. Vi passer på vår kropp, fordi vi vil nyte sinnsro. Miljøet, Eksistensfeltet, er Det Totale Sinnet, er deg,

Selvet.

Å handle med kjærlighet som dens forvalter og bidra til å bevare den er en hengiven praksis og mye oppmuntret som en praksis.

En holdning av takknemlighet - Karma yoga

Fordi jeg verdsetter livet mer enn noe annet og fordi det er en gave fra Eksistensfeltet, gjengjelder Jeg ved å ta de tre dharmar i betraktning og tilbyr mine handlinger som en gave til Feltet. Karma yoga er en giver, og ikke en som tar-holdning. Det er passende respons på livets behov. Den ødelegger makten av rajasiske (opprørt og urolig) og tamasiske (sløv og ignorant) ønsker, og omdanner et utadvendt emosjonelt sinn til et fredfullt introspektiv sattvisk sinn. Hva du gjør med livets gave er ditt bidrag til Feltet. Feltet er åpenbart intelligent skapt, slik at det må være en intelligent arkitekt. Og Feltet kontrollerer oss fullstendig: Forårsaker vår pust og at vi spiser og fordøyer maten, og den blir kalt for Gud (Det Totale Sinnet).

Hva vi gjør med livets gave er vårt bidrag til Det Totale Sinn. Hvis du setter pris på fakta, vil du ikke bidra med grådighet, sinne, forfengelighet, løssluppent liv til Det Totale Sinnet. Du vil bidra med et rent liv som en vidunderlig gave, med et muntert, smilende fjes. Du kan finne en oppside for hver nedside, fordi livet er en fullkommen balansert dualitet. Det halv tomme glasset er halv fullt. En positiv holdning er ikke mindre realistisk enn en negativ holdning.

Det beste livet er ikke et materialistisk, fordi det vil ikke hente ut vår virkelige potensialer og det er et liv av problemer, som har en tendens til å gå på akkord med vår ekthet. Å gjøre det du ønsker er den beste tilbedelsen du kan tilby, og da antar en at det ikke involverer skade.

Hvordan virker karma yoga? Før jeg handler tilbyr jeg mine handlinger til Feltet og når resultatene kommer, som de gjør hvert minutt, tar jeg dem som gave, selv om de ikke er hva jeg ønsker meg. Det er lærerike korreksjoner tilbudt fra Feltet til å hjelpe meg å unngå handlinger, som vil produsere uønskete resultater i fremtiden. På den måten setter jeg opp en sunn kommunikasjon med mitt miljø.

Karma yoga er ikke bare passende holdning, men også passende handling.

Arbeid er Ærbødighet - Tilbedelse

Karma yoga er også hengivenhets-yoga - Bhakti Yoga. Det er rett og slett kjærlighet til deg selv i form av skapelsen. Kjærligheten du har for livet er ikke noe du selv har skapt. Det er ikke din kjærlighet. Det er bevissthetens, som er kjærlighet, hengiven i deg og gjennom deg som deg.

Husk at karma yoga handler ikke om hva du gjør eller ikke gjør. Den vil aldri feile, fordi

det er en holdning du tar mot handling, og ikke handlingen i seg selv. Karma yoga betyr å dedikere fullstendig alle dine tanker, ord og handling, før de er foretatt, på et øyeblikk til øyeblikk grunnlag, til Det Totale Sinnet. Det er å foreta seg ens oppgaver, kultivere den passende holdningen til livet og på denne måten tilpasse seg mønstret og harmonien av Skapelsen og du blir levende til den Kosmiske Ordens skjønnhet. Det tar ferdighet til å foreta handling med den passende holdningen, som er å gjøre hva som skal bli gjort, hvorvidt du liker det eller ikke. På denne måten vil liker og misliker, hvordan jeg føler om situasjonen, ikke spille inn. Dine liker og misliker får deg til å foreta deg en handling som ikke er gunstig for sinnsro, slik at karma yogi avstår fra å foreta seg det, fordi det ikke er passende for dem. Å foreta handlinger i harmoni med den naturlige orden (dharmiske handlinger) og unngå handlinger som forstyrrer ordenen (adharmiske handlinger) er karma yoga.

Karma yoga er å holde ens oppmerksomhet på motivasjonen bak ens handlinger og tilpasse seg ens holdning når en finner ut at det produserer vasanaer (tendenser, inntrykk, vaner). Når rajas er sterk, kan ikke sinnet observere seg selv. Det er fanget i framtiden, tanken om at ting bør være annerledes, slik at sinnet handler for å korrigere situasjonen, vanligvis på negative måter; det handler ikke for å korrigere seg selv. Når tamas er dominerende, er sinnet for sløv til å diskriminere: det er disponert for fornektelse og hva vi ønsker å unngå. Rajas og tamas jobber alltid sammen. Når du finner projeksjon (rajas) vil du også finne fornektelse (tamas).

De 5 hellige handlinger:

1. **Tilbedelse av Gud i alle typer former.** Karma yoga er tilbedelse av Gud. Det kan være å besøke et tempel, gi penger til spirituelt arbeide eller synge mantra om symboler av selvet. Isvara/ Maya, skaperen av dharmafeltet er Gud. De fleste moderne spirituelle mennesker har gitt opp religion, fordi så mye lidelse har blitt prasket på menneskeheten i dens navn. Men religiøs impuls, selvkjærlighet i seg selv, er hardt innbundet, som ønsket for identitet. Det er viktig at en karma yogi velger et symbol av selvet, som er attraktivt og oppløftende og dyrke det regelmessig. Det kan være et rituelt offer eller en puja foran et idol eller et foto.

2. **Ubetinget tilbedelse til foreldrene.** Finn en plass i hjertet ditt til å tilpasse dem og gi dem kreditt for de gode kvalitetene de har innprentet i deg. For eksempel hvis du ikke føler kjærlighet når du tenker på foreldrene dine, bør du undersøke/ analysere hvorfor du har problemer med dem. Du bør helbrede forholdet i ditt sinn ved å forstå, for eksempel at hvis den andre personen hadde vært annerledes så ville de ha vært annerledes og at de gjorde sitt beste ifølge deres tilstand. Finn en plass i ditt hjerte, som tilpasser seg dem og gir dem kreditt for de gode kvalitetene de har innprentet i deg. De er ikke i livet ditt fysisk kanskje, men de er fortsatt i ditt sinn. De er en del av det, og det er skapt ut av deg. Helt til du har kjærlige følelser om den delen av ditt sinn, så vil du ikke være helt fri til å undersøke/ analysere skikkelig. I alle tilfeller er essensen av opplysthet kjærlighet, så du bør starte et sted. Når du har løst opp det negative, bring et bilde av dem inni ditt sinn og fyll ditt bilde med kjærlighet. La kjærligheten flyte til bildet så lenge som mulig.

3. Tilbedelse av Skriftene. Meningen med karma yoga er å kultivere hengivenhet, og utvikle din forståelse og oppnå en kontemplativ natur, slik at du kan assimilere undervisningens hensikt. Det kan være å lese en halv time eller en time. Og lytte til tekstene via lydfil eller video i en halv time eller en time og jobbe med selvgransking. Du blir ikke med en gang kontemplativ. Du har kontemplative øyeblikk gjennom hele dagen og innsikter ved siden av. Kultivere disse øyeblikkene og det utadvendte vil gradvis vende innover.

4. Tjeneste til Menneskeheten. Å respondere passende til det som skjer i hverdagen hvor det er naturlig å hjelpe. Det er basert på gjenkjennelse av den essensielle enheten av alle. Serviceorienterte individer er passet godt på. Loka Sangraha er nevnt i de vediske skriftene, som at en endrer sin holdning fra meg og mitt til vår. Å sette pris på å være opptatt av det hele (helheten) og at en er tilknyttet alt og alle.

5. Tilbe Naturen. Det er ingen distanse mellom oss og naturen. Å tilbe naturen er en kontinuerlig mindfulness av ditt miljø. Å bidra til dem inkludert til din kropp, vår mest intime kontakt med naturen. Hvordan vi relaterer til alt i vår delikate balanserte økosystem har en kraftfull effekt på vår sinnstilstand. Resirkulere. Å redusere vår karbonbaserte fotspor. Å være miljøvennlig.

Dharma Yoga

Universelle verdier er kalt for samanya dharma. Problemet med universelle verdier er at de er universelle. De eksisterer i en ideell virkelighet, tilsynelatende atskilt fra hverdagsbekymringene. De betyr bare noe når de blir tolket og handlet på av individer. Tolket verdier er kalt for visesha dharma. Dharma yoga er å være samstemt i livet mitt med universelle verdier. Det betyr at Det Totale Sinnet vet best. Med yoga så mener vi å tilknytte eller være med våre handlinger med det totalets vilje.

Se på baksiden for egoet. Hva skjer når hva jeg ønsker meg ikke er i harmoni med behovet til det totale? En person som er bragt inn i en begjærorientert, liberal, materialistisk, forbrukerorientert samfunn, påført med en sterk sans av personlig benevnelse, som vil ha et stort problem med denne ideen. I Amerika spesielt, den utholdende populariteten av den rebelske arketypen, en forakt for regler er et sterkt testamente til vanskelighetene vi står overfor når vi praktiserer dharma yoga.

Hvis jeg ikke er interessert i ideen av å overgi min vilje til Det Totale Sinnets vilje, vil jeg bli forvirret om behovene av det totale. Noe av denne forvirringen er rettferdiggjort, fordi noen ganger i den spesielle delen av dharmafeltet som jeg bor i er fortryllet av adharmas og ser tilsynelatende ut som behovene av det totale er ond. For eksempel en person som holder seg til loven oppdratt i Tyskland etter den første verdenskrig kunne se at invasjonen av andre nasjoner og konsentrasjonsleirene, som behov av det totale. Og virkelig, forsvaret av lavt-nivå statsborgere, som ble gitt jobben av å administrere konsentrasjonsleirene brukte pliktargumentet, fordi de var preget av å følge reglene uten å tenke. Men det er noen ganger viktig å ignorere umiddelbart behovene av det totale, fordi dets behov er adharmisk. Egoet, som er den del av selvet som er fortryllet av ignor-

anse, er ikke hevet over å bruke smarte argumenter til å unngå å praktisere dharma yoga så det er viktig å definere behovene av det totale mer uttrykkelig.

Skyld

Behovene av det totale alltid er manifestert i mitt spesielle miljø. Jeg finner meg selv i en verden av tilsynelatende levende objekter (jivaer) og åpenbare livløse objekter (materie). Jeg bruker dette miljøet til å få det jeg ønsker. På samme tid så har miljøet sine egne behov. Hvis jeg er en mann og en far så representerer min familie behov av det totale. Familiens enhet passer inn i et større bilde. Det er bilde av de universelle behov til å leve å være lykkelig. Hvis jeg kommer hjem etter arbeide og slår på tv for å slappe av og ignorere mine barn så putter jeg mine behov foran barnas behov, som er et brudd på dharma. Egoet vil rettferdiggjøre det på forskjellige måter: «jeg svetter og arbeider som en slave hele dagen og snur hjulene på forretningen for å skaffe penger til familien og jeg fortjener å slappe av», men han vil ikke virkelig slappe av, fordi dharma har bygget inn; Jeg vil føle meg skyldig. Skyld er en av de mest urolige emosjoner og behov for å bli rensset hvis Subtilkroppen er laget for å gjøre gransking verdig. Skyld stammer fra brudd av dharma.

Visesha dharma er en av de mest nyanserte emne. Vi trenger å se på betydningen av ordet «totale» i denne konteksten, fordi det er en relativ betegnelse. I saken av et individ i Tyskland på den tiden, så var samfunnet det totale. Men det Tyske samfunnet var bare et samfunn i verdens sosiale orden, som er kontrollert av Isvara. Når det tyske totale dukket opp mot det totale, behovene av dharmafeltet i seg selv for frihet, trumfet Tyskerne behov for styrke og kontroll. Når familiedharma kommer i konflikt med samfunnets dharma, som den lever i, så vil den være disiplinært, fordi behovet av det totale kommer først. Loven om framstående landområde eller ulovlig polygami er et eksempel.

Hvilket totale burde avgjøre min atferd? Den amerikanske regjeringen virker å være tilbøyelig til tidvise kriger. Burde jeg betale mine skatter og støtte disse krigene? Hvilke kriger er dharmiske og hvilke kriger er det ikke? Du kan ikke argumentere for at alle kriger er adharmiske, fordi når adharma kommer opp på et visst nivå så vil det alltid komme i konflikt med dharma. Når adharmiske krefter i verdenskulturen kommer opp på et spesielt styrkenivå, inntreffer verdenskriger og en fornuftig balanse mellom dharma og adharma er igjen etablert. Dharmafeltet dør aldri ut, fordi det er evig, men kreftene av dharma og adharma er i kontinuerlig konflikt og derfor er menneskesinnet alltid i konflikt. Fordi alle ikke-menneskelevende vesener følger deres programmer blindt, er det ingen dharma for dem. Men, på grunn av fri vilje, kan mennesker tenke og så er de ut satt for dharma og adharma. Å forstå dharma og karma er virkelig vanskelig, fordi linjen som staker ut mellom dem er aldri fullstendig klar. Noen ganger kan gode handlinger produsere skadelige konsekvenser og noen ganger kan skadelignende handlinger produsere gode konsekvenser. Å se fra bevissthetens ståsted så finnes det ingen gode eller dårlige handlinger eller konsekvenser, bare evig dualitetsspill.

Visesha dharma, er anvending av samanya dharma til hverdagen er fylt med vanskeligheter på grunn av adharmas. Men hva er motsetning til dharma en gang er ikke nødvendigvis motsetning til dharma en annen gang. For eksempel, en raner som stikker kniven inn i magen på en fremmed på gaten er skyldig av adharmisk atferd. Men en kirurg, som putter kniven i magen av noen med en infisert blindtarm følger dharma selv hvis pasienten dør. Begge følger deres svadharma. Det er naturen av de med kriminelle samskaraer til å rane og det er naturen av disse med helgenaktige samskaraer til å helbrede. Men verdien av handlingen i seg selv avhenger av konteksten. Du kan argumentere at det å drepe en mann for penger tilfredsstiller behovene den kriminelle har for hans neste måltid, men det gjør det på bekostning av livet av en annen. Det er ikke vanskelig å forstå at verdien av livet trumfer verdien av neste måltid. Poenget med denne diskusjonen ligger imidlertid i å sette pris på det faktum at det er en kontinuerlig spenning mellom dharma og adharmas så langt vedrørende våre ønsker. Spenningen er løst av praksisen av dharma/ karma yoga.

Dharma er intimt forbundet med karma, fordi det betyr ikke noe annet enn fra handlingene, som støtter eller bestrider det. For å holde dharma i live så kreves det handling. I enhver sak er det ikke alltid klart hvordan respondere dharmisk til enhver gitt situasjon. Burde jeg fortelle sannheten eller skade noens følelser eller burde jeg fortelle en hvit løgn og føle meg dårlig fordi jeg brøt verdien av ærlighet. For øvrig er det å uttrykke ens følelser noen ganger dharmisk og noen ganger ikke, det avhenger av konteksten. Spesielt ufølsomme individer med en sterk sans for moral finner seg selv involvert i veldig ubehagelige situasjoner, fordi deres behov for å fortelle sannheten. Hvordan jeg føler er en sannhet. Det er ikke sannheten.

Mennesker hvor deres sinn er fortryllet av tamas ønsker vanligvis en oppskrift for livet. Fordi deres intellekt er uklart *så de mangler diskriminasjonen til å forhandle i dharmafeltet. De ønsker en svart og en hvit film. Men livet er skygger av grå: Det er vanligvis usikkerhet til hvilke handlinger som er riktige og hvilke handlinger som er feil, begge uttrykt i svadharma og visesha dharma. Derfor på emne av handling, så er diskriminasjon alltid forlangt, ideen om å være at granskeren trenger å prestere handlinger som har mest fordelaktig innflytelse på Subtilkroppen. Eller for å erklære det negativt, til å prestere handlinger som har den minste ufordelaktige innflytelse når en tar hensyn til dharma.*

I et nøtteskall, er dharma yoga å ofre ens personlige behov for Isvara, behovene av det totale, men bare når det er en konflikt. «Handlere-som-Gjør-Gode handlinger» er individer, som ser muligheter til å ofre. Dette kvalifiserer ikke som dharma yoga, fordi det er motivert av en sans av moralsk utilstrekkelighet, fordi det bygger en sans av selvrettferdig ego. Dharma yoga er en stor mulighet til å bringe ego på plass og fjerne sansen av det å være atskilt. Likevel, hvis det er din natur å hjelpe, så er det viktig å følge din natur.

En moden kulturbevisst person er noen som er oppmerksom på hans eller hennes egne behov, men forstår at behovet til å vedlikeholde dharma er en tjeneste til det totale.

Verdenslitteraturen er full av store erklæringer over viktigheten av dharma og det framstilles ofte som en episk kamp mellom mytiske supernaturlige krefter, men livet er ingen drama. Det er bare liv. Praksisen av dharma yoga på daglig basis betyr litt mer enn å vedlikeholde tradisjoner av høflighet eller til å rekke ut mer skriftlig, til å observere gode manerer.

Spirituell praksis er litt mer enn å løse den seige konflikten som forstyrrer Subtil Kroppen. Konflikt kommer fra å ikke følge din svadharma, fra upassende tolkning av samanya dharma fra bekymring av handlingens frukter. Karma/ Dharma yoga løser disse konfliktene. Mens praksisen modnes og sinnet vender innover og blir fredfullt, så blir det etablert i sattva, lyset av bevissthet, som skinner klart i den, og du vil identifisere det lyset, som ditt eget selv.

6. UPASANA YOGA – MEDITASJON OG SELVKUNNSKAP

Meditasjon og Selvkunnskap

Det er ulike holdninger om meditasjon i ulike yogamiljøer og andre åndelige kretser. De fleste er opptatt av å oppnå spesielle tilstander eller dra til spesielle steder for oppnå opplysthet, ekstase, lykksalighet m.m. Eller oppnå helsemessige fordelaktige effekter og andre grunner til meditasjon. Hvilken holdning man har til meditasjon er individuelt og en får respektere ulike holdninger til det. Vedanta sin holdning vil helt sikkert provosere de som har annerledes holdning til meditasjon, men sånn er livet og vi må jo undersøke selv hva som fungerer for seg selv.

Erfaringsmessig meditasjon er en anstrengelse over å endre ens erfaring og hvorfor vil en ha en annerledes erfaring enn den ordinære livserfaring? På grunn av ignoransen av ens natur, som alltid-tilstedeværende, alltid hel, fri og fullstendig, grenseløs bevissthet eksistens så tror jeg at jeg er begrenset, liten, ufullstendig kropp-sinn fenomen og trenger derfor ekstraordinære erfaringer for å føle meg fullkommen og lykksalig. For å meditere igjen og igjen for å oppnå erfaringsmessig lykksalighet vil føre til at en styrker ignoransebaserte tendenser (inntrykk) for et subtilt objekt, som et middel for å føle seg lykkelig.

Meditasjon uten kunnskap er det samme som å forberede et utsøkt måltid uten å spise det.

Når jeg objektivt sett vet at alt er i endring i sinnet inkludert erfaringer og at man utvikler en sterk vasana (programmering/ tendens) til selvkunnskap. Når kunnskapen er klar og stødig så navigerer en gjennom livet med full selvtilitt i dens evigvarende, grenseløse, bevisste eksistens. Dette er lykksaligheten som Vedanta referer til.

På lang sikt vil erfaringsmessig meditasjon rense sinnet. Det kan være smertefullt og frustrerende, fordi de behagelige tilstandene produsert av meditasjon forsvinner alltid, som alt annet i den tilsynelatende virkeligheten. Men en eller annen gang i fremtiden så

vil den mediterende komme i kontakt med den direkte kunnskapen «Du er det». Erklæringen *du er hva du søker etter* vil komme inn i livet til den mediterende og han eller hun vil være mer interessert i forståelse og kunnskap istedenfor erfaring. I Vedanta er meditasjon synonymt med kontemplasjon av undervisningen, det er en anstrengelse i granskingen som er presentert av vedaskriftene og forståelsen med ytterligere assimilering av ens natur.

Intellektuell kunnskap er absolutt nødvendig siden all kunnskap bare tar plass i intellektet. Selvkunnskap er ikke det samme som intellektuell kunnskap, fordi intellektuell kunnskap avhenger av subjekt-objekt dualitet (den som har kjennskap og objektets kunnskap) og er alltid utsatt for feil og ytterligere forbedringer. Selvkunnskap krever ikke et objekt for dens kunnskap og med en gang det er kjent er det kjent for godt. Det er selvet, som kjenner seg selv til å være det eneste selv som er.

Selvkunnskap tar plass i intellektet, men bare på en måte at selvet ved hjelp av subtilkroppen (den erfarende entitet) har kjennskap til seg selv gjennom dets refleksjon i et subtilt intellekt. Det neste spørsmålet vil være: Hvordan omdanne selvkunnskap til moksha (frihet)? Ved kontinuerlig anvendelse av Vedantaundervisningene og gjenstående av ens bindende programmeringer og tendenser, som vil gradvis tørke ut og forårsaker en sans av grenseløshet, selvtillit og tilfredsstillelse uansett omstendigheter og erfaringer.

Handleren er problemet i meditasjon

Karma yoga har med å benekte handleren, som er essensielt for selvgransking. Upasana yoga er meditasjon, kontemplering (manana) av undervisningen. Nididhyasana er det avsluttende nivået, selvaktualisering. Det er for selvrealiserte mennesker, som fortsatt har arbeid å gjøre for å få bindende-vasanaer til ikke-bindende. Det kan ta år til flere tiår for noen.

Det er ingen separasjon mellom deg (bevissthet/ selv) og den tilsynelatende virkeligheten, alt er perfekt og bare deg. Det er ingen behov for noen erfaringer, meditasjon eller lignende. Du er meditasjon. Du er forskjellen, som individ - opplyst eller ikke, så er det en del av karma yoga og gi tilbake til EksistensFeltet. Karma yoga har med å handle med takknemlighet og sette pris på denne enestående skapelsen og alt det gir deg. Å endre på verden er fåfengt, fordi Det Totale Sinnet alene har ansvar for alle objektene og tar vare på det Totale på en perfekt måte. Verden er perfekt som den er.

Meditasjon er bare effektiv når han eller hun forplikter seg til Karma Yoga - å overgi resultatene til Det Totale Sinnet, Eksistens-feltet, Livet. Meditasjon endrer ikke verden eller deg som individ, men fordelen er sattvisk sinn: fredfullt sinn. Du blir en som bidrar til livet. Den gjør en forskjell i verden i det at dess mer fredfull du er dess mer sattva bidrar du til livet. Men hele poenget med meditasjon er å forberede sinnet til selvgransking, det er alt. Meditasjon vil ikke fjerne ignoranse, bare selvkunnskap kan gjøre det.

Meditasjon er ikke nødvendig for Moksa - frigjøring

Meditasjon er et verktøy som kan hjelpe til selvgransking, men er aldri jevnbyrdig med selvgransking og vil aldri levere moksa. Moksa har ingenting med yoga å gjøre - unntatt indirekte. Meditasjon fungerer bare når meditereren, den som mediterer er benektet. Det er problemet med meditasjon. Den benekter ikke handleren slik at den som mediterer må fortsette å meditere til å finne lettelse fra sinnet.

Selvkunnskap avslører at det er ikke sinnet, som er problemet. Det er identifisering med sinnet, som er problemet. Mange yogier sitter fast, fordi de er overbevist om at de må gjøre noe for å oppnå opplysning. Moksa kan ikke bli oppnådd ved å gjøre noe, bare gjennom kunnskap. Ingen handling (som yoga/ meditasjon) kan lede til et grenseløst resultat, som moksa. Selv om selvgransking er en slags handling, benekter den handleren og leder til selvkunnskap, som er grenseløs.

Meditasjon er ikke et gyldig kunnskapsmiddel, som Vedanta er. Bare selvkunnskap vil sette en fri av meditereren/ erfareren/ handleren, fordi du - bevissthet/ selv - er allerede fri. Erfaring av selvet leder vanligvis ikke til frihet, moksa og det er mange frustrerte mediterende, som ønsker erfaringene de har hatt tilbake. Meditasjon er bare et annet objekt, som viser seg i deg, tillater refleksjon av selvet til å vise seg i et stille sinn. Du erfarer selvet, hvorvidt du mediterer eller ikke. Du bare vet det ikke.

Selvet, bevissthet (deg) er ingen objekt av persepsjon og kan ikke bli kjent av sinnet, fordi sinnet er for grov og selvet for subtilt. Objektet eller effekten kan ikke ha kjennskap til subjektet, årsaken. Selvet er bakenfor sinnet og det eneste kunnskapsmiddelet sinnet må ha kjennskap til noe er persepsjon og konklusjon, som er egnet for å kjennskap til objekter, men ikke egnet som kunnskapsmiddel til å ha kjennskap til bevissthet. Bare Vedanta tilbyr et fullstendig og gyldig kunnskapsmiddel for bevissthet. Vedanta blir kalt for Brahma Vidya, bevissthetsvitenskap eller selvkunnskap.

Selv om vi kan ha en erfaring av selvets refleksjon i et rent, sattvisk sinn i meditasjon så er det ikke nok til å sette oss fri av handleren. Vi trenger å eksponere sinnet til selvgransking og la selvkunnskapen fjerne vår ignoranse (avidya). Kunnskapen, som meditasjon er skapt for å meddele er fullt ut assimilert. Selvkunnskap sitter solid og dypt integrert i kropp og sinn. Det er ingen tvil om hvem vi er og vi har fjernet endel programmeringer, inntrykk og tendenser (bindinger), som ikke tjener dine høyeste verdier: Jeg er hel, fullkommen og ikke-dualistisk bevissthet - og ikke den som mediterer, som er en refleksjon (kropp-sinn verktøyet).

Selvgransking er anvendelse av kunnskap i ditt liv. Den er ikke avhengig av handling, handleren. Hvis handleren ikke er benektet (i overført betydning), kan ikke moksa oppnås. Selvgransking erklærer at bevissthet er vår sanne natur og både kunnskap og ignoranse er objekter som viser seg i deg, bevissthet. Å holde på kunnskapen i sinnet og ha

vedvarende kontemplasjoner på det er selvgransking. Derfor er selvgransking forskjellig fra meditasjon, fordi kunnskapen er vedlikeholdt av en handling av vilje, mens derimot i meditasjon dukker kunnskapen gjennom en spesiell handling/ erfaring og slutter når erfaringen er over.

Selvgransking er overlegen meditasjon fordi handleren trenger ikke å vedlikeholde en spesiell tilstand eller vente på kunnskap. Han eller henne har kunnskapen allerede og anvender det vedvarende. De fleste som mediterer har ikke kjennskap til verdien av kunnskap, mens derimot granskere gjør det. Kunnskap kan dukke opp i meditasjon eller ikke. Hvis den gjør det, så sier vi at meditasjon er en ledende feil. Men selv om meditasjon leder til kunnskapen om ubrutt «Jeg-tanke» (Akandakara Vritti) så sitter ikke kunnskapen alltid, som påpekt tidligere. Akandakara Vritti er en subtil ubrutt tanke om hvem jeg er - min identitet, som man kontemplerer helt til det sitter stødig som nevnt i kropp og sinn:

- 1) Jeg er av natur evigvarende eksistens/ bevissthet.
- 2) Jeg er den eneste kilden til permanent fred, sikkerhet og lykke.
- 3) Ved min enkle tilstedeværelse gir jeg liv til denne materielle kroppen og opplever det materielle universet.
- 4) Jeg er aldri berørt av det som skjer i den materielle verden eller til den materielle kroppen.
- 5) Når jeg glemmer min virkelige natur, gjør jeg om livet til en byrde. Når jeg husker min natur, gjør jeg om livet til underholdning.

«Alt er født i meg, alt har sin eksistens i meg, og alt oppløses tilbake til meg. Jeg er den grenseløse bevissthet, den ene uten den andre.»

Stillhet har ikke noe problemer med ignoranse

Meningen med å holde oppmerksomheten stødig på Selvet er å løse opp ignoranse. Hvis vi anvender Hvem er jeg? - ideen, kommer vi opp med et interessant spørsmål: Hvem er det som holder på oppmerksomheten om hva? Er det noe annet enn Selvet som mediterer på Selvet? Eller hvis vi formulerer vår gransking når det gjelder kunnskapsmidler så trenger vi å spørre oss hvordan Selvet er kjent. Kunnskap av noe annet enn det kan ikke være opplysthet, siden vi har ikke-dualitetsfaktorer, et subjekt og et objekt.

Når kunnskap eller realisering tar plass, ser vi at det er Selvet som tilsynelatende mediterer på Selvet. I virkeligheten eksisterer ikke meditasjon, fordi selvet er ikke-dualitet. At Selvet mediterer på Selvet er ganske enkelt språket av erfaring, som gir seg ut for å være kunnskap.

Når diskriminasjonen mellom Selv og ikke-Selv ødelegger egoets tro om det å være atskilt, tar Selvrealisering sted og praksisen av meditasjon blir meditasjonsnivå, uanstrengt bevissthet. Når tiden går, beveger diskriminasjonen seg fra forreste del til

bakgrunnen av sinnet hvor det opererer kontinuerlig og uanstrengt for å holde sinnet fredfullt og lykkelig. En situasjon som er lik kunnskapen av ens navn, som ikke konstant opererer i det bevisste sinnet, men dukker opp i bevissthet ved et øyeblikksvarsel skulle behovet dukke opp.

Overgangen fra erfaringen av Selvet til kunnskapen «Jeg er Selvet» er forsikret når Selvrealisering finner sted selv om det kan ta tid før sporene av dualistisk tankegang visner bort. Som den rensete, granskende subtil kroppen (ego-sinn-intellekt) ser innover på Selvet og kontinuerlig diskriminerer mellom Selvet og Ikke-Selvet. Og en dag uten fanfare så vil et veldig subtilt skifte i visjonen inntreffe og den mediterende realiserer at han eller hun ikke lenger mediterer på Selvet, men har «blitt» Selvet, som observerer den tilsynelatende mediterende. Vi er meditasjon i seg selv og vi er Selvet som er et vitne eller observerer den tilsynelatende personen som mediterer.

Selvkunnskap er ikke intellektuelt, som nevnt tidligere. Opplysthet er nytteløst hvis det ikke etableres tanken i intellektet: «Jeg er grenseløs bevissthet», fordi Selvet fungerer gjennom intellektet i denne verden. Hvis jeg erfarer grenseløshet på et dypere eller transcenderende nivå og har ingen intellekt til å fatte med, vil bare erfaringen tjene å provosere en konflikt inni meg.

Swami Dayananda gav en veldig klar undervisning om stillhet - som er: Stillhet motsetter seg ikke ignoranse. Stillhet vil ikke lære deg og vil aldri fjerne ignoranse av din sanne natur. Mens stillhet er en god måte å beskrive sattva (den mest subtile manifesteringen av sat... bevissthet), som er sann sinnsnatur når det er klart og ikke forurenses av rajas og tamas. Likevel siden stillhet ikke er bevisst, så kan den ikke bli kombinert med bevissthet, fordi det er mithya (verden i endring) og bevissthet er satya (uforanderlig).

Stillhet er ikke bevissthet/ selv. Og som med «rom» så er det likevel en god metafor for bevissthet/ selv. Den gjennomtrenger alt i verden.

Moksa er ikke stillhet nødvendigvis. Stillhet er et objekt, som viser seg tilsynelatende inni bevissthet. Moksa er bevissthetens natur i seg selv.

Meditasjon er en handling og erfaringen til Ramana Maharshi

Meditasjon er en handling. Selv om noen meditasjoner insisterer på at kroppen skal være i posisjon på en spesiell måte, så er meditasjon en handling av sinnet. Vi kaller det for manasa karma. Mennesker som mediterer tror at teknikken vil produsere erfaringen av opplysthet. Dette er grunnen til at du ser at opplysthet blir solgt som en tilstand i yogisk litteratur så vel som den åpenbare mangel på et selvkunnskapsmiddel. Den som mediterer ønsker å oppnå en spesiell tilstand som Samadhi eller Nirvana. Vi vet at det ikke er mulig, fordi virkeligheten er ikke-dualistisk bevissthet. Ikke-dualitet betyr at det bare er en tilstand og at du er den. Gunaer er tre forskjellige tilstander skapt av Maya ut av ikke-dualistisk bevissthet. Imidlertid, kan meditasjon ved en feiltakelse lede til frigjør-

ring. Derfor blir det kalt for en ledende feil.

En av de beste eksemplene på en ledende feil er erfaringen av Ramana Maharshi en av Indias største vismenn.

Du tolker hva som skjer riktig i lyset av din natur, som bevissthet. Du har mestret gunstene på en passende måte og skapt et veldig stille rent sinn. Din oppmerksomhet er fastsatt på refleksjonen av selvet. Du tror at du er en person, som mediterer på selvet, men du er egentlig selvet som mediterer på din refleksjon i sinnet.

Før vi kommer til poenget, så er det viktig å ha kjennskap til at meditasjon, å holde din oppmerksomhet på refleksjonen av selvet brenner vasanaer veldig raskt, ikke så raskt som selvkunnskap, men mye raskere enn karma yoga. Den brenner dem fordi en vasana trenger å bli meditert på og spilt ut for å bli resirkulert. Hvis du ikke tenker på det eller utfører handlinger som forbinder det, så brenner det opp i meditasjon.

Tilslutt, før vi går tilbake til forholdet mellom meditasjon og selvkunnskap, er det også viktig å vite at meditasjon er en av de mest behagelige erfaringer kjent av menneske, fordi sinnet er ikke plaget av vasanaer. Meditasjon betyr ikke at du sliter med vasanaer, og venter på at de vil bli fjernet før du føler fred. Det er å holde oppmerksomhet på refleksjonen av bevissthet. Hvis du mediterer bare for fred, for avlastning fra vasanainduisert stress, vil du uten tvil miste den virkelige meningen av meditasjon.

Den virkelige meningen er kunnskapen, som Ramana Maharshi sa: «Jeg er ånd (les som bevissthet) overskrider kropp». Denne kunnskapen i form av en tanke er kalt for akan-dakara vritti. Den kan vise seg i hvilket som helst språk, som du snakker og ordene kan variere, men kunnskapen er «Jeg er hel og fullstendig ikke-dualistisk ordinær handlingsløs ubekymret bevissthet.» Ramana forstod på en eller annen måte intuitivt verdien av denne kunnskapen og det virker som om det ble hans primære identitet på den tiden eller senere da på hans opphold i hulen. Dette er hvorfor, på lag med Vedanta, at han sa: «Ved kunnskap alene er selvet oppnådd.»

Praktisk talt blir ingen opplyst gjennom meditasjon, fordi de mediterer for erfaring og ikke for kunnskap. De gjør det, fordi de forstår ikke verdien av selvkunnskap. Men meditasjon kan bli en ledende feil. Gransking kan utvikles og du kan sette pris på verdien av tanken «Jeg er grenseløs bevissthet» når den dukker opp.

Bhagavad Gita og emnet meditasjon

Bhagavad Gita presenterer ikke meditasjon før man forstår hva karma yoga og dharma yoga handler om. Å mestre stress på grunn av meditasjon er en ting, men i forbindelse med selvkunnskap er det andre sider i bildet. Frihet er jo det ultimate, valgløse målet vårt (frigjøring/ moksa).

En Zen buddhistisk lærer jeg fulgte en periode sa dette om holdning til meditasjon blant tibetanske munkar når han var i Tibet i noen år:

Om en munk hadde problemer med noe emosjonelt eller hva det var, var løsningen å meditere «mer». Men problemet er at det ikke løser opp i problemene, bare forskyver dem eller unngår dem.

Meditasjon har sine fordeler og ulemper som alt annet i denne verden. Og her deler jeg med dere litt fra Bhagavad Gita om holdning og kunnskap til meditasjon:

KAPITTEL 5 - INTRODUKSJON TIL VEDANTA MEDITASJON VERS 27-29

Sravanam (lytting) uten meditasjon er som å legge til sukker i teen uten å røre den: Sukkeret synker til bunnen av koppen og teen smaker ikke søtt. Meditasjon er å trekke seg tilbake fra aktiviteter i verden og rører kunnskapen oppnådd i lyttefasen til personligheten blir moden og søt.

KAPITTEL 6 - MEDITASJON

Vers 1-2 Krishna sa, hva som er kalt karma yoga er egentlig avkall, selv om karmayogien, i motsetning til avkallet, gjør handling fordi en person som ikke gir opp ønsket for begrensede resultater er ingen karma yogi.

3. Karma yoga er middelet til å oppnå en mediterende karakter. For en mediterende person, avkall av sansen for handleren er middelet.

4. Ikke-binding til sanseobjekter og handling basert på avkallet av ignoranse, det som forårsaker ønsker for objekter, er frigjøring.

5-6. Avhenger av din forståelse, er selvet verken din venn eller din fiende. Selvet er din venn hvis du har mestret ditt sinn og en fiende om du ikke har det.

7. Sinnet er mestret når den ikke ser noe forskjell på varme og kulde, nytelse eller smerte, hyllest eller klandring.

8-9. En person som ikke ser forskjell på en gullklump og et kråkeekskrement, venn og en fiende, en helgen og en synder og har mestret kropp/sinn sansekomplekset, er en (opplyst) yogi.

10-16. For rensing av sinnet, en mediterende som er forpliktet til kyskhhet burde sitte i en fredfull plass, roe ned kroppen og trekke tilbake sinnet fra tanker av objekter og generere ubrutte tankekjeder om selvet. Kontinuerlig å forbinde sinnet til selvet på denne måten produserer inngående frigjørings-fred.

17-18. Meditasjon fungerer ikke så bra for storspisere eller de som faster, hyperaktive (rajasiske) eller late (tamasiske) mennesker.

19-25. Når sinnet er tilfreds med selvet alene og ønsker for objekter ikke forstyrrer, har den mediterende fullført (oppnådd). Han eller hun har oppnådd når intellektet, har slått rot i selvet, og ikke lengter etter større nytelse og er upåvirket av stor sorg. Meditasjonens yoga, ivrig etter å jakte etter klarhet som mening. Det er kontinuerlig praksis av å løse et ustødig sinn i selvet inntil det er fullstendig under kontroll.

27-32. Den mest opphøyde lykke kommer til en hvor livet er fri for defekter, og hvem som ikke ser forskjell mellom nytelse og smerte, hyllest og klandring fordi alt er kjent til å være en selv. Det kommer til det sinnet, som er fredelig og hvor urenheter har blitt løst av kunnskapen «Jeg er grenseløs ordinær bevissthet, selvet».

33-34. Arjuna sa, «Jeg ser ikke denne yogaen som du snakker om fordi mitt sinn er forstyrret, som veletablert tyrann. Det er umulig å kontrollere som vinden».

35-36 Krishna svarte, «Sinnets er virkelig en tyrann, men det kan bli bragt under kontroll av kontinuerlig praksis og objektivitet.»

38-39. Arjuna sa, «Hva skjer med meg hvis jeg mister kunnskapen av hvem jeg er og ikke er i stand til å oppnå denne yogaen som du snakker om? Du er den eneste som kan fjerne denne tvilen.»

40. Krishna sa, «Ingen som gjør hederlige handlinger vil det gå dårlig med, Arjuna. Du vil bli gjenfødt i en suksessrik familie av rettskafne mennesker og du vil fortsette der du slapp i denne fødselen. Yoga er overlegen til livsstilsmeditasjon, til intellektuell kunnskap av selvet, og overlegen til sansen av handleren. Derfor, bli en yogi, Arjuna. Den som har tillit i min visjon, som kontemplerer det helhjertelig, er den mest opphøyde yogi.»

SAMMENDRAG KAPITTEL 6 - MEDITASJON

Meditasjon på former er meditasjon på objekter, fordi bare objekter har former. Det er dualistisk og blir kalt for upanasam. Den krever ikke studier av skriftene.

Meditasjon hvor det er intet skille mellom subjektet og objektet blir kalt for ikke-dualistisk eller formløs meditasjon, nididyanam. Det er bare mulig etter å ha hørt Vedantaundervisningen. Det er ikke for frigjøring fordi frigjøring er den mediterendes natur. Hvordan kan du oppnå eller erfare den? Frigjøring er ingen hendelse. Den blir bare avslørt gjennom gransking.

Meditasjon er ikke for selvkunnskap. Hvis den var det så hadde det ikke vært noe behov for Vedanta. Selvkunnskap er kommunisert av en levende kompetent lærer, som utfolder et bevist selvkunnskapsmiddel og er i tre nivåprosesser: 1) Lytte 2) Refleksjon og gransking 3) Assimilering

Erfaring vil ikke skifte ens identitet fra individet til bevissthet, med kanskje midlertidige unntak. Mediterende tar individet til å være selvet og vil gi det en spesiell erfaring. Med øyne oppe eller lukket, sittende eller stående, er meditasjon praksis av selvkunnskap og det behøves å fullstendig skifte meningen med ordet «Jeg» fra individ til bevissthet. Vedantameditasjon er for assimilering (integrering) av selvkunnskapen.

(A) Krav for meditasjon - vers 1-9, 16-17

1. Selvtillit 2. Selvmotivasjon. 3. Selvintegrering. Kroppen bør være sunn. Følelsene burde være omdannet til hengivenhet. Tankene bør være i harmoni med skriften. 4. Karma yoga er obligatorisk, fordi uten den så vil programmeringer (tendenser) forstyrre sinnet og forhindre gransking: Praksisen og assimileringen av undervisningene.

(B) Fire spesifikke Disipliner for Meditasjon vers 10-17

1. Rett sted. Passende atmosfære. 2. Rett tid. Meditere når sinnet hovedsakelig er sattvisk (fredelig og rolig). 3. Sittestilling 4. Meditasjons vennlige positur: a) Kroppen har sluttet seg til. b) Trukket tilbake sanseorganer c) Rytmisk pusting. d) Roe følelser. e) Sterk overbevisning om at meditasjon er verdifullt.

(C) Prosessen og Meditasjonens Natur vers 18-32

Meditasjon handler ikke om å fjerne tanker. Det handler om mentalt å dvele ved mange av særpregene av selvet (ikke-dualitet, altgjennomtrengende, evig, ufødt, selvlysende, uavhengig og så videre) og objektenes natur, spesielt objektenes uvarighet, verdens nullsum spillsnatur, handlerskap, Nyteren og så videre. Det leder til fullstendig absorbering av undervisningen. Meningen er å skape en slags sterk satya/ mithya vasana hvor kunnskapen automatisk dukker opp når det trengs. Den er suksessfull når dualistisk tankegang ikke erstatter ikke-dualitets tanke. Dualistisk tankegang eksisterer kanskje, men er alltid underordnet til ikke-dualitetstanke.

(D) Fordelen med Meditasjon - vers 18-32

Ikke-dualitetsvisjon, Medfølelse

(E) Hindringer til Meditasjon - Et Vandrende Sinn vers 33-36

Løsningen er objektivitet og repeterende praksis. Fjerne liker og misliker med karma yoga og med kunnskap. Å tenke gjennom undervisningen på defektene (baksider) av objekter til de som en er bundet til.

(F) Hva skjer hvis du feiler å sette deg fri? Vers 37-45

Aruna mangler selvtillit til å lykkes og Krishna oppmuntre Arjuna ved å fortelle ham at han vil klare det en gang.

Upasana Yoga

Upasana yoga er en disiplinskunst. Det handler om rensing og integrering av personligheten. Vi har alle en mengde med kraft (shakti) og med denne kraften er vi kapabel til å oppnå ulike ting. Det er mange måter denne kraften er sløst bort eller forsvunnet på. Når vi lærer å kultivere denne kraften så kan vi bruke det til konstruktive formål. Disiplin er derfor nødvendig for å bevare og kanalisere denne energien.

Disse kreftene kan bli klassifisert som ønskekraft (ichha shakti), kraft til å vite og ha kjennskap (jnana shakti) og handlekraft (kriya shakti). I motsetning til vanlig spirituell oppfatning at ønsker (begjær) er noe negativt så er ønskekraften egentlig noe høyst nødvendig. Det er bare gjennom ønske at vi kan søke det høyeste målet i livet. En hund kan ikke ønske moksa, frigjøring eller frihet - et menneske kan det. Vi trenger å aktualisere dette ønske og til dette har vi kraft til å vite og kraft til å handle. Det er gjennom disiplin av sinnet at disse tre kreftene kan bli skikkelig til nytte.

Disiplin er prinsippet av både kvalitet- og kvantitetskontroll. Dette gjelder til alle handlinger som vi gjennomgår. Skriftene snakker om fire disiplinsnivåer:

1) Kroppsdisiplin. 2) Taledisiplin. 3) Sanseorgandisiplin 4) Sinnsdisiplin.

FYSISK DISIPLIN

Det er viktig å gi oppmerksomhet til den fysiske kroppen, fordi en sunn kropp er grunnleggende krav for enhver oppnåelse, inkludert frigjøring. Uten god helse kan vi ikke oppnå noe. Selv om vi ser ut til å oppnå noe uten god helse, vil vi ikke være i stand til å nyte fruktene av vårt arbeide.

I Bhagavad Gita så sier Krishna at for vår helse sin skyld, bør vi observere disiplinen i hva vi spiser, både når vi snakker om kvalitet og kvantitet. Å spise for mye er farlig og det samme er å faste for mye. Det samme med for mye aktiviteter noe som ikke er bra og like mye unnskyldning til ekstrem inaktivitet. Aktivitet og inaktivitet bør være balansert. Alle disse tingene krever balanse slik at den fysiske kroppen er i form for å beskjeftige seg med frihet (moksa). Yoga, fysisk trening og et godt kosthold er noe av de metodene som er anbefalt for å holde kroppen i form.

VERBAL DISIPLIN

Prinsippet av kvalitet og kvantitet gjelder også til ens tale. Vedantaundervisningene sier endel hvor viktig verbal disiplin er. Det er anbefalt at vi unngår argumentering siden det frigir endel tid, energi og stress. Vi bør også unngå sladder og snakke om andre. Tilslutt er vi rådet til å unngå verdiløs skravling, prat som verken er til nytte for den som prater og den som lytter.

Å prate for mye om fortiden eller fremtiden er generelt sløsing av tid om det ikke kan bli brukt til referanse til nåtiden. Mange mennesker mister mye energi ved å dvel ved fortid og fremtid, som gjør at det tar fra dem muligheten til å være i stand til å nyte livet i nåtiden. Ved å unngå argumentering (diskutering), sladring og verdiløs prat så finner vi ut at kvantiteten av vår tale reduseres betydelig og det frigir mye energi for andre ting. Når det gjelder kvalitetskontroll så bør vår tale være ikke-krenkende, høflig, nyttig og sann.

SENSORISK DISIPLIN

Sanseorganene er som åpne dører, inngang hvor verden entrer vårt sinn i form av lyd, berøring, farge, smak og lukt. Disse sanseorganene opererer automatisk når som helst når vi er i den utadvendte verden. Uansett om vi liker det eller ikke, tilfører de strømmer i vårt sinn. Når verden formes i sinnet via sansene, har den kapasitet til å forstyrre og forurene vårt sinn. Det er hvorfor disiplin er nødvendig til å unngå verden fra å oppføre sinnet.

Holde seg unna usunne atmosfærer er hovedsensorisk disiplin, som det er å unngå tendenser til å overdrive av såkalt helseting. Å unngå tilgangen og usunn eksponering er nødvendig, fordi sanseorganene er en åpen inngang, som bør bli vaktet. Swami Chinmayananda rådet oss til å sette opp en tavle «Ingen adgang uten tillatelse. Ikke gjør sin-

net om til et offentlig toalett for å bli uren». Denne sansedisiplinen er oppnådd gjennom et liv av årvåken diskriminasjon (dømmekraft og skjelneevne).

MENTAL DISIPLIN

Å disiplinere sinnet er det viktigste aspektet. Det er fire aspekter av sinnet, som bør bli tatt vare på:

- 1) **Avslapping:** Disse dagers stress har nådd pandemiske proporsjoner i vårt samfunn. Sinnet bør bli beskyttet mot dette, for et avslappet sinn er i stand til å oppnå hva som helst i livet, fra materielle til spirituelle mål. Å være i stand til å kultivere et fredelig, avslappet sinn er essensielt.
- 2) **Konsentrasjon:** Vi trenger å være i stand til å fokusere sinnet. I vår raske tempo kultur, er manko av oppmerksomhet blitt normen. Å være i stand til å fokusere på sinnet på et spesielt emne for en gitt lengde av tiden er essensielt for at Vedanta skal virke.
- 3) **Ekspansjon/ Utfoldelse:** Sinnet bør være i stand til å utvides til å være tilpasningsdyktig til alle aspekter av skapelsen. Dette betyr at en trenger et åpent, utvidende og granskende sinn, og ikke være fengslet til trangsynt, begrenset mentalitet.
- 4) **Forfinelse:** Et raffinert sinn skjer ved kultivering av etiske verdier. Disse kritiske evnene kan bli utviklet av meditasjonspraksis (upasanam). Basert på hver av disse evnene så kan meditasjon bli klassifisert inn i fire typer:

Avslapping meditasjon:

En av hovedgrunnene til at mange mennesker praktiserer meditasjon er for dens veldokumenterte avslappingseffekter. Med denne type meditasjon så er målet å kultivere dyp sans av fysisk og mental avslapping. Det er forskjellige metoder for å oppnå dette, blant annet å følge strømmen av inn- og utpust eller visualisere nydelige omgivelser, som hager, fjell, himmelen eller havet. Naturen er alltid avslappet og fri fra spenninger, som er grunnen til at visualisering er en effektiv avslappingsmetode.

Konsentrasjon meditasjon:

Med konsentrasjons meditasjon så er sinnet fokusert på en spesiell oppgave, opplesing eller visualisering av navn og form av Gud, tilbyr spesielle bønner eller reflektere på vers av vedaskriftene. Bruken av mantra er en utmerket form av konsentrasjonsmeditasjon, og har blitt brukt i tusener av år. Chantingen er gjort mentalt som sinnet repeterer et enkelt mantra, f.eks. Om Namah Shivaya eller Om Namo Narayanaya. Handlingen av konsentrasjon fokuserer sinnet og genererer et fredfullt og årvåken og konsentrert sinnstilstand.

Utfoldelse meditasjon:

Denne form for meditasjon handler om å endre vårt perspektiv. Når vi står foran et tre, så ser treet stort ut til dens høyde, men når vi ser den fra fjelltopp så ser den liten ut. Treet har selvsagt ikke endret seg; Den viser seg forskjellig fordi vårt perspektiv har endret seg.

Det samme når vi har slått rot i vårt ego, så ser problemene ofte enorme og alt-ødeleggende. Etter å ha praktisert utfoldelse meditasjon virker våre problemer å være mye mindre problematiske og betydelige. Et forhold hvor en slår opp eller det å miste jobben kan se ut til å være slutten på verden, men når vi ser det fra et større perspektiv, så er det en del av livets flyt. Ting kommer og går, og når ting ikke fungerer så kommer noe annet i stedet.

Fra å se ting fra et utvidet, universelt perspektiv kan vi akseptere hendelser, omgivelser og andre mennesker som de er og lærer å slappe av inn i livets flyt. Denne utfoldelsen av sinnet hvor vi lærer å se fra det totales perspektiv, er flott beskrevet i det ellefte kapittelet av Bhagavad Gita hvor Krishna viser seg til Arjuna, ikke som en person, men som hele universet. Det er hva som menes med universell visjon.

Verdi meditasjon:

I verdi meditasjon så kontemplerer vi positive dyder, gjenoppdage deres viktighet til vår spirituelle utvikling. Disse verdiene inkluderer sannhet, medfølelse, vennlighet og tålmodighet. Vi tar altså negative kvaliteter, som utålmodighet, skade andre, sjalusi og hat og reflekterer hvor skadelig de er. Slike kvaliteter skaper en form for mental sykdom, som hindrer vår utvikling.

Å ha avgjort effektene av disse kvalitetene og verdiene så tilpasser vi dem bevisst og bekrefter de positive. Selv om vi ikke besitter mye av dem fortsetter vi å legemliggjøre tålmodighet, kjærlighet, medfølelse og så videre. Ved å kontinuerlig fokusere og bekrefte positive verdier så vil de begynne å ta plassen til de negative trekkene. En slik endring, resultatet av uavbrutt verdi meditasjon blir kalt for forfinelse av sinnet.

Disse meditasjonsformene hjelper til med å skape et disiplinært sinn som er klar for neste steget av sadhana (arbeidet). Katha Upanishad gir en nydelig analogi hvor livet er sammenlignet med en reise. Den fysiske kroppen er stridsvognen hvor reisen påtar seg i. Sanseorganene er hestene, sinnet er lik tøylen, og intellektet er føreren. Hvis fartøyet eller andre av disse nevnte faktorene ikke er i god tilstand, så er det en høy sjanse for en ulykke. Derfor er det nødvendig å ha et sunt fartøy, et disiplinært sinn og en intelligent fører på sin plass, for suksessfullt å nå destinasjonen av moksa, frihet/ frigjøring.

7. KUNNSKAPS YOGA OG KUNNSKAPSMIDDEL

Kunnskaps Yoga – Jnana Yoga

Når en person blir mer rensert og disiplinært til sinns, begynner han eller hun å stille spørsmål ved eksistensens natur og meningen med livet. Med en økende introspeksjon begynner individet å stille spørsmål ved ting de har jaktet hittil i livet. De finner ut at denne jakten er meningsløs. Rikdom, sikkerhet, nytelse og dyder var ikke hva de så ut

som, og alt som er søkt etter bringer med seg iboende avhengighet.

Den instinktive trang til hvert eneste levende vesen er frihet. En fugl kan aldri være lykkelig i et bur, for alle vesener er drevet av begjæret om å bli fri. Selv et barn, som holder sin mors hånd vil bestemme å bli fri når det realiserer at det er sterk nok til å være på egenhånd. Dette begjæret om å være selvstendig er iboende i hvert menneske. En person kan klamre seg til objekter, ikke fordi den elsker disse tingene, men fordi den tror at den ikke kan bli lykkelig uten dem. Dette er en oppfatning som er drillet i oss fra ung alder av vårt materialistiske og kapitalistiske samfunn. Men i det øyeblikket personen realiserer at den kan være lykkelig uten slike ting, vil den gi opp slike ting. Det er fordi avhengighet av noe utvendig binder oss og begrenser vår frihet og frihet er vårt nummer et drivende mål.

Mens søkeren praktiserer karma yoga og renser sinnet og personligheten, utvikler han eller hun klar visjon og realiserer at avhengighet av ytre faktorer er fangenskap. Hva alle mennesker virkelig søker, hvorvidt de vet eller ikke, er frihet, eller moksa.

Inntil nå, ved å praktisere karma yoga og upasana yoga, har søkeren forberedt sinnet for moksa og blitt klar om deres prioriteringer. Nå kommer spørsmålet om hvordan man egentlig oppnår moksa. Moksa handler ikke om å bli noe annet enn det vi er. Problemet er enkelt og greit ignoranse av vår sanne natur. Denne ignoransen dør, ifølge Vedanta, ikke en naturlig død. Mens en utvikler seg med ens arbeide, er nåde fortjent og hjelp mottas utenfor. Når studenten er klar, vil læreren vise seg.

Et sinn, som er renset av karma yogapraksisen og upasana yoga, er klar til å høre sannheten. Den første tingen Vedanta underviser i er at sann sikkerhet og lykke kan aldri bli oppnådd utenfor en selv. Enhver moden, ærlig person vil allerede ha funnet dette til å være sant i deres erfaring. Det er ingen varig lykke og tilfredsstillelse i verdens ting, fordi når umiddelbart noe er oppnådd vil det uunngåelig bli mistet. Når vi har akseptert dette faktum, forteller Vedanta oss at sikkerhet og lykke aldri kan bli funnet i verdenen, fordi de er essensen av vår natur. Hva som er inni oss kan vi ikke finne utenfor. Hvis jeg glemmer at jeg har en nøkkel i lommen min, spiller det ingen rolle hvor vidt og bredt jeg søker, fordi jeg aldri vil være i stand til å finne den hvor som helst. Min feil ved å ikke finne den skyldes ikke manglende anstrengelse fra min side, men fordi hele søket var forgjeves.

Hvis det Vedanta sier er sant, at sikkerheten og lykken er min essensielle natur, forstår jeg at jeg ikke trenger å være avhengig av noe annet for den sikkerheten og lykken. Min natur er frihet og selvstendighet. Siden selvstendighet er min natur, er avhengighet ukomfortabelt for meg. Hvis det var omvendt og avhengighet var min natur, ville jeg føle meg komfortabel ved å være avhengig, men det er tydelig at jeg ikke gjør det.

Hva som er unaturlig for oss er å føle oss ukomfortabel eller syk. Vi kan se dette klart med den fysiske kroppen. I det øyeblikket kroppen må takle noe som er unaturlig i vårt

system, slik som et virus, for eksempel, erfarer vi smerte og ubehag når kroppen sliter med å støte ut det fremmede legemet. Siden avhengighet er unaturlig for oss, strever vi naturlig for selvstendighet. Skriftene peker på at vår natur er frihet. På grunn av ignoranse, har vi fornektet vår egen natur og tatt oss selv for gitt. Mennesker har studert og katalogisert omtrent alt i det håndgripelige universet. Vi har studert planter, dyr, atomer, elver, fjell, stjerner og galakser. Vi lever i en informasjons- og kunnskapsalder, som er lett tilgjengelig gjennom Google. Men hvor mange har gransket det mest grunnleggende spørsmål: Hvem er Jeg?

Uten kunnskap om hvem vi virkelig er, har vi konkludert med at vi er miserable kombinasjoner av kropp og sinn, begrenset og fullstendig avhengig av den utvendige verden for vår lykke. Det er ikke kunnskap: Det er enkelt og greit ubesvarte antakelser vi har gjort om oss selv ved å la tilsynekomster være virkelighet.

Vedanta forteller oss at for å oppnå moksa kreves det kunnskap (jnanam). Det er ikke kunnskap om objekter, eller ting, men er den ultimate kunnskapen: Kunnskap om vår egen sanne natur. Studenten, som inntil nå var en søker av frihet (mumukshu), er nå blitt en søker av kunnskap (jinasu), en gransker inn i selvets- og eksistensens natur. Søkeren vet nå at problemet er ignoranse av ens sanne natur, og slik ignoranse kan bare bli fordrevet av kunnskap.

Bhagavad Gita KAPITTEL 2 – Kunnskaps Yoga

(A) De Fire Opplysthetsstadier vers 1-10

(1) Samsara er forårsaket av selvignoranse og er gjenkjent, som tre emosjonelle problemer.

(a) Binding til situasjoner, ting, mennesker (raga).

(b) Mental forstyrrelse forårsaket av forventningsfremkallende bindinger. Selv tanken om tap av et bindingsobjekt kan forårsake dyp smerte (shoka).

(c) Raga, shoka og moha (vrangforestillinger forårsaket av raga og shoka) forårsaker manglende diskriminasjon (aviveka). Disse stadiene er utfoldet i kapittel 1.

(2) Samsara kan ikke bli løst og fjernet på egenhånd. Vi er hjelpeløse. Når problemer kommer, hvordan skal jeg reagere? Skal jeg stå og sloss eller skal jeg flykte? Kapittel 2 begynner på dette stadiet.

(3) For å løse Samsara er hjelpen av noen som ikke er fanget i det behøvd. Hvis din søking er oppriktig, vil en lærer dukke opp. Hvis du søker en lærer, er du kanskje ikke klar for en.

(4) Å overgi deg til en lærer. Å synes synd på deg selv på grunn av din lidelse er ikke

nok til å motta undervisning. Villighet til å bli undervist er nødvendig.

(B) Kunnskaps Yoga er den Primære Spirituelle Praksis. Vers 11-38

Den essensielle naturen av individet er grenseløs bevissthet.

Hva er den?

- (1) Bevissthet er ikke en del, produkt eller eiendel av kroppen.
- (2) Bevissthet er en uavhengig faktor, som gjør kroppen levende, som elektrisitet gir kraft til en vifte.
- (3) Bevissthet er ikke begrenset av kroppens grenser. Den gjennomtrenger alt som rom.
- (4) Den dør ikke når kroppen dør. Den er evig (satyam). Den står alene, med andre ord den eksisterer fullstendig uavhengig av objekter.
- (5) Den er ikke en handler eller en nyter. Hvis den ikke gjør en karma yoga, kan den ikke nyte handlingens resultater. Den endrer seg ikke (nirvikara).

Poenget med selvkunnskapspraksisen er å gradvis se deg selv som evig bevissthet og ikke kropp/ sinn. Kroppen bør bli betraktet som en gave, som vil bli tatt bort på et annet tidspunkt. Den bør bli gladelig levert tilbake til giveren, Det Totale Sinnet.

Feilplassert medfølelse for din lidelse eller ideen at du kanskje lider eller forårsaker lidelse er en uhjelpsom impuls. Det ser ut til at Arjuna er villedet når han bestemmer seg for å slåss med hans slektninger, men det er det rette for han å gjøre fordi han er en kriger, som har blitt skadet på bedragersk vis. Hvis han ikke korrigerer situasjonen, støtter han egentlig adharna, overtredelsen av den evige ærlighetsverdien, fordi Duryodana vil fortsette å påtvinge lidelse på folk og Arjuna sitt rykte vil bli ødelagt. Dette i sin tur vil forårsake ødeleggelse til samfunnet, fordi han er en rollemodell. Duryodana er et symbol på den fryktløse, harde, egoistiske delen av selvet. Arjuna er et symbol av søkeren. Hans tap av rykte er et symbol på tap av selvfølelse, som kommer når du ikke gjør hva som er best for din gransking.

(C) Karma Yoga den Grunnleggende Kvalifikasjonen for Kunnskaps Yoga Vers 39-53.

Hva er den?

(a) Det er å bruke ens innsats til å rense sinnet ved å ta behovet av ens miljø i betraktning. Det er en givende, ikke en grafse til seg holdning. Den krever sattvisk karmaer og arbeidsfornøyelse.

(b) Det er kunnskapen om at handlingens resultater er uforutsigbare slik at det ikke er klokt å stole på dem for emosjonell tilfredsstillelse.

(c) Selvkunnskapsfrukten, med andre ord moksa (frihet).

- (1) Du er tilfreds med livet ditt, fordi du er fullstendig.
- (2) Du erfarer dyp fred på tross av negative situasjoner. Sinnsro. Som en ugle som sover på dagen, sover samsaris til selvet og nettopp som mennesker sover om natten, sover

den vise personen til samsara. Den vise personen er som et hav, alltid fullstendig. Han er fri i livet og etter døden. Etter selv-kunnskap bør en kontrollere sansene, kontrollere sinnet og leve et rent liv inntil kunnskapen er stødig. Vers 54-72.

Kunnskapsmiddel

For å oppnå enhver form for kunnskap, krever vi et passende instrument, eller kunnskapsmiddel. For å se farger, fasong og form har vi instrumentet av øyne; til å høre lyder har vi instrumentet av ørene; for å kjenne til smak har vi instrumentet vi kaller tunge. Uten et instrument, kan vi ikke oppnå kunnskap. Dette kunnskapsmiddel er kalt en pramanam.

Det er mange pramanamer, som vi kan dele inn i to kategorier. En hoved pramanam er direkte persepsjon, og et sekundært pramanam er en analyse av direkte persepsjon. Det er fra denne analysen at vi kan få informasjon. For eksempel, en doktor kommer frem til at hans diagnose gjennom analyse, sekundære pramanam:

Instrumentene som det er snakket om ovenfor er ment for å ha kjennskap til den objektive verdenen: ingen er tilstrekkelig for å ha kjennskap til en selv. Det er fordi sanseorganene er utadvendte i natur, tilknyttet forskjellige objekter, og kan derfor ikke hjelpe oss til å ha kjennskap til subjektet, som er vårt selv.

Ifølge vedaskriften, kan det bare være et middel, som vi kan ha kjennskap til selvet, og det er skriftene i seg selv. Vedanta tjener som et speil i å avsløre vår sanne natur. Øynene kan ikke se, og for å se dem må vi se på et speil. På samme måte, tjener Vedantaundervisningen som et speil som setter oss i stand til å se vår sanne natur.

Nødvendigheten av en Lærer

Uten passende forståelse, kan skriftene vise seg som går med motsigelser. På et sted kan den si at vår sanne natur ikke kan bli kjent av sinnet, og andre steder hevder den at sinnet vet alene.

Før det gir mening, må en ha nøkkelen til å åpne skriftene og den nøkkelen er en lærer, eller guru, en som fordriver ignoransens mørke.

Å prøve å forstå Vedanta uten støtten av en lærer eller veileder vil ikke fungere. Det er ikke bare på grunn av den subtile og tilsynelatende motsigende, kontrainuitive undervisningens natur, men fordi undervisningen vil bli filtrert gjennom en skjerm av studentens eksisterende ignoranse og fordommer.

For å unngå å kaste bort kostbar tid, burde en søke etter en kvalifisert Vedanta lærer og ydmykt be den læreren om hjelp. Den eneste metodikken av å oppnå selvkunnskap er å studere og assimilere Vedantaundervisningen med støtte av en lærer eller veileder. Det er essensen av kunnskaps yoga.

Noen mennesker har innvendinger, og tror at ved å studere disse urgamle skriftene, med eller uten støtten av en lærer, kan bare bli bragt som en andrehånds tørr intellektuell kunnskap. De kan ikke forstå hvordan slik kunnskap kan lede til oppdagelsen av selvet. Svaret er at det kan det, for en dyktig lærer gir førstehånds kunnskap. Hvis denne kunnskapen er passende mottatt, og at en antar at både læreren og studenten er passende kvalifisert, da vil kommunikasjonen i seg selv lede til øyeblikkelig selvoppdagelse.

Yoga og Vedanta har alltid vært innbyrdes forskjellig. De har med to forskjellige emner, handling og kunnskap. Upanishadene presenterer begge emner, men forholdet mellom dem er ikke alltid klart, slik at rajasiske mennesker antar at de kan gjøre det på sin måte å oppnå frihet. Yoga har utviklet seg. Sattviske mennesker er kunnskapsmotiverte, slik at de var tiltrukket til kunnskap og gjorde forholdet klart. Kunnskap er for frihet og handling er for sinnets renselse. Du kan ikke gjøre noe for å bli fri, med unntak av å følge Vedanta, fordi frihet er din natur. Vedanta avdekker det.

Yoga er et handlingsord. Men du kan presentere kunnskap med erfaringsbasert språk, selv om det ikke er anbefalt å gjøre det, fordi det er forvirrende. Bhagavad Gita gjør det, fordi Arjuna er rajasisk. Det er en grunn til at du trenger en lærer som er klar på forholdet mellom handling og kunnskap.

Direkte og Indirekte Kunnskap

Hvis en antar at jeg ønsker å vite noe om Himalayafjellene. Siden jeg ikke er i stand til å reise dit, ønsker jeg istedenfor å lese en bok om det. Ved å lese denne boken vil jeg oppnå kunnskap av Himalayafjellene, men det er klart at det ikke er førstehånds kunnskap, fordi jeg har aldri vært der. Bare en ren beskrivelse av en fjerntliggende ting vil gi en annenhånds, indirekte kunnskap.

Hvis selvet også var noe fjerntliggende, da ville skriftenes studier bare resultere i indirekte kunnskap. I så fall, kunne selvet bli snakket om, og vi ville ha funnet en måte å forbinde det på og erfare det. Heldigvis er ikke selvet noe slags fjerntliggende objekt som Himalayafjellene. Det er heller vår egen indre natur. Derfor, når ord blir brukt til å beskrive noe som er intimt og umiddelbart tilgjengelig, da kan kunnskapen bli vurdert som direkte kunnskap.

Ord kan gi direkte kunnskap når kunnskapsobjektet allerede er tilstede. Når Vedanta snakker om selvet, betyr det ikke noe utvendig faktor, som en må søke etter og bli funnet. Selvet er alltid tilstedeværende som vår egen medfødte natur og essens. Det kan ikke bli funnet og kan ikke bli mistet. Den eneste tingen som kan bli mistet er ignoransen vi har om vår identitet: Ignoransen forårsaker oss til å lide, med å forveksle med hva vi ikke er og feilaktig søker oppfyllelse i verdens objekter.

Direkte kunnskap av selvet kan bli oppnådd gjennom kunnskaps yoga, som involverer hovedsakelig 3 trinn: Lytte (sravanam), reflektere (mananam) og integrering (nididhyasana). Jeg vil nevne 9 trinn for å vise hvor nøye og detaljert selvgranskingen egentlig er

i Vedanta – men først en kort versjon av de tre trinnene, som nevnes vanlig i vedanta-skrifter:

3 Selvgranskingsstadier – kort versjon

Hvis selvkunnskap ikke er informasjon eller direkte erfaring, hva er da selvkunnskap? Selvkunnskap er frihet fra selvignoranse. Derfor er vedisk skriftlig studie forskjellig fra å studere andre bøker og skriftlige studier krever en forskjellig type metodikk, som blir kalt for jnana yoga. (kunnskapsyoga).

Og denne kunnskapsyoga består av en trefoldig øvelse kalt for shravanam, mananam og nididhyasanam

Shravanam – å lytte (høre)

Shravanam betyr å eksponere meg selv til skriftlig undervisning håndtert av en kompetent veileder. Fordi det er ulikt studie av annet objektiv litteratur. Hvis vi studerer skrifterne alene for oss selv, vil vi ende opp i informasjon – erfaring motsetning. Vi vil bli fanget i søken av enten informasjon eller erfaring. Hvis du ikke ønsker å bli fanget i dette, bør undervisningen bli håndtert av noen som kan håndtere og fjerne orienteringen av informasjon og erfaring, og gir selvkunnskap, som fjerner ignoranse. Derfor er shravanam å eksponere meg selv for systematisk undervisning, som er håndtert av en kompetent veileder og for en tidsperiode, fordi å ødelegge denne fellen av informasjon – erfaringsmotsetningen tar tid.

Studien må være systematisk fordi det er en gradvis oppbygging fra begynnelse til slutt. Det bør bli systematisk på den måten at mellom et emne eller annet, bør det være en gradvis oppbygging med en forbindelse. Det er som å bygge et hus hvor et nummer av murstein på en ordnet måte hvor de er vel sementert. Bare da blir det et hus, som kan bli bebodd. Men de samme mursteinene dumpet på et sted kan ikke bli et hus og vi kan ikke leve i det huset. Mursteinene vil da være mer til hindring enn nyttig.

På samme måte ved å samle sammen ideer ved å lese bøker her og der, uten å bygge opp gradvis og uten forbinde emnene, vil vår hjerne være ideer, som hopper seg opp som med murstein og de vil bli overlesset i hjernen. De vil ikke være til nytte og vil skape mer problemer enn fordeler. På samme måte vil vedantisk studie være en fordel bare når det er en systematisk studie. Denne studien bør være konstant. Selv om det å bygge på mursteiner før sementet blir hardt trenger vi å legge mursteinene på sementet og dess mer murstein før sementet blir hardt. Hele prosessen bør være konstant uten hull og for en tidsperiode.

Denne lyttingen bør fortsette for en tidsperiode gjennom hvor det ikke er tillatt med spørsmål. Vi bør få grundig undervisning fra alle vinkler i alle aspekter i sin helhet. Denne prosessen blir kalt for shravanam. Selv om du ikke er i stand til å akseptere en del av undervisningen eller har en tvil som gjelder et undervisningsaspekt, bør du holde på disse spørsmålene og tvile og lytte med et åpent sinn. Du kan fritt velge å være uenig

med læreren. Men vår tålmodig. Shravanam krever en del tålmodighet. Ikke vær for kritisk.

Mananam – Refleksjon/ Sammensetning av intellektuell forståelse

Gjennom mananam prøver jeg å knytte sammen alle ideer av Vedanta og gjøre en krans ut av undervisningen slik at hver ide passer inn i Vedantas storstilte byggeprogram. Hver murstein har en rolle å spille i huset. Hvert vindu er en del av en stor sammenheng. På samme måte er hver ide av Vedanta noe som bør bli en del av den store plan av Vedantisk undervisning – studiet av individet, studiet av det totale, studiet av spirituell arbeid osv. Å se på alle emnene hvor de skal stå.

Hva er rollen av Karma Yoga? Hva er rollen av Upasana Yoga? Alt bør falle på plass når jeg ser på dem. Tvil vil sikkert dukke opp. Når jeg ser på et emne enkeltvis, vil kanskje ikke tvil dukke opp. Men når jeg prøver å binde sammen et emne til et annet, kan det se ut til å være motsetninger eller at et emne ikke finner sin plass på en passende måte. Etter grundig lytting og å være eksponert til undervisningen for en tidsperiode, kommer alle mine spørsmål ut.

Vanligvis er undervisningens skjønnhet, at når du er ferdig med undervisningen på systematisk måte, vil ikke tvil være der. Fordi skriftene i seg selv håndterer mulige spørsmål, derav i formen av en dialog (guru Shishya Samvadaha). Du er gitt fullstendig frihet til ditt rasjonelle sinn, logiske sinn, vitenskapelige sinn, intellektuelt evne til å stille noen spørsmål.

Vedanta er kunnskap. Vedanta er ikke et trossystem. Det er et tiltrossystem, spørsmål er frarådet siden det er vurdert som manglende respekt til læreren eller undervisningen. Spørsmål kan bli stilt helt til alle spørsmål avtar. Hvordan vet jeg at alle spørsmål er avtatt eller ikke? Jeg må være i stand til å si at Jeg er Parama Atma – Aham Brahma Asmi – Jeg er udødelig og altgjennomtrengende. Jeg overlever kroppens død, og verden kan ikke påvirke meg. Hver og en av disse erklæringene må jeg være i stand til å gjøre dypt inn i hjertet mitt. Og når jeg spør mitt eget intellekt hvorvidt det er overbevist, må jeg si ja. Derav fjerner mananam alle hindringer i intellektet og gjør kunnskapen til sikker kunnskap eller overbevisning.

Mananam er overbevisningsprosessen, som løser de intellektuelle problemene. Tvil tilhører intellektet og derfor løser mananam det intellektuelle problemet og herav er mananam en intellektuell prosess. Stødig forståelse når det gjelder min essensielle natur. Shravanam fjerner ignoranse, Mananam fjerner tvil eller intellektuelle problemer.

Nididhyasanam – Kontempasjon/ Assimilering, følelstransformasjon

Da kommer Nididhyasana-prosessen, som er prosessen av assimilering av denne kunnskapen og fjerning av mine vanemessig atferd. Dette inkluderer også å løse følelsesmessige problemer i lyset av selvkunnskap. Selv om Samsara er et ignoranseproblem, viser eller uttrykker ignoransen i formen av følelsesmessige forstyrrelser alene. Det grunn-

leggende problemet kan være manglende kunnskap, men jeg møter dette problemet i formen av liker, misliker, lyst, sinne, grådighet, vrangforestilling, illusjon, misunnelse og frykt.

Med mindre de følelsesmessige problemene er løst, har jeg ikke assimilert kunnskapen fullstendig. Den nåværende atferden jeg har utviklet meg gradvis er en vane, en betingelse som jeg har, og løse bindinger til. Denne prosessen blir kalt for *nididhyasanam* eller assimilering. Bare når den vanemessige bindende atferden går bort, kan jeg få fullt utbytte av denne kunnskapen.

Vi har vært Samsari (bundet av verdens objekter), smålig, ignorant og et bittært menneske og personligheten har hatt innflytelse på våre responser og mål. Alt har blitt styrt av vår ide om oss selv. Hvordan du oppfører deg er avhengig av hvordan du ser på deg selv. Hver atferd avhenger av ditt selvbylde. Så lenge du har et dårlig selvbylde, vil din atferd være ulykkelig. Og selv om læreren transformerer selvbildet, fortsetter det gamle selvbildet for en tidsperiode. Derav trenger vi tid til at transformasjonen blir tillatt å skje. Og den prosessen blir kalt for *nididhyasanam* hvor jeg opprettholder kontakten med skriften selv om studiedelen er over. Jeg opprettholder kontakten med Jnanis eller vise mennesker og satsang, fordi forbindelsen påvirker min personlighet.

Jeg opprettholder ikke bare kontakten med skriften, men leder et årvåkent liv, følger med på mine responser og sørger for at hver respons i hver situasjon er styrt av den nye undervisningen og ikke av den gamle misforståtte personligheten. Og assimilert kunnskap alene nærer meg på samme måte som assimilert mat nærer meg. Det er ikke mengden av mat som jeg spiser, som betyr noe, men mengden av mat som jeg fordøyer alene som betyr noe.

Swami Chinmayananda sier det slik: «Du må ha gått gjennom 10 Upanishader. Flott. Hvor mange Upanishader har gått gjennom deg?». Derav å omdanne intellektuell kunnskap til følelsesmessig styrke blir kalt for *Nididhyasanam*. Dette kan bli gjort på denne måten. Alle følelsesmessige problemer vil uttrykke seg selv i to former:

- 1) Den ene er i valgløse situasjoner som krever aksept. Vi burde ha nok følelsesmessig styrke til å akseptere hva enn som er valgløst.
- 2) Det andre er situasjoner hvor en har valgmuligheter, som bli endret eller forbedret hvor det følelsesmessige sinnet ikke burde hindre mine anstrengelser til å forbedre situasjonen.

Et svakt sinn skaper problemer på to måter: Når det er en valgløs situasjon, vil et svakt sinn si at en ikke må akseptere den, som betyr at jeg fortsatt klager hele tiden selv om jeg vet at det ikke vil endre situasjonen, fordi den er valgløs.

Å styrke det følelsesmessige sinnet ved å akseptere det valgløse er meningen med denne kunnskapen. Hvis sinnet er svakt og bekymrer seg over det valgløse, da er problemet at vår tid er tilbragt i å bekymre seg over hva vi kan forbedre, som ikke er mulig å gjøre noe med. Å bekymre seg over det valgløse blir en hindring i å forbedre der det er valg- eller

forbedringsmuligheter. Herav burde jeg jobbe på de situasjoner som kan bli forbedret. Dette blir kalt for følelsesmessig styrke. Å takle situasjonen. Hvis situasjonen er en valgløs situasjon, lærer jeg å akseptere den og glemmer den og går for den neste. Og jeg prøver å forbedre situasjonen i den grad det er mulig.

Det kan være en begrensning. Med en gang jeg når en ny valgløs situasjon, forstår jeg igjen og går for den neste. Som en bulldoser møter jeg det hverdagslige livet med følelsesmessig styrke. Og denne følelsesmessige styrken er bare mulig når kunnskapen leder over mitt daglige liv. Derfor er shravanam, mananam og nididhyasanam kunnskapsyoga. Og denne kunnskapsyoga vil gi selvkunnskap. Selvkunnskap vil gi Moksa, som betyr at Jeg er fri i nærvær og fravær av ting, mennesker, mitt liv og til og med døden. Dette er Kunnskapsyoga, den mest subtile form av sadhana (arbeid).

9-Trinn til Selvgransking – utvidet versjon

Vedanta er kjent som selvgransking, (self-inquiry på engelsk). Å granske betyr å utforske eller å spørre. Den populære oppfatningen, har blitt berømt på grunn av den nylige oppdagelsen av undervisningen til Ramana Maharshi, er å stille spørsmålet: *Hvem er jeg?* Siden Vedanta erklærer tydelig at du er bevissthet, er granskingen ikke ment for å svare på dette spørsmålet. Hva er det hensiktsmessige spørsmålet? Det er: Hvordan identiteten som jeg har akkurat nå gjør narr av min identitet som bevissthet. Du kan klargjøre naturen av din nåværende identitet ved å spørre deg selv om du tror at de fryktene og begjærene som motiverer dine handlinger er egentlig virkelige.

Hvis du tror på at å få det du vil eller unngå det du ikke vil, kommer til å gjøre deg hel og fullkommen, da har du den feilaktige ideen om hvem du er. Hvis du vet at du har denne feilaktige ideen om deg selv og du virkelig vil bli fri fra dine frykter og begjær, så er selvkunnskap noe for deg. Hva er selv-gransking? Det er den konsekvente anvendingen av selvkunnskap til den Subtile Kroppen, dette ved å diskriminere selvet fra objektene som viser seg i den. *Karma yoga* tar tid, men anvending av selvkunnskap er den raske veien; den dreper ignoranseinspirerte *vasanaer* på flekken.

Vedanta er kunnskapens yoga. Det er en merkelig form for yoga. En av våre vismenn på en humoristisk og provoserende måte kalte det for *yogaen* av ingen-kontakt, en motsigelse i seg selv, om det fantes en, fordi *yoga* betyr kontakt. Kunnskapens yoga er unik blant *yogaene* fordi den snakker ikke til den delen av deg som tror at den er ut av kontakt. Den snakker til deg som det *yoga* objektet, bevissthet. Med andre ord, ingen kontakt er nødvendig fordi du er ikke atskilt fra deg selv.

Om ordet Selvgransking

Selvgransking innebærer en grundighet i seg selv.

Å granske betyr å undersøke nøye.

Et annet ord som også kan brukes er Selvundersøkelse - men det vil ikke ha med seg betydning av den nøysomheten som Vedanta er ut etter i sin undervisning. Som vi sier i tradisjonen, ignoranse er nok utrolig fast forankret, så bedre å gjøre seg klar med et sinn like skarp som en fugl med en monokulær visjon.

På engelsk, brukes ordet inquiry også i kontekst til politi- og rettssystems arbeidet og dermed er det en fordel at det norske ordet gransking også gjør det.

Andre ord på inquiry kan være selvrefleksjoner og selvanalyse.

VIKTIGHETEN AV SELVGRANSKING

I teksten Panchadasi finner man noen fine sitater om gransking:

«Å starte med bevissthet så er det mange grader av vesener i skapelsen, overlegen til underlegen, helt ned til livløse objekter. Disse Jivas (individer, natur, dyr) reflekterer bevissthet. De er samsaris og handler om fødsel og død, nytelse og smerte. De materielle elementene reflekterer ikke bevissthet.»

«Jivarefleksjonen er påvirket av nytelse/ smerte som er grunnen til at den er forvirret, og det har ikke med bevissthet, selvet å gjøre. Denne forståelsen blir kalt for kunnskap og er oppnådd gjennom diskriminering mellom refleksjonen (mithya) og den originale bevisstheten (satya).»

«Derfor bør en alltid granske verdens natur, det individuelle selvet og det originale selvet. Når ideene av Jiva (individ), Isvara (totale) og Jagat (verden) er benektet, så står ren bevissthet igjen helt alene.»

Definisjon av Gransking (Vichara):

Hvis Jeg Er Ignorant så tar jeg verden for å være virkelig og forestiller meg at det påvirker meg. Kunnskap er forståelsen om troen om at objekter er virkelige og inneholder lykke tilhører reflektert bevissthet og ikke meg, original bevissthet. Kunnskapen medfører at det trengs gransking. Det er å lytte, reflektere og assimilere/ aktualisere. Det fungerer bare når ønsket om å erfare selvet er omdannet til bundet forpliktelse til Vedanta.

Hvis du tror gransking er å lukke øynene og se inni deg, så tar du grundig feil. Du kan ikke se ditt fjes med dine øyne åpne eller lukket med unntak om du har et speil. For å se deg selv så trenger du speilet av Vedanta, et ordspeil som avslører deg selv. Selvgransking er Vedanta. Det er en livslang praksis av gransking i verden, Individet og selvet. Gransking benekter Individet og verden - hvor bare selvet gjenstår.

Men benektelse skjer ikke fysisk ved å ødelegge Individene og verden; Det er bare kjent som tilsynekomster. Ellers vil alle som sover eller besvimer være frigjorte.

Moksa er ikke en endring i erfaring av verden eller tilsynekomster av verden. Det er bare klar kunnskap av forskjellen mellom bevissthet og dens tilsynekomster som verdenen.

Det er ikke ikke-erfaring av verdenen eller forsvinning av verden eller en mystisk tilstand oppnådd ved å lukke igjen eller overskride sansene. Gransking lar verden og ens dualitets erfaring med den være intakt. Erfaring av dualitet benekter ikke kunnskap født ut av gransking.

1. SHRAVANA - Lytte eller høre skriften.

Dette krever et såkalt Zen begynnersinn hvor du legger alt du tidligere har trodd på eller trodde du visste om, midlertidig på hyllen.

Når man tiltrekker seg Vedanta har man lagt det meste av andre ting på hylla og har en holdning om at en ikke vil finne ut hvem man er på egen hånd. Og trenger hjelp og veiledning til det. Det krever en form for modenhet og ydmykhet for å være ærlig at det er noe man ikke kan finne selv (ytterst få som gjør det på egenhånd). Vedanta presenteres gjennom en lærer eller veileder. Denne begynnersinn-holdningen passer bare inn, som nevnt i punkt 1, som har med å lytte å gjøre – utover det kan man ikke fjerne selvkunnskapen ved å hele tiden være i begynnersinnholdning.

Yoda i Star Warsfilmuniverset har et zen begynnersinn-uttrykk om at en må lære å oppgi alt hva en har lært. Det er veldig passende i del 1 av selvgranskingen når man skal lytte å ha denne holdningen eller mentaliteten. Da lytter man virkelig til selvkunnskapen.

Du kan ta dine tro tilbake hvis selvkunnskap ikke fungerer for deg. Men for nå, la dem ligge på hyllen. Dette er veldig viktig: hvis du driver på å sammenligne Vedanta med alle dine oppfatninger og meninger, og prøver å passe på at Vedanta samsvarer med disse, bare glem selvgransking. Vedanta er en radikal undervisning; Forvent at den vil utfordre alt du trodde du visste. Uten tillit og tro på vedaskriften (shraddha), vil selvgransking ikke fungere.

Dette er ikke blind tiltro som religioner krever, men tiltro i påvente av resultatene fra din egen analyse eller undersøkelse.

2. MANANA - resonnering, kontemplasjon.

Dette er å tenke på eller reflektere over hva skriften sier, utforske den uutforskede logikk av din egen erfaring. På dette stadiet, ser du på dine tro og meninger i lyset av hva skriften sier, ikke den andre veien rundt.

3. KVALIFIKASJONER

Man bestemmer om alle de nødvendige forutsetninger for moksa er tilstede. Hvis de ikke er det, må man utvikle dem. Selvkunnskap vil ikke feste seg i et sinn som ikke er forberedt og rensset. Det er ingen bedre rensmiddel som selvkunnskap (jnana yoga), men det er andre praksis man kan gjøre, som for eksempel meditasjon - eller til og med sitte i stillhet. Men meditasjon (eller noen annen praksis) er et hjelpemiddel til selvgransking; som ikke er lik selvgransking og kommer heller ikke istedenfor. Les mer under kapittelet om Kvalifikasjoner.

1. Diskriminasjon - viveka
2. Objektivitet - vairagya
3. Brennende ønske for frigjøring - mumukshutva
4. De Seks Hoved Disiplinene - jamadisakta sampatti
 - a) Mestring over Sinnet - dama
 - b) Mestring over Sansene - sama
 - c) Evnen til å Trekke Seg Vekk fra Sanser Objekter - Uparama
 - d) Overbærenhet - titiksa
 - e) Tiltro til Undervisningen og til Læreren - shradda
 - f) Konsentrasjon - samadhana
5. Din sanne natur - Svadharma
6. Hengivenhet – Bhakti

4. KARMA YOGA

Handleren benektet. Karma yoga, når praktisert riktig er dharma yoga fordi hver handling du foretar deg er dedikert til Isvara (Det totale); det er en hellig handling. Det er forstått at fred til sinns først kommer når du innser at du ikke er i kontroll av dharma feltet - verdenen. Deretter å ta de riktige skritt for å handle i henhold til dharma og deretter være fullstendig likegyldig overfor resultatene, fred til sinns er oppnådd. Hvis du ikke opplever fred til sinns ved å avskrive resultatene betyr det at du fremdeles er opptatt av resultatene. Så enkelt er det - Handleren er fortsatt redd og liten. Den ønsker et bestemt resultat på grunn av det han/hun liker og misliker. Handleren er frustrert og redd fordi en tror det er behov for at resultatet skal være sikker eller fullstendig siden en ikke får det en vil.

Karma yoga er ikke å ødelegge handleren. Karma Yoga er rett og slett å ødelegge den oppfatningen at det er vi som handler og er selvet kilden til handlingen. Karma yoga er ment for å rense sinnet av nok liker og misliker frem til sinnet blir tilstrekkelig sammen satt til å kontinuerlig drive med undersøkelse (introspeksjon). Bare selvgransking eller introspeksjon fjerner problemet med sansen av å være den som skaper, eier og utfører handlingen, fordi introspeksjon viser at du som selvet ikke kan være egoet (handleren) som er kjent for deg. Når dette er tydelig, kan handleren vises i deg, selv med et spor av sansen av å være den som handler, men du identifiserer deg ikke med den.

5. BHAKTI YOGA – Hengivenhets Yoga.

Vi trenger å forstå definisjonene av Gud (Isvara/ Det Totale Sinnet) gradvis og systematisk frem til vi kan se hele visjonen, hele Eksistensens Mandala. Måten jeg definerer Gud vil avgjøre min *bhakti*, min hengivenhet.

- 1) I det første forståelsesnivå, vil min hengivenhet vies en personifisert guddom: en personlig Gud.
- 2) I det andre forståelsesnivå, vil jeg tilbe Herren i alt, inkludert naturen.
- 3) I det tredje og siste forståelsesnivå, ser jeg Gud som den formløse essensen av alt, både som manifestert og ikke-manifestert. Det siste nivået utelukker ikke de to forrige; de bare utfyller hverandre og utgjør et helhetlig bilde. Når vi vurderer *Isvara* som både form og formløs, kan vi gjerne tilbe Gud/ Isvara som en personifisert guddom, som totaliteten av naturen og som den formløse essensen av alt. Akkurat som kvantefysikk ikke erstatter Newtons fysikk, er begge forståelser gyldige i sine respektive nivå.

Disse tre definisjoner av Gud eller de tre stadier av forståelsen av Guds natur kan ytterligere brytes ned til fire hengivenhets faser.

- 1) I den første fasen: Gud skaper verden.
- 2) I den andre fasen: Gud er verden.
- 3) I den tredje og høyeste forståelse ser vi at Gud viser seg som verden i sine mange former, men blir ikke dem. Akkurat som et spindelweb kommer fra edderkoppen, lages av edderkoppen, avhenger av edderkoppen, men er ikke selve edderkoppen.

Disse tre første stadier av Bhakti, eller hengivenhet i praksis, kalles *dvaita bhakti*; alle tre innebærer fri vilje og *jiva*, personen. Det er grunnen til at disse stadiene kalles dualistisk tilbedelse. Hensikten med disse tilbedelsesstadier eller bhakti, er at disse praksisene minsker subjektiviteten og nøytraliserer vasanaer (liker og misliker), så vel som de benekter handleren. De tar vare på det barnslige egoet. Disse tre stadier er byggesteiner for det fjerde nivå.

- 4) Det fjerde og siste nivå av hengivenhet kalt ikke-dualistisk *advaita - jnanum bhakti*, inntreffer med det samme handleren er benektet, og baserer seg på kunnskap. Bhakti yoga er Karma yoga, en holdning av ren takknemlighet.

6. TRIGUNA VIBHAVA YOGA – De Tre Energiens Yoga

Når sinnet er rensert og etablert i karma yoga, er neste skritt å undersøke og identifisere ens betingelser i lyset av selvkunnskap, det vil si gunaer. Dette betyr at du foretar deg en objektiv analyse av programmene (vasanaene) som endrer sinnet og former individets «ting».

Eksistensfeltet, kausalkroppen eller makrokosmisk ignoranse (Isvara/ upersonlig skaper) er laget av tre gunaer: rajas, tamas og sattva.

Isvara før Maya (ignoranse) sin projeksjon refererer til ren bevissthet eller brahman.

Maya er en kraft (shakti), som eksisterer i bevissthet for ellers ville Maya ikke være grenseløs. Maya opererer som ignoranse er også referert til Isvara, eller Gud, Skaperen, Dharmafeltet, makrokosmisk sinn eller kausalkropp. Det er laget av de tre energier eller gunaer: sattva, rajas og tamas, selv om dens natur er ren sattva. Skapelsen kommer ut av tilsynekomsten av de tre gunaene. Sattva er intelligens, kunnskap; Tamas er den tunge fortettet energi av materie; Rajas har med handling og begjær.

Gunaer eksisterer om du liker det eller ikke, om du er bevisst på dem eller ikke. Siden du er selvet, har de ingenting med deg å gjøre. De er ikke et problem om du ikke identifiserer deg med dem eller ikke har kjennskap til deres eksistens. De preger subtilkroppen (ego, sinn og intellekt) hele tiden. Frigjøring eller selvkunnskap betyr at du har assimilerert kunnskapen at du er hel og fullstendig, og at personen som du tilsynelatende går rundt med ikke er noe mer enn en oppfatning i deg, bevissthet. Når du vet hvem du er, med andre ord, når ignoranse av deg selv, som bevissthet (avidya), har blitt fjernet av selvkunnskap, maya (makrokosmisk ignoranse og dens påvirkning), gjelder enda og gunaene fortsetter å prege subtilkroppen (personen), men de har blitt ikke-bundet og handleren er benektet av kunnskapen. De plager deg ikke, bevissthet, fordi du vet at du ikke er subtilkroppen, personen (handleren).

Gunaene blir kalt for makrokosmisk vasanaer og de tilhører Isvara, eller det totale sinnet, skapelsen. Helt til vi forstår gunaene, er de i førersetet så og si i våres liv. Vedanta er veldig klar på at bare direkte kunnskap vil frigjøre deg. Det er lurt å observere gunaene, fordi de er alltid i aksjon. Hver eneste tanke og følelse er drevet frem av gunaene. Se hvilke som er sattviske, hvilke som er tamasiske og hvilke som er rajasiske. Og forstå antydninger med å identifisere med hver av dens energier og tanker de skaper.

Start å se på verden rundt deg fra dette perspektivet og du vil bli forbauset hvor klart alt blir. Det er som å være ekstra klarsynt. Når du er projiserende, lidenskapelig, sint, panisk, overstimulert/ aktiv, utadventt, redd, utilfreds, umettelig, klandrende, dominerende, sjalu, kontrollerende, ikke kan sove, er det **rajas**.

Når du er i fornektelse, holder på fortiden, skaper unnskyldninger på hvorfor du ikke kan være ærlig, være ubesluttet, kan ikke stå opp fra sengen om morgenen, utslitt, klagende, treg, deprimert, føler seg som et offer, følelser av at «feil» i verden er på dine skuldre, at verden er et dårlig sted uten kjærlighet, er det **tamas**.

Når du er fredfull, rolig, tenker klart, balansert, medfølelse, ærlig, kjærlig, sikker, tar passende handling, eier alle projeksjoner, renser opp karma på en objektiv måte (spesielt av dine tanker og følelser), ubekymret, uberørt av meninger fra andre eller resultater av dine handlinger, nyter objekter for det de er (klar over alle deres iboende defekter), tilfreds, hel og fullstendig, er det **sattva**.

7. ETABLER EN PRAKRIYA – VEDANTA PRAKSIS

Vedanta tilbyr flere praksis som kan brukes svært effektivt for å benekte handleren og gjøre om bindende vasanaer til ikke-bindende. Det mest effektive er å henvende seg til den motsatte tanken. Når en giftig tanke oppstår i sinnet, eller en tanke som motsier din natur som bevissthet, bruk umiddelbar den motsatte tanken. For eksempel, hvis du har noen i livet ditt som du har veldig dårlige tanker om, tenk kjærlige tanker. Hvis giften av selvbenektende tanker oppstår om deg, tenk den motsatte tanken. Hold på med denne praksisen for enhver tanke som oppstår i sinnet som er i strid med din sanne natur som bevissthet.

8. SELVREALISERING

Selvrealisering er den fulle forståelsen av din sanne natur som bevissthet. Dette betyr at du bruker kunnskapen i livet ditt og tar et standpunkt i bevissthet som bevissthet. Hvis sinnet fortsatt er agitert av rajas og tamasa fordi alle kvalifikasjonene ikke er på plass og bindende vasanaer fortsatt betinger sinnet, må en gå tilbake for å rekvalifisere seg. Det er ingen annen måte å benekte handleren og gjøre om bindende vasanaer til ikke-bindende slik at selvaktualisering - det siste «nivå» - som er perfekt tilfredsstillende (tripti), kan finne sted.

Og sist men ikke minst, veldig viktig!

Nididhyasana avslutter aldri for jiva/ personen/ individet - det er der de fleste kommer til å stå fast i eller gir opp.

9. SELVAKTUALISERING OG SELVINTEGRERING - NIDIDHYASANA

Karma yoga er en forberedelse for jnana yoga og jnana yoga fører til selvkunnskap og frigjørelse. Jnana yoga (kunnskaps yoga) er tre disipliner:

- 1) Lytting (Shravana)
- 2) Resonnering (Manana)
- 3) Aktualisering (Nididhyasana)

Lytting er å trekke ut undervisningssensens av Vedanta ved å studere skriftene systematisk og kontinuerlig under veiledning av en kompetent lærer som er i livet. Manana hviler logisk i undervisningen frem til at alle tvil om undervisningen er eliminert. Manana er forståelse at Vedanta er feilfri og konkret. Aktualisering er integrering eller assimilering av undervisningen ved å hvile i undervisningen til den er spontan og tilgjengelig i hverdagen.

Frigjøringsprosessen (moksha sadhana) presentert i Vedanta består av tre faser:

- 1) Frigjørelse mens levetid (jivanmukti)

- 2) Frigjørelse ved døden (videhamukti)
- 3) Slutten av samsara (samsara nivritti) dvs. ingen fremtidige fødsler.

Søkeren starter veien som en handler med sanchita karma, tendenser mot gode og dårlige handlinger akkumulert fra tidligere fødsler (inkarnasjoner). Prarabdha karma er den delen av sanchita som er aktivt fruktbar i den nåværende fødselen, og agami karma er karma, som handleren samler under nåværende fødsel.

Når jiva oppnår selvkunnskap gjennom Vedanta sadhana (arbeide), ødelegger kunnskapen sanchita og agami karma, og lar jnani (opplyst jiva) gjenstå bare med prarabdha karma. Dette kalles Jivanmukti, frigjørelse mens en lever.

Og når denne jnani tømmer hele prarabdha, den nåværende fødsel og kropp forårsaket av prarabdha er ødelagt, det som kalles videhamukti, befrielse ved døden, er det ingen grunn til å komme tilbake. Dette kalles opphør av transmigrasjon (samsara), vandring fra en kropp til en annen kropp.

NIDIDHYASANA

Den endelige fasen av Vedanta sadhana er nididhyasana, som har til hensikt å integrere og aktualisere undervisningen - Brahma Satyam Jagat MithyaaJivo Brahmaiva NaaParaha – **»Selvet er reell, verden er tilsynelatende reell. Det er ingen forskjell mellom selvet og jiva.»** Det er et faktum at jeg bare er grenseløs eksistens/ bevissthet, men som jiva er jeg ignorant om dette faktumet, så jeg må:

- 1) Hevde min grenseløshet og
- 2) Benekte misoppfattelsen om at jeg er en jiva.

Å hevde grenseløshet betyr at jeg ikke er en handler (en nyter) alene for seg selv. Hvis jeg ikke aksepterer dette faktumet, selv om jeg vet hva skriftens synspunkt er, er jeg ikke en jivanmukti. Jeg er fortsatt i fasen der tvil fjernes (manana). Men hvis jeg er overbevist om at jeg er det grenseløse selvet og ikke er helt tilfreds med min nye identitet, må jeg aktualisere den.

Jeg må:

A) Bli kvitt ideen at jeg gjorde noe sadhana (arbeid) for å bli frigjort.

Moksaprosessen i sin helhet fra jivanmukti til vidhamukti til opphøret av samsara er basert på ideen om at jeg er en jiva med tre typer karma. Nididhyasana eliminerer ideen om at jeg er en jiva, derfor samtidig må jeg fornekte min sadhana. Ideen om at jeg er en jiva og ideen om moksa er to sider av samme mynt. Jeg burde ikke tro at jeg gjorde sadhana for moksa, fordi jeg var allerede fri da jeg gjorde sadhana.

B) Bli kvitt ideen at jeg er frigjort.

Hvis jeg ikke gjorde noe sadhana fordi jeg alltid var selvet, ble jeg heller ikke frigjort. så jeg må kvitte meg med statusen som frigjort person, fordi dette er en misoppfattelse basert på en feil oppfatning av hvem jeg er.

C) Bli kvitt ideen at jeg ikke vil bli gjenfødt

Hvis jeg aldri var en jiva eller en jivanmukti, gjelder det også for videhamukti og slutten av samsara (samsara nivritti). Så jeg kan ikke si at jeg vil bli frigjort ved døden eller at jeg ikke vil komme tilbake igjen. Disse forestillingene bør avvises under nididhyasana-fasen.

D) Bli kvitt ideen om at kvalifikasjoner er nødvendige for frigjørelse

Ideen om at kvalifikasjoner er nødvendige for moksa, er ubevisst formet under ens sadhana og trenger å bli benektet på en intensjonell måte fordi moksa er min natur, og ikke noe jeg har oppnådd eller noe jeg kan miste. Dette er vanligvis vanskelig for handleren, men det er et faktum. Å fortsette i denne oppfatningen er likestillende med å identifisere seg med handleren.

E) Omdefinering av kvalifikasjoner

Selv om kvalifikasjoner ikke er gyldig som et krav for moksa er sadhana fortsatt nødvendig for nididhyasana. Hvorfor? Beholde sadhana når du er frigjort er den beste gaven du kan gi Isvara for å ha ledet deg til Vedanta. Neglisjere det er det verste du kan gjøre. Det er også den beste gaven du kan gi din lærer (guru dakshina). Neglisjere er den verste gaven du kan gi guru. Å beholde din sadhana er også den beste reklame for Vedanta. Og å beholde din sadhana er en velsignelse for hele verden (loka seva).

Du bør beholde kvalifikasjonene - diskriminasjon, objektivitet og så videre, men konvertere ditt ønske om å være fri til ideen, som forresten er et faktum – **»Jeg har alltid vært fri»** Hvis du tror du har oppnådd moksa betyr det at du fortsatt tenker om deg selv som en jiva.

F) Bli kvitt den konvensjonelle erfaringsdefinisjonen av frigjørelse

Folk som ofte er overbevist om at de er selvet, lengter etter en slags åpenbaring for å validere det, noen som betyr at de ikke har fullført fase to av Vedanta sadhana (manana). Siden jeg er grenseløs bevissthet, opplever jeg alltid meg selv og jeg trenger ikke å lete etter noen form for eksperimentell validering av min natur.

G) Omdefinere Frigjørelse - Ta en standpunkt som selvet - og gjenta internt identitet mantraer.

Jeg trenger å kontinuerlig tenke på og trygt påstå:

- 1) Jeg er av natur evigvarende eksistens/ bevissthet.
- 2) Jeg er den eneste kilden til permanent fred, sikkerhet og lykke.
- 3) Ved min enkle tilstedeværelse gir jeg liv til denne materielle kroppen og opplever dette materielle universet.
- 4) Jeg er aldri berørt av det som skjer i den materielle verden eller til den materielle kroppen.
- 5) Når jeg glemmer min virkelige natur, gjør jeg om livet til en byrde. Når jeg husker min natur, gjør jeg om livet til underholdning.

Lær utenat dette mantraet fra Kaivalaya Upanishad og gjenta det til det blir en kontinuerlig og automatisk tanke. Når den er kontinuerlig, vil den aldri bli glemt, den vil dette ut av hverdagsbevissthet, men vil alltid være tilgjengelig når den trengs, som ditt navn:

«Alt er født i meg, alt har sin eksistens i meg, og alt oppløses tilbake til meg. Jeg er den grenseløse bevissthet, den ene uten den andre.»

8. DE TRE KROPPENE OG DE TRE TILSTANDENE

Hva er de Tre Kropper (sharira traya)?

1) Hva er den Grove Kroppen (sthula sariram)

Det er det som er sammensatt av de fem elementene (mahabhutas) rom, luft, ild, vann og jord etter at de har gjennomgått den delende og kombinerende prosessen (panchikarana)

Det er født som et resultat av fortidens meritterende gjerninger og er transportmiddelet med hvilken en oppnår erfaring i verden. Det er født, vokser, opprettholder seg selv, forfaller og endelig dør.

2) Hva er den Subtile Kroppen (suksma sariram)

Det er sammensatt av de fem elementenes (tanmatras) subtile aspekt før de gjennomgår den delende og rekombinerende prosessen. Det er et resultat av fortidens gode gjerninger og er et instrument for subtile erfaringer. Det består av sytten deler: de fem persepsjonssanser (panca jnanendriyani), de fem handlingsorganer (panca karmendriyani), de fem livsviktige lufter: Respirasjon (prana), utskillelse (apana), sirkulasjon (vyana), fordøyelse og assimilasjon (samana) og kraften i kroppen til å utvise uønskede objekter (udana). Udana er også aktiv på dødsfallstidspunktet og er ansvarlig for å løse ut det Subtile Legemet fra det Grove Legemet. Det Subtile Legemet inneholder også sinnet og intellektet.

Det Grove Legemet, den ytre materielle sliren holdes i livet av det Subtile Legemet som drifter persepsjons- og handlingsorganene og pranaene, de fysiologiske systemene. Når det Grove Legemet dør, går det Subtile Legemet av. Det Subtile Legemet varierer fra den ene personen til den neste. Identifikasjonen av Selvet med det Subtile Legemets emosjonelle aspekt resulterer i følelser som «Jeg er lykkelig. Jeg er ulykkelig. Jeg er sint» osv.

Persepsjonsorganer er kalt jnanendriyam, kunnskapsorganer. De er øyne, ører, nese, tunge og hud. Elementene som gir opphav til de persiperende organer er som følger: Rom for ørene. Luft for huden. Ild (lys) for øynene. Vann for smaken og jord for nesene.

Erfaringsfeltet for øret er rom, som muliggjør lyd. Erfaringsfeltet for huden er luft, som muliggjør berøring. Ild (lys) muliggjør persepsjon av former. Persepsjon av former er øyenes funksjon. Tungen fungerer fordi vann muliggjør smaken. Nesens formål er å kjenne til element jord.

Handlingsorganer er kalt karmendriyas. De er: tale, føtter, anus og kjønnsorganer. Elementet ansvarlig for tale er ild. For hendene, luft. For føttene, rom. For anusen, jord og for kjønnsorganene, vann.

Hva er Sinnet (antahkarana)

Sinnet mottar stimuli fra persiperende sanser og forener eller assimilerer informasjon inn i en erfaring. Sinnet er tanker. Tanker kan bli delt opp inn i fire kategorier basert på deres virksomheter. Når sinnet er i en tilstand av vilje, vakling eller tvil er det kalt manas, emosjon. Når sinnet er involvert i analysen av en situasjon med ideen om å ta en avgjørelse, gjøre en diskriminasjon eller en bedømmelse er det kalt buddhi, intellekt.

Når sinnet anser seg selv som handlingsforfatteren eller nyteren av behag og smerte, er det kalt ego, ahamkara. Delen av sinnet som tilbakekaller minner, og lagrer underbevisste inntrykk er kalt chitta. Sinnet responderer på den måten som passer til situasjonene som oppstår i livet. Det er en annen måte å samarbeide med det Subtile Legemet.

Hva er den Kausalekroppen? (karana sariram)

Det som ikke kan defineres i kategori (arnivacya) og er begynnelsesløs (anadi). Det er fri for atskillelser og kilden til Selvignoranse (avidya). Det er årsak til den Subtile Kroppen og den Grove Kroppen. Det er kalt karana sariram.

Tattva Bodhah referer til kausalkroppen som avidya, et teknisk ord som vanligvis er oversatt som ignoranse. Men avidya refererer også til kausal materie, det mest subtile av materie hvorav kausalkroppen er komponert.

Vitenskap forteller oss at materie er uknuselig, og vi hører ofte om ødeleggelsen av spesifikke ting. Hva vi egentlig mener er at dette objektet har gått tilbake til dens originale umanifesterte form. Det er på samme måte som ødeleggelsen av en bølge på havet. Når bølgen virker å være borte, har bølgematerialet smeltet sammen tilbake inn i havet. Å gå tilbake til den umanifesterte tilstanden, vil den komme tilbake i manifestasjonen som en annen bølge, og slik fortsetter prosessen.

Vedaskriftene sier at gjennom pralaya, den totale oppløsningen av universet, løser alle de grove og subtile kroppene tilbake inn i det usynlige, umanifesterte såkornet. Denne umanifesterte formen er kalt for kausalkroppen. Materie kan verken bli skapt eller ødelagt. De fysiske og subtile kroppene eksisterer i kausalkroppen forut skapelsen og etter verdens ødeleggelse. Den kausalekroppen fungerer som en kilde av alle former og også

oppløsningsgrunnen, slik som gull er opprinnelsen av alle gullsmykker og også deres oppløsning.

Ulik de grove og fysiske kroppene, er ikke kausalkroppen mulig å erfare til enten meg selv eller andre. Det er fordi transaksjonsorganene er inaktive. Tenking og persepsjon tar plass i subtilkroppen alene, men kausalkroppen er det som de fysiske og subtile kroppene har blitt oppløst inn i. Det er en tomromstilstand, en transaksjonsløs tilstand hvor kropp, sinn og persepsjon har opphørt, som gjør diskret erfaring umulig. Selv om kausalkroppen ikke kan bli erfart som et objekt, må det eksistere på grunn av loven om at materie verken kan bli skapt eller ødelagt.

Kausalkroppen er fullstendig umanifestert. I sanskrit blir det kalt for nirvikalpa, som betyr en tilstand hvor alle forskjeller mellom subjekt og objekt er oppløst. Når alle de forskjellige elvene har smeltet sammen til havet, kan vi ikke si hva er hva. Vi vet at alle elvene er der, men vi kan ikke si hva er Ganges eller Amazonas og så videre. Forskjellen er uklar, mens derimot før de smeltet med havet var de helt klart innlysende. På samme måte, er de grove og subtile kroppene forskjellige, men på grunn av kausalkroppenes nirvikalpanatur, blir forskjellene umulige.

De Fem Slirene

De tre kroppene er ofte referert som lagene eller slirene, som vi kan tolke som at de gjemmer eller dekker over selvet. Faktumet er at selvet er selvåpenbaring og kan ikke bli dekket over av noe, men tilknytning til tanker, følelser og kroppslige fornemmelser fører til at vi holder på disse og ikke selvet. Selv om jeg ikke kan lese ordene på denne siden uten å oppleve siden, fokuset på ordene får meg bort fra å sette pris på tilstedeværelsen til siden. For å ha kjennskap til bakgrunnen av mine opplevelser, persepsjoner, fornemmelser, tanker og følelser, trenger jeg å bli separert fra den. Diskriminasjon er ikke en opplevende separasjon av subjektet fra objektene. Selvet kan ikke bli fjernet fra kroppene, fordi det var ikke inni dem i utgangspunktet, selv om ofte når selvet er realisert føles det som om du er ute av kroppen, fordi vi er så dypt vant å ta den fysiske kroppen som vårt referansepunkt. Det diskriminerende skifte er ren forståelse og produserer et positivt resultat hver gang ikke-selvet blir avvist. Faktumet er at kroppene er i selvet, på den måten de er innenfor rekkevidden av bevissthet, ikke utenfor den, selv om de viser seg som objekter.

Diskriminasjon er ikke utelukkende intellektuell, som noen hevder; Den påvirker individets opplevelse av livet. Men ironisk sett virker den bare hvis objekter som er opplevd er forkastet. For å forkaste opplevelse, må du ha opplevd nok av livet fra samsarisk sinnstilstand til å ha blitt desillusjonert med jakten på opplevelse. Forkastet opplevelse er ikke ikke-eksisterende opplevelse. Det er å kunne vite at opplevelse ikke er reell med mindre det er sett på som selvet. Hvis du fortsatt har tvil om ørkesløs jag etter fullkommenhet i samsara virker ikke diskriminasjon. Men hvis du er fri fra tvil på dette debattertemnet så virker diskriminasjon.

Negering (forkaste) antydnet gjennom diskriminasjon er heller ikke intellektuelt. Å holde fast på at et objekt ikke er reelt er bare et forberedende steg. Du må faktisk avslå å tillate vasanaer å dytte eller dra deg inn i opplevelser helt til de er presentert som ikke-bindende. Du vet helt sikkert hvem du er og hvem du ikke er, men dine bindende vasanaer gjør det ikke. Og selv om de gjorde det så vil de ikke forsvinne av seg selv. Du må fjerne dem med analyse hvis du vil at det tilsynelatende individet skal være lykkelig. Du kan være opplyst og ha et ulykkelig individ, men hva er poenget? Det er ikke noe intellektuelt med det. Diskriminasjon har kvantifiserbare opplevende resultater. Det er en porsjon smerte, fordi du står imot begjær hver gang du forkaster ikke-selvet, da vil fred og glede følge.

Å praktisere diskriminasjon, observerer du objektivt ustanselig tankestrøm (og følelser den produserer), som til stadighet dukker opp fra Kausalkroppen og avgjør virkning av identifikasjon med det har på livet ditt. Når analysen fortsetter, kan ikke ignoranse støtte seg selv, usunne mønstre forsvinner og sinnet blir i økende grad rolig. Samsvarende observasjon av innholdet i Subtilkroppen vil etter hvert avsløre den sanne observatøren, bevissthet. I virkeligheten er ikke observasjon en handling. Det er hva en er. Likevel trenger individet å imitere selvet og diskriminere hele tiden til bindingen med ikke-selvet er ødelagt. Husk, individet er selvet pluss Subtilkroppen og når Subtilkroppen er forkastet, da åpenbarer alltid den frie naturen av selvet seg.

Vi har tidligere definert objekter, som annet enn subjektet, bevissthet. De fem slirene (pancha kosa prakriya) lister opp objektene på en logisk måte. Den sier at inni de fysiske slirene er vital slire; inni vital slire er mental-slire; inni mental-laget er intellekt-slire (eller agent slire), og inni det er det lykkessalighets- eller nytelsesslire. Rekkefølgen med den ene etter den andre dekker tilsynelatende selvet som slire når vi tenker på en løk hvor kjernen blir gjemt av ulike slire (lag).

1. Den fysiske slire (anamayakosa)

er produsert fra frøet og blodet av foreldrene, er laget av mat og utvikler seg av mat alene. Det er ikke selvet, fordi det eksisterer ikke før fødselen eller etter døden. Siden kroppen ikke eksisterte i forrige fødsel så kunne det ikke produsere denne fødselen og da ville det være en virkning uten en årsak. Det er umulig å ha en virkning uten årsak. Med mindre det eksisterer i en fødsel i fremtiden så kan den ikke nyte handlingenes resultater akkumulert i denne fødselen, som betyr at en person kan lide og en annen nyte karmaen til en annen, som ikke er mulig. Det er i en flytende tilstand og er et kjent objekt.

2. De fysiologiske systemer, vitale luftveier slire (pranamayakosa)

gjennomtrenger kroppen og gir kraft og bevegelse til oppfatningsevnen og aktive sanser.

Det er ikke selvet fordi det er ikke bevisst og er i konstant flyt/ endring og er et kjent objekt.

3. Den følelsesmessig slire (manomayakosa)

skaper ideer om jeg og mitt i forhold til kroppen, bolig og avkom. Det er ikke selvet fordi den har begjær, blir beveget av nytelse og smerte, gjenstand for vrangforestillinger, er uberegnelig og er et kjent objekt. Dette laget vender seg utover. Den lyser opp den fysiske verdenen gjennom sansene. Den samler sansedata og presenterer det til intellektet. Den tviler og produserer emosjoner følelser.

4. Intellektet (vignanamayakosa)

er refleksjonen av ren bevissthet og gjennomtrenger hele kroppen opp til tuppen av fingrene og tær i våken tilstand, men forsvinner i dyp søvn, er kjent som intellekt-laget. Den er bevisst på seg selv, den subjektive verdenen. Den tenker, husker, tror, forestiller seg, skaper avgjørelser og gir ordre. Det er heller ikke selvet, fordi det er et kjent objekt og endrer seg.

Slire 3 og 4 er kjent som Subtilkroppen eller Antakarana, det indre redskapet. Det er et redskap av handling og nytelse. Derfor blir den kalt for handleren (karta) og nyteren (bhokta).

5. Lykksalighetsslire (anandamayakosa)

Når subtilkroppen får det den vil ha, da trekker den seg innover og fanger opp refleksjonen av lykksaligheten av bevisstheten og smelter sammen i bevisst søvn. Dette er kjent som lykksalighetsslire. Dette laget kan ikke være selvet, fordi den er midlertidig og er et kjent objekt. Lykksaligheten som reflekteres i lykksalighetssliren er evig, uforandret bevissthet.

Disse fem slirene gjør greie for alle individets opplevelser. Hver av dem er identifisert med spesielle signatur tanker. For eksempel, det er ikke en person i eksistensen, som ikke har tenkt eller sagt: Jeg gikk til X. Hvorfor er det et uttrykk av selvignoranse? Fordi jeget, bevissthet, selvet har ingen føtter og er overalt så den kan ikke gå noen steder. Hva ville være riktig setning? Jeg observerte at kroppen gikk. Hvis du sier at jeg er sulten og tørst, har du forvirret jeget med vital luftveielaget. Den er ansvarlig for sult og tørst. Hvis du sier jeg er glad eller trist, har du eid fornemmelser som ikke tilhører selvet og du er identifisert med følelsesmessigelaget. Selvet er fri for følelser. Hvis du sier, jeg tenker eller jeg velger, er du identifisert med intellektlaget. Selvet er fri for tanker. Tilslutt, hvis du sier, jeg føler meg bra, er du identifisert med lykksalighetssliren.

I hvert eksempel har, jeg, bevissthet, forvirret seg selv med et bestemt slire av opplevelser. Når du oppdager deg selv i å identifisere med en bestemt opplevelsestanke, følelse eller handling. Dette er ikke meg. Det er et objekt kjent av meg. Den er ikke reell fordi

det forandrer seg. Jeg er den som kjenner til dette objektet (opplevelsen). På den måten separerer du jeg fra objektet som viser seg i hvert øyeblikk. Da vender du din oppmerksomhet til bevissthet.

Åpenbaringer er opplevelser som vanligvis separerer jeget fra objektene og resulterer i en slags sans av frihet. Men, fordi opplevelsen (erfaringen) er i et område av tid, hvor opplevelser ikke varer. Når opplevelsen slutter, er jeget forbundet med et objekt og lidelsen gjenopptas. Det er klart at lidelse kommer tilbake fordi begjæret om å repetere opplevelsen dukker opp med en gang. Faktumet er at ignoranse ofte viser seg under en åpenbaring i form av ønske om å nyte opplevelsen permanent. Åpenbaringer ødelegger ikke selvignoranse og identifisering med objekter på permanent basis; de gir bare midlertidig lettelse. Bare iherdig hardt arbeid av selvkunnskap til ignoranse, som manifesterer seg i Subtilkroppen vil utrydde ignoranse. Det er feilaktig å tro at opplystheter er en slags tidløs opplevelse, men lengsel etter spirituelle opplevelser er bare opplevelser av lykkosalighetsslire, som er innenfor tid og rom.

Det Kausale – Underbevisstheten - Minne

Emner som det kausale, minne og underbevisstheten har jeg vært fasinert over i en del år gjennom ulike vitenskapsmenn og tenkere som Rupert Sheldrake, David Bohm, Erwin Laszlo med flere.

Programmeringer, vaner, tendenser m.m., som er lagret i underbevisstheten og er med på å tiltrekke oss opplevelser og kunnskap i livet har vedaene hatt kjennskap til i årtusener. Det heter vasanaer (makrokosmisk kausale og vi mennesker mikrokosmos kausale) på sanskrit. Jung hadde også kjennskap til dette i sin tid.

Noen såkalte Vasanaer (tendenser, inntrykk, programmeringer, vaner m.m.) kan ta flere år å løsrive seg fra eller fjerne. Ifølge Vedanta er selvkunnskap den mest konstruktive metodikk å fjerne (løsrive) oss fra ignoranse, som flere av våre vasanaer er bundet av. Det er individuelle elementer som vi har med oss i vår bagasje når vi kommer til livene våre og det er også kollektive elementer med her. Man er preget av ens fortid, men man har med seg bagasje når vi blir født som ikke er preget av genetiske forhold eller fra det miljøet vi lever i.

Uttrykket å skape egen virkelighet eller tiltrekke seg hva man vil fungerer ikke, fordi vi er bundet av det som er i vår underbevissthet, som nevnt. Det er mange faktorer her som spiller inn. Det er fasinerende å reflektere over egne vasanas. Det er også positive vasanaer som vi ikke ønsker å fjerne naturlig nok. Gode vaner ønsker man ikke å fjerne.

«De tre verdener er de tre eksistensplanene (makrokosmisk): Det kausale, subtile og grove. På et individuelt (mikrokosmisk) menneskelig plan tilsvarer det underbevissthet, sinnet og kroppen.

DET KAUSALE PLAN

Det første eksistensplanet er det kausale plan. Det er universets kosmiske databank av hukommelse hvor all informasjon fra tidligere tidsaldre er lagret. Her er informasjonen om hvordan skape nye solsystemer, planeter, mineraler, planter, dyr, mennesker og andre skapninger i en ordnet lovregulert verden. Dette er intelligent designet, i motsetning til vitenskapens oppfatning av tilfeldig utvelgelse hvor en ufattelig orden oppstår ut av kaos fordi det er mest overlevelsedyktig.

Det kausale plan kan oppfattes som en form for kosmisk internett. Informasjonen ligger ikke i genene, men genene laster ned informasjon. Lignende slik radioprogrammene ikke er inne i radioen, men det er kun en mottaker. Derfor blir en eikenøtt til et eiketre, fordi frøet kan laste ned informasjonen til å bli et tre. Slik naturen ut fra matematiske forhold genererer stadige nye former, reproduseres skapelse i en uendelighet av former fra det aller minste til det mest komplekse.

På et individuelt plan skjer de samme prosessene. Skapelsen av et menneske følger samme modell. Det kausale plan tilsvare utenom gener og biologisk hukommelse også det underbevisste hvor alle tidligere opplevelser, erfaringer, kunnskaper og ferdigheter blir lagret. Her finnes karmiske mønstre fra tidligere liv som dypereliggende bevissthetsspor som riller i en grammofonplate eller mønstre i sanden på en havbunn.

Vasanaer er tendenser som blir til karma om de gjentas og forsterkes tilstrekkelig. For eksempel en mann kan ha en sterk sexvasana. Når han ser en vakker kvinne er sex dermed det første han tenker på. Det er en vane oppstått med langvarig repetisjon av et slikt mentalt reaksjonsmønster. Menn er biologisk programmert til å ha en livslang fascinasjon for sex, men interessen kan styrkes eller dempes avhengig av i hvilken grad tankene får lov å engasjere seg i temaet. Tendenser blir til vaner, vaner blir til karakter og karakter blir til skjebne.

Det kausale plan kan ikke observeres eller erfares. Det er usynlig, kun effektene er synlige. Herfra har alle handlinger sin årsak og opprinnelse. Tilsynelatende ser det ut som jeg handler spontant og fritt, men en ide, tanke, impuls som uvilkårlig oppstår i sinnet er frø fra underbevissthets som spirer og gir frukt. Det umanifesterte blir manifestert. Det kausale plan er utenfor personlig kontroll, det styres og kontrolleres av Isvara/ Makro-kosmisk intelligens/ Det Totale Sinnet.

Hjernen kjenner ikke til Hjernen

Student: La oss si at jeg snakket med en nevrovitenskapsmann og prøvde å overbevise han eller henne om at kropp-sinn er ikke den virkelige eller ultimate beskuer. Når

jeg spør hva som oppfatter kroppen, sier vitenskapsmannen at hjernen ser og berører kroppen. Hva er det beste logiske svaret som motsier denne påstanden?

Vedanta lærer: Den mest innlysende responsen vil være, «Hvem er den som kjenner til hjernen (kroppen)? Hvordan vil noen, vitenskapsmann eller ikke, vite om hjernens (kroppens) eksistens hvis bevissthet ikke var der for å vite dette faktum? Uten bevissthet er bare hjernen (kroppen) død kjøtt.

Bevissthet må være der for at kunnskapen av noe som helst skjer, inkludert ignoranse, som er en slags kunnskap det også.

Student: Hvordan kan vi vise at bevissthet ikke er et hjernefenomen?

Vedanta lærer: Det korte svaret til ditt spørsmål er: Hvordan kan du vite at du har en hjerne? Hjernen vet ikke om deg, men du vet at det er en hjerne selv om du aldri har sett den.

Det lange svaret til ditt spørsmål er for det første at vi ikke foretrekker å bruke terminologien absolutt til å si noe om bevissthet, siden det har en underforstått betydning om at det er en spesiell bevissthet bakenfor bevissthet, siden dette er virkelig en ikke-dualistisk virkelighet, er det bare bevissthet som ser ut til å vise seg i form. Hvordan kan sinnet eller hjernen (som er et instrument for persepsjon og sinnet er ikke begrenset til den), som er et grovt objekt, vite om noe som er betydelig mer subtilt enn den, bevissthet? Bevissthet, er ikke et objekt av persepsjon og kan ikke bli kjent av sinnet, som bare er i stand til å ha kjennskap til objekter.

Bevissthet er ikke et hjernefenomen. Hjernen er bare grov materie, den er livløs. Uten bevissthet som opplyser den, er den livløs gele. Den tenker og beregner, fordi bevissthetslyset skinner på den, som med månen som viser seg skinnende, fordi sollyset skinner på den. Hvis du er identifisert med kropp-sinn, vil hjernen slutte å leve, slik at du også tror du gjør det. Men det er ingen bevis på at du dør, og hvis det finnes, da ville du ha vært der for å vite det, ikke sant? Derfor dukker alle objekter (hjernen inkludert) fra bevissthet, er laget av bevissthet og er avhengig av bevissthet for å eksistere, men du, bevissthet er fri fra alle objekter. Du er adjata ufødt, og du dør aldri.

Som bevissthet trenger du ikke noe som helst for å vite om deg selv, fordi du eksisterer hvorvidt objekter er tilstede eller ikke. Når Maya viser seg, manifesterer skapelsen og selvet er tilsynelatende fortryllet av ignoranse, viser seg som en subtilkropp, som identifiserer seg med objekter og tror at bevissthet er noe den trenger å oppnå. Dette blir kalt for ignoranse. Det er derfor vi trenger Vedanta, som er et upersonlig kunnskapsmiddel for bevissthet. Når kvalifikasjonene er tilstede og sinnet trofast er underlagt skriften, fjerner selvkunnskap ignoransen som er tilstede i sinnet, skjuler den sanne Selvets natur. Personen forblir, men de er ikke lengre identifisert med å være en person. Dette blir kalt for moksa (frihet).

Tanker - Dette ordet beskriver elektriske impulser i hjernen kalt for synapser som ser ut til å produsere tanker, intuisjon, minner og følelser. Alle tanker/ følelser/ minne/ intuisjon oppstår fra guna-genererte vasanaer, eller dine liker og misliker: De tilhører Isvara/ Det Totale (Makrokosmos) og ikke til individet. Å rense sinnet betyr å oppnå sattva eller rolig sinnstilstand. Bevissthet er før tanke og er ikke i motsetning til tanke: ikke alle tanker skaper agitasjon i sinnet og tanker er ikke under kontroll av sinnet. De viser seg i sinnet. Tanker, følelser, intuisjon og minne er ikke et problem i seg selv. Identifikasjon med dem er problemet.

Alt vi ser utenfor oss selv i denne dualitetsvirkelighetsordenen skjer egentlig inni sinnet. Alt vi ser har en kunnskap og en tanke bak. Alle erfaringer kommer fra en tanke (ide, konsept).

Et Tankeunivers

Dette er et tankeunivers, som kjører på veldig forutsigbare programmer, skapt av gunaer: Alt viser seg i sinnet som en tanke. Dette er født ut av selv i vitenskapelig forskning. Nevrovitenskapsmenn har etablert at prosessen av observasjon/ erfaring er den samme som hva du erfarer gjennom et magisk triks, som er en serie av elektrokjemiske signaler som går rundt en bunt av kretser i din hjerne. Fordi det er ikke noen vinduer i din hodeskalle, og den eneste måten du kan få informasjon inn i hjernen er gjennom dine fem sanser.

Derfra, benytter hjernen seg av tidligere minner og bruker da det kognitive til å fortelle alt essensielt å forme hva nevrovitenskapsmenn kaller en stor virkelighetssimulering. Det er ikke det at verden ikke er der. Den er der, men du har aldri levd der. Du har aldri vært der på besøk. Det eneste stedet du har vært er inni sinnet ditt.

Forskjellen mellom Sinn og Intellekt

Sinnet er et komplekst objekt. Det er en funksjon av subtilkroppen og kan ikke være separert fra alle andre funksjoner, slik som intellektet, eller buddhi: Minne, chitta, Jegsans eller ego, ahamkara (når sinnet er identifisert med handling eller nyter av nytelse og smerte); de fem grove kunnskaps/ perspesjonorganer : jnana indriyas (øyer, ører, munn, nese, hud); de fem subtile kunnskap/ persepsjon (å se, høre, smake, lukte, berøre), de fem store handlingsorganer: karma indriyas (munns, hender, ben, anus, kjønnsorganer) og de frem fysiologiske funksjoner eller prana (åndedrett, blodsirkulasjon, fordøyelse og kaste ut den subtile kroppen ved døden).

Sinnet har fire grunnleggende funksjoner

1. Det mottar stimuli fra ens miljø, Eksistensfeltet hvor den er en del, gjennom de fem grove sanseorganene og subtile sanseinstrumentene, jnana indriyas. Det forener og in-

tegrerer informasjonen inn i en erfaring. Det bestemmer hvilket organ, som vil fungere bevisst eller mekanisk, som Swami Paramarthananda kaller for en trafikkpoliti funksjon. En sanseorgan kan ikke produsere fem uavhengige erfaringer. For eksempel, kan en blind person fortsatt lukte, smake, berøre og høre. Verden er kjent av sanseorganene, men sanseorganene er ikke kjent av verden. Sanseorganene er utadvendte. De operer generelt sett utenfor kroppen. Men ved spesifikke tider mottar sanseinstrumentene inni kroppen, fordi kroppen er ikke-separert fra de fem elementene, med andre ord den materielle verden. Selv om de grove persepsjonsorganer, øynene, ørene osv. er synlige, i stand til å høre, se, berøre osv. er de ikke i stand til det.

2. Tvilende funksjon: Gransker inn i fortrinn og mangler av objektene mottatt av sansene. En veldig viktig funksjon, som over eller under-utviklet er en seriøs hindring til et lykkelig liv og til selvgransking.

3. Gir et følelsesmessig uttrykk: Den genererer tanker og følelser (følelser er alltid gått foran av en tanke) til å aktivere handlingsorganene. Når sinnet er i en begjærtstilstand, ubeslutsomhet, sinne eller tvil, er den kalt for manas. Når sinnet er kontrollert av ufri-villige tanker og følelser, kan intellektet ikke fungere og lidelse følger. Kontinuerlig observasjon av tanker og følelser, som viser seg i sinnet er kalt for mano nigrahah, en viktig del av selvgransking.

4. Endrer til eller håndterer gunaer: Den endrer til gunaer eller håndterer dem, som er avhengig av dets Selvkunnskapsnivå. Intellektet (buddhi) er den kognitive delen av subtilkroppen som diskriminerer, bedømmer og tar avgjørelser. Det bør lede sinnet, og ikke omvendt.

Minner er Lagret i Intellektet

Chitta, minne er en funksjon av subtilkroppen, sinnet. Minnene er ikke lagret i kausal-kroppen. Hvis de var det, ville de ikke bli tilgjengelige hele tiden i påfølgende fødsler. De er lagret i minne i intellektet, som er fjernet når subtilkroppen (ego, sinn og intellekt) er gjenfødt. Kan du forestille deg hvor umulig det hadde vært å leve med alle minner av dine tidligere liv? Ingenting av informasjonen, som er nyttig i dette livet er nødvendig i det neste livet. Du starter på nytt neste gang, pluss din karma, som betyr grunnleggende tendenser, som ikke er dine minner. Vi kaller dine grunnleggende tendensbunt din svadharma eller din svabhava. Alt du trenger i nåtiden og fremtiden er tilgjengelig nå fordi det er bare nåtiden, selv om sinnet tror på fortid og fremtid. Faktumet er at det er ingen tidligere liv eller fremtidige liv. Alt skjer i nåtiden (tilstedeværelsen), evig bevissthet. Tiden kommer og går er ikke virkelig.

Tid - Minne - Bevissthet

Vi gjør først en gransking om hva tid er. Hvis virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet, som vi vet at det er, er det ikke noe annet enn bevissthet i den. Tiden er en konstruksjon,

noe som dekker over. Den er skapt av frykt og begjær, og hvis du er identifisert med den, leter du etter det som er bestandig gjennom et ubestandig instrument, sinnet. Dette er ignoranse. Ingenting er erfart i fortiden eller fremtiden, bare i nåtiden. Hvor lang tid er tilstedeværelsen? Et liv, et år, måned, minutt, millisekund? I det øyeblikket du prøver å kategorisere tid, har tiden allerede passert. Tiden er derfor ikke noe spesifikk måleenhet. Hva er den da?

Hvis du tenker på den, er tiden rommet mellom hendelsene. Erfaringsessensen av hendelser er lagret i og av sinnet. Minne er ganske enkelt katalogiserte og kategoriserte hendelser. Kan du egentlig si at en hendelse fant sted før hvis sinnet ikke lagret den hendelsen? Du kan ikke det. Tiden er distansen mellom et minne av en hendelse og et annet minne eller nåværende erfaring. Det er en illusjon. Hvis tid er rommet mellom minnene formet av sinnet, hva eller hvem ser tilstedeværelsen av minnene og tid? Bevissthet er vitnet til tid. Er bevissthet påvirket av noen sinnsfunksjoner? Har bevissthet egentlig noe med den mentale illusjonen, som blir kalt for tid? Ville tid eksistere hvis bevissthet ikke var der til å se den? Nei, på alle spørsmål.

Det er nøyaktig hva vi mener når vi sier at bevissthet er bakenfor tid eller er tidløs. Vedanta sier at bevissthet er ikke en faktor i produksjonen av tid; Bare erfaring og minne er. Likevel må bevissthet være der for at tid eksisterer. Det er derfor hvorfor tid avhenger av deg, men du avhenger ikke av tid. Du ser tid, den ser ikke deg. Du er seeren upåvirket av tid. Du er fri for tid. Ingenting har skjedd. Hva spiller det for noe rolle om vasanaer (tendenser, programmer, vaner) ikke kan bli løst opp og fortsatt være bindende.

Med en gang ignoranse har blitt fjernet og kunnskapen om at din sanne identitet er bevissthet er stødig, forstår du at personen ikke er noe mer en tendenskombinasjoner, liker og misliker, eller vasanaer, som skaper en spesifikk personlighet og en livshistorie. Både Det Totale Sinnet og individet, eller den tilsynelatende personen, er objekter kjent av deg, bevissthet. Dine betingelser tilhører Det Totale Sinnet; Derfor, som bevissthet, gjør du ikke krav på den. Ei heller perfektionerer du den tilsynelatende personen, fordi den er ikke virkelig. Alt du trenger for å være fri er å forstå individets betingelser i lys av Selvkunnskapen, slik at du kan være fri av begrensningene av identifikasjonen med objekter. Den tilsynelatende personen vil alltid være begrenset, slik at de aldri vil forlate den tilsynelatende virkeligheten, som betyr at individet alltid er underlagt Det Totale Sinnet, selv om den som bevissthet er fri for Det Totale Sinnet og individet.

Nuet - Tid - Minne

Å Forstå Det Totale Sinnet er nøkkelen.

Nuet er en veldig dårlig metafor for bevissthet, fordi den har en underforstått mening av rom og tid, som ingen av dem gjelder bevissthet.

Hvis virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet er det ikke noe annet enn bevissthet, fordi det er ikke noe slikt som fortid, nåtid eller fremtid, ingen tid og rom. Imidlertid når du

bruker terminologien nå påkaller du tid og tid kan ikke bli diskutert uten å diskutere rom, fordi hva som skjer i rom forekommer i tid. Rom eksisterer ikke i bevissthet og gjelder ikke bevissthet, fordi det er ingen steder bevissthet ikke er slik at det er ikke noe tid for bevissthet. Det vil være mer riktig å si at tid og rom forekommer innenfor bevissthetsrammen eller at det er kjent til bevissthet.

Dessuten er rom bare distansen mellom objekter og tid er distansen mellom hendelser. Hendelser skjer med objekter. Rom er ofte brukt som en metafor for bevissthet, fordi den er alt gjennomtrengende, men som tid er det en som kjenner rommet og tid, deg, bevissthet slik at de begge er objekter kjent av deg.

Det tar tid å forberede ens sinn for Vedanta, men frukten av granskningen er selvkunnskap, som er uavhengig av tid. Tid er bare et mentalt konsept, en subtil bevissthetsmanifestasjon. Ingenting skjer i fortiden eller fremtiden, bare i nåtiden. Hva er nuet? Hvor lenge er nuet? Et år, måned, minutt, millisekund? I det øyeblikket du prøver å kategorisere tid, har tiden allerede passert.

Tid har ingen objektiv virkelighet. Essensen av hendelseserfaringer (tid) er lagret i og av sinnet. Minne er ganske enkelt katalogiserte og kategoriserte hendelser. Kan du egentlig si at en hendelse skjedde før hvis ditt sinn ikke lagret hendelsen? Du kan ikke det. Tid er distansen mellom et hendelsesminne og et annet minne eller nåværende erfaring. Tiden er en illusjon. Og hvis sinnet er livløst, hvem er det som egentlig lagrer minnet? Minne er en funksjon av sinnet, men det er ikke sinnet som husker noe. Alle hendelser er lagret i kausalkroppen (Det Totale Sinnet). Hvis tid er rommet mellom minnene formet av sinnet, hva ser tilstedeværelsen av minnene og av tid?

Bevissthet ser minnene, den ser tid. Er bevissthet påvirket av noen hendelse eller sinnsfunksjon? Nei, den er ikke det. Har bevissthet egentlig noe å gjøre med den mentale illusjonen kalt for tid? Nei, igjen. Ville tid eksistere hvis bevissthet ikke var der for å se (vitne) den? Det avhenger av hvem du tror du er. Hvis du tror du er individet, er tid og minne virkelig for deg. Men de er ikke virkelige, de har bare tilsynelatende eksistens.

Det er nøyaktig hva vi mener når vi sier at bevissthet er bakenfor tid eller er tidløs. Vedanta sier ikke at bevissthet eksisterer i en alltid-flytende tidsflyt: Den referer ikke til bevissthet som nå. Men, bevissthet må være der for at tiden eller NUET eksisterer. Det er derfor tid (eller nå) avhenger av deg, men du avhenger ikke av tid. Du ser tid. Den ser ikke deg. Du er seeren (vitnet), som er upåvirket av tid. Du er fri for tid og er derfor fri av nuet. Ingenting har skjedd. Derfor vil du aldri endre, aldres, forfalle eller dø.

Makrokosmisk Kausale - Vasanaer - Det Totale Sinnet - Individet

Universelle vasanabasseng blir kalt for smasthi vasanaer eller smasthisamskaraer i Vedanta. De er det samme konseptet av Isvara, som er Det Totale av alle mikrokosmiske, personlige eller individuelle kausalkropper. De er også personifisert i Vedaene.

Vi kan sammenlikne den Makrokosmiske Kausalkroppen til programmet for et videospill, som inneholder alle mulige handlinger eller bevegelser. Inni Det Totale Sinnet holder alle muligheter og inntrykk i en sovende (inaktiv) tilstand. Disse vasanaer utgjør både opprinnelige blåkopier til alle objekter og erfaringer. Det Totale Sinnets (Skaper) sine vasanaer (med andre ord ideer, arketyper, former, hvor alle tre gunar er de mest opprinnelige) er grunnleggende for den projiserende tilsynelatende virkelighet og disse projeksjoner setter sine spor på individet. Dessuten er individets subjektive tolkning av disse vasanaer (med andre ord objekter/ erfaringer) slått rot i individets vasanapåvirkete verdier, som avgjør dens ragadveshas, liker eller misliker.

I denne analysen ser vi at den tilsynelatende virkeligheten er essensielt en vasanastabel. Det Totale Sinnet sine vasanaer er grunnlaget for projeksjonen av det manifesterte universet i dets vyavharika (med andre ord grove-universelle transaksjoner) aspekt, som inkluderer Kropp-Sinn sanse-apparatet av individet og de leverer også de arketypiske muligheter iboende i dets pratibasika (med andre ord subtile-subjektive-indre) aspekt. Interaksjon med Det Totale Sinnets vasanaer akkumulerer individet vasanaer, som blir forbundet med subtilkroppen, som informerer at individet og disse vasanaene konsekvent blir hva vi tror som individets personlige vasanaer. Disse vasanaer (programmeringer, tendenser, inntrykk, vaner) påvirker individets verdier og preferanser, som inspirer til individets handlinger. Så lenge individet forblir selvignorant, vil det alltid utføre handlinger og forsterke dets vasanaer eller skape nye. Disse vasanaene, som er tilstrekkelig styrket gjennom repeterende ettergivende individ, som ikke lengre kan motstå deres påvirkning. Slike vasanaer er sagt å være bindende, med andre ord lidelse.

Som nevnt, er gunar de grunnleggende elementene eller opprinnelige vasanaer hvor alle objekter er laget. Slik at gunar avgjør kvaliteten og karakteren av individets subtilkropp. Deretter, interagerer individets subtilkropp eller sinn med objektene, som inneholder dens transaksjonsvirkelighet. Objektene i den transaksjonsvirkelighet (dualisme) er verdinøytral, men individet overlapper dets liker og misliker på dem (som den ubevist fanger opp gjennom dens betingelser) og møter problemer. Tilslutt kan ikke vasanaer være personlig, fordi individet er ikke deres skaper. Selv om de ser ut til å være personlige, tilhører de Det Totale Sinnet.

Deretter hvis opphevelsen av handler-nyteren og avslutningen av individets karmiske konto er effekter av selvkunnskap istedenfor egensindig og utmattede handling, så hvem tilhører disse vasanaene?

Vi kan svara Maya. Men Maya er ignoranse, og ignoranse er ikke en entitet som sådan. Ironisk sett, er ignoranse Det Totale Sinnets kreative kraft, som den bruker i dens rolle som en skaper, og skiller seg fra den rene bevissthet, som ikke kan skape uten maya sin hjelp. I denne betydningen at alle vasanaer tilhører Det Totale Sinnet.

Som en siste kommentar, faktumet at Det Totale Sinnet kan bli likestilt med hva som er

referert som den Makrokosmiske Kausal Kroppen, Det totale av alle kausale kropper, er støttet av forskjellen Vedanta gjør mellom Det Totale Sinnet og dyp søvn tilstand (prajna). Enkelt forklart: Det Totale Sinnet, som en Skaper er allvitende, allmektig og allestedsnærværende, og defineres som den kosmiske kilden av alle mulige ideer, som vi kan kalle for originale eller kreative vasanaer, som manifesterer seg som erfaringsbaserte objekter så vel som universell basseng av alle mulige inntrykk, som vi kan kalle for resultat- eller konsekvensvasanaer, som er rester av erfaringen av disse objekter.

Å referere til vasanaer som inntrykk antas at vasanaer bare kan være resultatet av en handling eller erfaring, men den bokstavelige betydningen av ordet vasanaer er duft. Og siden en duft er et fenomen som kan vedvare som en påvirkning, er duften i seg selv en direkte utstråling fra en kausal kilde.

Holografisk prinsipp

Slik er menneskekroppen, og det er også den kosmiske kroppen

Slik er menneskesinnet, og det er også det kosmiske sinnet

Slik er mikrokosmos, og det er også makrokosmos

Slik er atomet, og det er også universet

Upanishadene

Akasha – Rom – Makrokosmisk Kausalkropp

Akasha, som rom heter på sanskrit har feilaktig blitt sett på som grunnlag for eksistensen av alt blant noen vitenskapsmenn inkludert Ervin Laszlo.

Rom er en god metafor for selvet siden det gjennomtrenger alt i verden. Men selvet/ bevissthet er den som kjenner til rom. Rom er livløs i seg selv og et objekt.

En Vedanta lærer skrev dette når jeg viste han sitater fra Ervin Laszlo (som er en ungarsk systemteoretiker og vitenskapsfilosof. Han har vært nominert til Nobels fredspris to ganger) om Akasha/ Rom og bevissthet - en fasinerende analyse og gransking:

I boken Selv-aktualiserende Kosmos sier Ervin Laszlo:

«I begynnelsen av skapelsen er det bare Akasha (rom)». Fra Upanishadene: «Alle vesener dukker opp fra rom, og inni rom går de tilbake: Rom er absolutt deres begynnelse og rom er også deres endelige avslutning».

Vedanta lærer: Jeg hadde ikke hørt om Ervin Laszlo før. Hans beskrivelse av hva han kaller Akasha er generelt beslektet til hva Vedanta refererer til som (karana-sharira), makrokosmisk kausalkropp, men det inneholder også elementer av (hiranyagarbha), makrokosmisk subtil kropp, og (virat), makrokosmisk grov materie eller det fysiske universet.

Elementet som mangler i hans beskrivelse er (Brahman-Atma), ren bevissthet, som er samtidig, (adhishtanam) eller substansen av det hele manifesterte universet, som inkluderer makrokosmiske kausal kroppen. Selv om alle objekter avhenger av bevissthet for deres eksistens, er bevissthet alltid fri av alle objektene, hvorvidt objektene dukker opp eller ikke dukker opp, er bevissthet alltid tilstedeværende. Det kan ikke være noe årsak forutgående til bevissthet, fordi det ville presentere bevissthet, som et objekt og la emnet uløst av vår essensielle natur av eksistensfeltet, som den viser seg som i.

Dessuten, eksistensen er et selvsagt faktum og som «noe», kan den ikke ha kommet ut av ingenting.

Vedanta avslører ren bevissthet, som den grunnleggende substansløse substansen av hvor alt er laget og kilden ut av hvor alt dukker opp, hvor alt oppstår, og tilbake hvor alt løser seg opp i. Det betyr ikke at ren bevissthet, er en substans eller at det er en viljesterk entitet med et begjær om å skape eller at det besitter noe attributter som ville aktivere det til å spille ut slik tendens. Ren bevissthet er evig bevisst vesen som hvor alt er avhengig for deres eksistens.

Maya eller ignoranse eksisterer inni ren bevissthet, som en villedende kraft. Selv om Maya er referert som ignoranse, så er den mest subtile formen av materie. Grunnen til at den blir kategorisert som ignoranse er fordi, som en materiell substans (veldig subtil), er dens natur livløs og siden den er livløs er den verken bevisst eller intelligent. Derfor når ren bevissthet er preget av Maya er den presentert som ikke bevisst, uintelligent eller ignorant. Kort fortalt, har den glemt sin sanne natur og virker å være noe den ikke er.

Ren bevissthet preget av Maya, som bruker projeksjonskraften, er referert som Isvara eller Gud, Skaperen. Og den første tingen Isvara skaper, så å si, er den makrokosmiske kausalkroppen. Den makrokosmiske kausalkroppen er den umanifesterte virkeligheten av ren potensiale hvor alle objekter forblir i en dvaletilstand. Vi kan tenke på det som en slags lagerbygning av subtile blåkopier for alle objektene, både subtile og grove, som kan vise seg som det manifesterte universet. Selv om den makrokosmiske kausalkroppen er en udiffereinsierte tilstand, er den verken en kropp eller en bevisst entitet, men er kilden av alle objekter med navn, form og funksjoner, som er grunnen til at den er gitt en kausal status.

Som nevnt, er den makrokosmiske kausalkroppen den virkeligheten som Laszlo virker å forklare, som den grunnleggende substansen av alt. Imidlertid, fortsetter han fra der å forklare funksjonen av det manifesterte universet og hvordan det er sammenkoblet hele. Det er sant fra det relative nivået, det er, i konteksten av den tilsynelatende virkeligheten. Det er ikke sant, imidlertid at Jeg eller Ren bevissthet, er manifestasjonen.

Dette er et subtilt poeng, men det er vitalt å forstå den sanne naturen av virkeligheten. Vi kan gjøre det enklere ved å fordøye midler av lysanalogier. Mens objektenes tilsynekomster avhenger av lys, er lyset i sin helhet fri av objektene den opplyser. Siden alle

objekter er avhengig av bevissthet for deres eksistens, er bevissthet i seg selv fri av alle objekter.

Dessuten, opplyser ikke bevissthet objekter bevisst. Slik at vi kan si at bevissthet er lyset, hvor alle objekter er opplyst gjennom og er også den eneste kilden av opplysthet. Opplysthet er rett og den sanne natur av bevissthet. Å skinne er ikke noe solen prøver å gjøre, å opplyse eller låne eksistensen til objekter er ikke en handling som handlingsløs bevissthet er kapabel til å gjøre. Bevissthet er eksistens. Og når eksistens er preget av Maya, viser objekter seg. Bevissthet skinner og objekter er kjent. Bevissthet er lyset, som strømmer igjennom bilder på Maya sin film.

Fordi den makrokosmiske kausalkroppen er udifferensiert, er det en refleksjon av den grenseløse ren bevissthet og i denne betydningen blir likestilt med rom og lykksalighet. Grenseløsheten av ren bevissthet er antydning i Sanskrituttrykket ananta, hvor den utvidede betydningen blir fullstendigheten antydning i uttrykket ananda. Det som er grenseløs inkluderer alt og er altså fullstendig.

Selv om ananda er ofte oversatt til Engelsk som lykksalighet, er det viktig å legge til at det er en slags indikator av den essensielle bevissthetsnaturen. Den kan ikke bli referert til erfaringsbasert glede, siden det er et objekt og ren bevissthet er ikke objektiviserbart. Lykksaligheten av kausalkroppen er rett og slett refleksjonen av bevissthets grenseløshet. Kunnskapen av bevissthet er dens kilde og essensielle natur.

Derfor likestiller Laszlo hva han kaller Akasha med rom og ananda eller lykksalighet og påstår at den er den grunnleggende virkelighetssubstansen og tar feil. Han har beskrevet korrekt sammenkoblingen av den totale manifestasjonen, men gjenkjenner ikke bevissthet som dens substans og selvlysende virkelighet.

Fra boka Diskriminasjonens kronjuvel – Vivekachudamanai – Shankaracharya kommentarer av Edwin Faust – eksempel på kunnskap i vedaene

Vers 33 -

Det Umanifesterte viser seg som de tre gunaene og er Den Kausale Kroppen av bevissthet, Søvnstilstand hvor alle sanseaktiviteter og sinnet er løst opp til, er den mest subtile tilstanden.

Maya er upadhi (dekker over) av den grenseløse bevissthet, Selvet. Maya er upadhi (dekker over) av den grenseløse bevissthet, Selvet. Det er kjent av konklusjon så vel de tre gunaformer. Den forårsaker bevissthet til å identifisere seg med manifestasjonen av disse gunaene. Det er derfor den blir klart for kausalkroppen av Selvet.

Maya er ikke direkte oppfattet av sansene, men er konkludert fra dens projeksjoner, som skjer gjennom den våkne og drømmetilstand, hvor subjekt-objektrelasjoner skjer. I dyp søvn, opphører subjekt-objekt relasjoner. Dyp søvn blir kalt for Selvets distinkte tilstand

(selv om Selvet ikke har noen tilstander, som er forbigående erfaringer), fordi bevissthet, som er grenseløs og fullstendig har ingen subjekt-objekt relasjoner. Men dyp søvn i seg selv gir ikke Selvkunnskap. Maya gjenstår i dyp søvn, men den er umanifestert. Gunaene er i ro, så å si, men tilstede i frøform. Når individet kommer tilbake til drømme- eller den våkne tilstand, spirer disse frøene og verden er igjen oppfattet: subjekt-objekt relasjoner er tilbake.

DRØM, DYP SØVN OG MINNE

Den sovende i dyp søvntilstanden er bevissthet identifisert med kausal kroppen (prajna, bevissthet opererer som individet); Det er bevissthet, som erfarer sin egen natur eller lykkسالighet. Vi kan ikke erfare uten en tanke, slik at det er en subtil tanke, en vritti (kalt for prajna) i dyp søvn som får lykkسالighetserfaringen mulig. Denne lykkسالighet kommer fra fraværet av objekter, inkludert og spesielt vasanaer. Sinnet er ett med den udiffrensierede bevissthet, fordi alle vasanaene er inaktive i dyp søvn. Dyp søvn er definert av fraværet av mental aktivitet. Den grove kroppen er også ikke tilstede for den dypt sovende, selv om den er synlig til andre. Dypt sovende fyller opp og oppliver subtilkroppen, som er hvorfor den er så forfriskende og vital for det psykologiske og fysiske helsen.

Det eneste objektet tilstede i dyp søvn er ignoranse og ingen ting (ingen objekter), som er erfart og kjent gjennom slutning når den dypt sovende våkner opp og lykkسالigheten slutter, som er hvorfor prajna betyr nesten opplyst, fordi den erfarer grenseløsheten og bevissthetens lykkسالighet, men fordi intellektet ikke er tilstede, mangler den kunnskapen over hva den erfarer. Subtilkroppen forsvinner i dyp søvntilstand, som med den mikrokosmiske kausalkroppen (personlig underbevissthet, eller subtil kropp). Det er det samme for alle. Den makrokosmiske kausal kroppen er et annet navn for Det Totale Sinnet. Subtilkroppen ser ut til å tilhøre til individet (selv om intellektet tilhører Det Totale Sinnet) og produserer individet sin karma.

Drømmeløs søvn er kjent, også kjent som lykkسالighetsslire, ananda maya-kosha. I øyeblikk hvor det ser ut til å være ingen handler/ erfarer, må det være et vitne som kjenner til glede/ lykkسالighet. Hvis ikke, hvordan ville individet eller den dypt sovende ha kjennskap til om lykkسالighet var der i første omgang? Hvordan kan individet si at det ikke visste noe når den var sovende, selv om bevissthet var der for å vitne fraværet av kunnskap? Derfor kan ikke den dypt sovende være manglende kunnskap eller ignoranse, erfarende vitne.

Mange granskere blir forvirret i tankegangen, fordi de subtile og grove kroppene ikke er tilstede og du kan ikke huske hva du ikke erfarte, det betyr at det er ikke noe erfaring som skjer i dyp søvn. Men kausalkroppen er tilstede, slik at erfaring skjer der. Hvis kausalkroppen ikke var tilstede, ville kroppen dø. Men det må være bevissthet tilstede til å vite hva du ikke husket. Minne, som med ignoranse er kunnskap, som er et objekt kjent til deg.

Lykkesaligheten vi jakter, om vi søker frihet er selvkunnskapens lykksalighet, som aldri slutter (anantum), fordi det er vår sanne natur.

Selvkunnskap er ikke underlagt Minne

Det er ikke minne som leverer evnen til å vite; Minne er bare en erindret kunnskap. Erfaring skjer fulgt av kunnskap og etter det minne (hukommelse) skjer, eller ikke. Imidlertid, er det bevissthet i formen av sattva som leverer oss evnen til å vite. Hva vi vet avhenger av sinnets renhet, som er preget av gunas. Ignoranse (rajas og tamasa) er fjernet fra sinnet av selvkunnskap. Selvkunnskap (sattva) er ikke en minnefunksjon, fordi det er hvem vi er. Du kan ikke glemme selvkunnskap med en gang du vet at selvet er deg (som du ikke kan glemme ditt navn, for eksempel, hvis du ikke har hukommelsestap). Hvis selvet er et minneobjekt (indirekte kunnskap) kan du glemme hvem du er fordi objekt-kunnskap er underlagt minne. Minne er et verktøy for å evaluere erfaring, men det er ikke i stand til å produsere selvkunnskap.

Kausalkroppen kan bli sett på som makrokosmisk minne i det at vasanaene ser ut som minne, fordi de genererer erfaring. Vasanaene er dog forskjellig fra minne, fordi kausalkroppen er aktivt minne, mens derimot subtilkroppen eller mikrokosmisk minne er passiv. Dens funksjon er å lagre og huske informasjon. Erfaring er ikke noe bra uten minne. Hvis du ikke husker hva du har erfart, kan du ikke evaluere erfaring. Dyr, for eksempel, har ikke en minnefunksjon fordi de har ingen intellekt. De er bare programmer styrt av Det Totale Sinnet, gunaene. Dyr ser ut til å ha minne, men det er vasanaene, som opererer, ikke minne, fordi de evaluerer ikke hva som skjer med dem og i deres miljø, mens derimot mennesker som har intellekt gjør det.

Læring, Minne og Vedanta Selvkunnskap

Minne spiller en viktig funksjon i å assimilere (læring) av kunnskap, spesielt i begynnelsen av selvgransking. Det er anbefalt at granskeren lærer utenat alle hovedterminologier og undervisninger, utvikle en grundig forståelse av terminologien og hvordan ord er brukt, hva de er ment å bety, ikke hvordan en tolker dem. Dette inkluderer forståelse av noen av Sanskritterminologiene, som ikke har tilsvarende god engelsk. For granskere som har realisert selvet, men ikke aktualisert selvkunnskap enda, er det like viktig å huske undervisningene, slik at hva som dukker opp i sinnet kan bli løst i kunnskapen.

Imidlertid er det viktig å forstå at det er grunnleggende forskjellig i læring om objekter og selvkunnskap. Læring om objekter krever repetisjon og kunne utenat. Selvkunnskap kan ikke bli studert, fordi hovedemnet er deg. Hele poenget med selvgransking er å forstå sinnet og miljøet den er en del av i lyset av selvkunnskapen (ikke omvendt) og negere handleren. Imens når studenten er nyttig til å forstå språket og terminologien som brukes i Vedanta, er det ikke ved læring eller å huske utenat at selvkunnskap oppnås i sinnet. Det er ved å negere handleren/ studenten at selvkunnskap oppnås i et rensert sinn.

La oss se nærmere på hvordan minne fungerer. Uten minne, ville en ikke være i stand til å huske, tolke eller evaluere noen erfaring. Den tillater oss å katalogisere og kategorisere erfaring slik den erfares i sinnet. Helt siden mennesker ble mer selvreflekterende, har vi prøvd å forstå sinnet og hvordan den virker. Chitta minnefunksjonen, hvordan den virker og hvorfor det går galt er en av de mest unnnvikende og misforståtte av menneskets attributter. Evnen til å huske og memorere er en viktig del av hva som gjør oss til mennesker og hva hjelper oss til ikke bare være i live, men også blomstre.

Minne er relatert til, men ulik fra læring, som er prosessen, som vi får kunnskap om verden og endre eller tilpasse oss selv til ny atferd. Gjennom læring, produserer nevroner, som tennes sammen, en spesifikk erfaring er endret på en slik måte at de har en tendens til å tenne sammen igjen. Forbindelser mellom cellene endrer seg når du husker/ lærer, som igjen forsterker synapser, som igjen forsterker cellene til å skape mer og sterkere forbindelser med hverandre. Hvis to nevroner kommuniserer gjentatte ganger på dedikerte sider (kjent som synapser), forbedrer det effektiviteten av kommunikasjonen mellom dem. Denne prosessen er kjent som langsiktig potensiale, mekanismen hvor minner blir lagret langsiktig, er hvordan vi lærer. Det er også hvordan nye betingelser formes i hjernen og hvordan gamle betingelser (vasanaer) er forsterket eller gjort ikke-bindende: Ved samsvarende bevisst eller automatiske (ubeviste) repetisjoner av nye tanker, som da forsterker eksisterende mønstre eller former nye.

Nevrovitenskapsmenn kan se hvordan disse mønstre former nervenettverk eller nervebaner. Med en gang de er formet er de veldig motstandsdyktige mot endringer, som er derfor selvgranskingsarbeidet om å fri sinnet fra bindende mønstre er så vanskelig, som det er med å huske/ lære ny informasjon til å utvikle nye ferdigheter eller positive tendenser krever kontinuerlig praksis.

Koding er det første steget i å skape et minne eller lære noe. Det er et biologisk fenomen, rotfast i alle sansene, som begynner med persepsjon. Selv om sinnet bare kan ha en tanke på en gang jobber alle grove sanseorganene og subtile sansene uavhengig av hverandre. Alle sansene jobber ifølge deres natur i den våkne tilstanden hele tiden, men en er dominerende (med andre ord hvis du er bevisst av den), imens de andre er undertrykket. Sinnet er bryteren, trafikkpolitiet, som skifter oppmerksomhet fra en sans til en annen. For eksempel hvis du spiser og nyter smaken av mat og dørklokken ringer, fremhever sinnet ørene, og i det øyeblikket når du hører lyden og tolker den, smaker du ikke maten. Hva som bringer dem sammen til å forme en sammenhengende erfaring blir kalt for manas, den integrerende funksjon. Det er en av de tre lemmene av subtilkroppen. Derfor er det kalt eka, som betyr ett. Det tar fem strømmer av sansemessig innspill og sorterer dem inn i en koherent erfaring.

Manas skaper også følelser, opererer de aktive organene og handler som et trafikkpolitiet så langt at det holder sinnet ryddig. Det er bryteren, som tillater bare en tanke om gangen til å dominere sinnet. Hva som selvsagt er bak mana/ minne, er bevissthet, alltidtilstedeværende, uforanderlig substans inni hvor alle erfaringer skjer.

Læring og minne jobber uadskillelig sammen. For eksempel når du lærer et nytt språk ved å studere det, men når vi snakker det ved å bruke vårt minne til å gjenfinne ordene som vi har lært. Derfor avhenger minne av læring, fordi den lar oss lagre og gjenfinne lært informasjon. Men læring avhenger også noenlunde av minne i det at kunnskapen er lagret i vårt minne og leverer bakgrunnen til hvordan vi forbinder ny kunnskap av forening og slutning. Vår evne som mennesker til å påkalle minner for å forestille og til å planlegge fremtidige handlingskurser er gitt til oss av Det Totale Sinnet som en livsviktig funksjon av subtilkroppen og et svært fordelaktig attributt i vår overlevelse og utvikling som en menneskeenhed, og for å ikke snakke om selvgransking.

Minner (erfaringer) er alle tanker som dukker opp i subtilkroppen. Hvis du tar deg selv til å være en person, identifiserer du med tankene/ minnene/ erfaringen, og tar de for å være virkelige og til å være dine. Denne tendensen blir kalt for dualitetshypnosen og hvordan de fleste mennesker erfarer livet og verdenen. Med en gang selvkunnskap har fjernet ignoranse fra sinnet, er kunnskapen om deg ikke en minnefunksjon, fordi som selvet trenger du ikke å huske hvem du er, fordi du er hvem du er. Du er den som kjenner sinnet og dets minner.

Med tanke på å studere Vedanta, poenget som er erklært i første del: Grunnen til at vi sier at du ikke kan studere Vedanta er at sakens kjerne er deg. Alt er det samme, når granskeren er ny til selvgransking og språket/ terminologien brukt av Vedanta er ukjent, selvgranskingen stoler for det første på minne når sinnet ikke kan huske noe uten det.

Kunnskap av noe (utenom selvet) er avhengig av fire ting:

- (1) Tilstedeværelsen av et objekt
- (2) Fungerende sanseorganer og de subtile sansene
- (3) Et fungerende sinn bak sansene og
- (4) Subjektet, bevissthet.

Hvis sinnet er svekket av problemer med sanseorganer (blindhet, stumhet, døvhhet osv.) mentale eller fysisk sykdom eller skade, da vil kunnskapen av objekter mest sannsynlig ikke være sann til objektet, og gjøre læringen eller forståelsen vanskelig eller umulig.

Imidlertid, selv om en kan memorere og lære Sanskrit og Vedanta ordrett ved å studere terminologien, uten et kvalifisert sinn, vil ikke selvkunnskap oppnås. Ren kognitiv forståelse er bare en forutsetning for selvkunnskap; det leder nødvendigvis ikke til frigjøring. Noen selvrealiserte (men ikke selvaktualiserte) mennesker går ned dette kaninhullet, å tro at ved et mellomledd, å bli ekspert i språket og tekstene relatert til Vedanta, gjør dem opplyste eller i det minste gir dem rett til å føle seg overlegen til de som ikke har studert Vedanta. Dessverre er det en feilslutning, som egoet nyter når handleren har overlevd frigjøring, eller har ikke blitt negert av selvkunnskap.

Når det handler om bruken av språk og terminologi, er Vedanta veldig tydelig om bruken av ord. Det hjelper selvsagt selvgransking hvis du ikke bare husker hva de er, men

hva de betyr. Selv om en lærer bruker et undervisningssystem hvor en bruker så lite Sanskrit som mulig, er det tøft å unngå å bruke noen Sanskritterminologier, fordi våre vitenskapelige og spirituelle tradisjoner har hittil kommet opp sørgelig lite når det gjelder selvkunnskap og intelligent levende. Vedanta tilbyr direkte kunnskap ved å bruke underforstått betydning av ord utfoldet gjennom en spesifikk metodikk, som er Vedantatradisjonen. Denne metodikken leverer et gyldig kunnskapsmiddel, et verktøysett, i lyset av selvkunnskap, og ikke i lyset av ens (eller noen annens) meninger. Dessverre er måten språk er brukt åpen til tolkning, mistolkning og forurensning av ens egne betingelser at det er veldig ofte den største kilden til misforståelser. Vedanta blir kalt en sabda pramana, muntlig eller snakket vitnesbyrd av kompetente vitner, som betyr at ordene er tidstestet, upersonlige og de virker for å fjerne ignoranse. Hvis sinnet er kvalifisert, har negert handleren og er klar til å høre sannheten. Vedanta er ulik annen kunnskap, fordi det er kunnskapen som er grunnlaget for all kunnskap.

Selvkunnskap, ulikt objektkunnskap, er alltid sann, fordi det er sann mot selvet, som betyr at det kan ikke bli fjernet eller negert av en annen kunnskap. Selvkunnskap er annerledes fra objektskunnskap, som er objektbasert, ikke subjektbasert. Selv om Jeg har brukt år på å lære noe (fysikk for eksempel), objektskunnskap er ikke kunnskap hvis ikke den er sann mot objektet. Det er mange ting vi lærer, som viser seg å ikke være sann. Hvis mitt sinn jobber ordentlig og en hund viser seg i den, vil Jeg ikke se en katt. Imidlertid, kan Jeg se hunden, men, siden Jeg ikke liker hunder, registreres det en motvilje, mens derimot noen som elsker hunder registreres det en tiltrekning. Hvis det er min kunnskap, er det min tolking av et objekt (pratibasika), som ikke nødvendigvis er kunnskap. Ignoranse (eller mitt synspunkt) forårsaker meg til å se eller erfare objekter på en spesifikk måte, på grunn av min betingelse. Mennesker tror at ignoranse er kunnskap, fordi de tror at hva de erfarer er kunnskap. Det kan være kunnskap, men det kan være at det ikke er det.

Selvkunnskap avhenger av selvets natur, som er alltid tilstede og uforanderlig, og alltid sann med en bokstav S. Den er ikke avhengig av kunnskap oppnådd gjennom personlig erfaring, eller objektkunnskap, som alltid endrer seg og er ikke nødvendigvis sann. Selvkunnskap er ubestridelig logikk, som er derfor vi kaller det for bevissthetsvitenskap. På grunnlag av selvkunnskap kan individet holde på eller avvise kunnskapen, som er oppnådd gjennom hans eller hennes personlig erfaring. Imidlertid fra det mikrokosmiske, eller psykologiske nivå, er selvkunnskap underlagt tolkning, som er hvorfor vi trenger et kunnskapsmiddel (verktøy) basert på en undervisning, som er uavhengig av tolkning eller mening, kalt for skriften, Vedanta. Vi trenger også tiltro i skriften for å få det til å fungere å fjerne ignoranse. Denne tiltroen er ikke blind tro (som er forventet i de fleste religioner), men tiltro i avvente av ens gransking. Vedanta sier klart at det er bare selvkunnskap og ikke erfaring som er i stand til å fjerne ignoranse. Og selv om selvkunnskap er resultatet av selvgransking, er det ikke gitt, selv til en hengiven gransker. Selvkunnskap er resultat av nåde, og nåde er noe man fortjener. Det er en gave fra Det Totale Sinnet og definitivt ikke resultatet av læring, selv om det er støttet av læring.

Det er veldig viktig, dessverre for de som tror at de kan tenke deres vei til opplysthet, er ikke selvkunnskap noe som krever mental aktivitet. Av den grunn misforstår noen mennesker, og tror at de må enten forbedre tenkingen eller stoppe tenkingen for å bli opplyst. Det er sant at det å ha et sattvisk sinn, som kan resonnere klart er vanligvis til stor hjelp til selvgransking, men den kan noen ganger være en hindring når mennesker er for bundet til deres egenskap til å tenke bra. Veldig intellektuelle mennesker er disponert til denne egoistiske vrangforestillingen. Heller ikke selvkunnskap er avhengig av resirkuleringen av tanken «Jeg er selvrealisert». Med en gang det kognitive tar plass, har selvkunnskap blitt oppnådd, selv om den enda ikke er stødig. Med en gang du er gravid, trenger du å tenke «Jeg er gravid»? Så lenge den innledende modifiseringen av sinnet tar plass (vritti jnana) og er nødvendig (det er hvorfor vi trenger å bli kvalifisert for kunnskap), trenger det ikke å bli bevisst vedlikeholdt. Ren bevissthet (svarupa jnana) er ikke motsetning til ignorans. Slik at sinnet er laget av tanker, kreves det forberedelse. Det er berettigete krav, som avslører oss områder som trenger forbedring. Men selvkunnskap i seg selv trenger ikke tanke.

Selvkunnskap kan ikke bli sammenlignet til noen mengde kunnskap eller noen andre kjente doktriner eller skriftlig kunnskap i det at det er ikke åpenbarte ord fra en opphøyd guddom, som er tolket av mennesker, ei heller innhold av noen mennesker. Vedanta skrifter er kalt for sruti, det som er hørt. Sruti er kunnskap åpenbart til menneskesinnet, ikke tolket av det. Av denne grunn, kan ikke selvgransking bli sammenliknet med læring, fordi det er ikke læring. Mens sinnet trenger en ramme til å hjelpe det å forstå, som er hvorfor det er et kunnskapsmiddel med en metodikk, til sist ikke gjennom en sinnsegenskap eller funksjon som ignoranse blir fjernet fra det. Selvkunnskap fjerner ignoranse.

For at assimilering og forståelse skal ta plass må det være en spesifikk mengde av minne først. Jeg må huske de viktigste Sanskrit og Engelske terminologier, hva deres underforståtte betydning er, og hvordan alt er forbundet før jeg kan gå videre til neste steget i logikken. Ja, for selvgransking og nei for selvkunnskap, til å oppnå. En må etablere en grunnleggende forståelse for sinnet til å fatte denne veldig radikale undervisningen. En må forstå og huske terminologien at Vedanta anvender med den underforståtte betydningen av ord. Å bruke korrekt terminologi for Vedanta er ikke om å lære hvordan mestre en teknikk. Det er om å lære selvkunnskapsspråket, identitetsspråket: Evnen til å forstå og snakke sannheten uten å tolke den ifølge dine betingelser. Erfaringsspråk er hva folk er mest vant til å snakke. Grunnen til at Vedanta er så hardnakket på korrekt bruk av ord er å fjerne tolkning og mistolkning.

Vi sier ofte at undervisningen er et oppsett. Men undervisningen er bare et oppsett i det at det bruker en dualistisk metodikk til å fjerne dualitet; slik at det er ikke et oppsett, fordi det er et kunnskapsmiddel, som avslører selvet. Men det er et oppsett i det at Vedanta opererer i den tilsynelatende virkeligheten for mennesker som tror de er mennesker. Imidlertid tilbyr den en vei ut. Med en gang dualitet er kjent til å ikke bli noe mer enn en overlapping oppå ikke-dualitet og selvkunnskap har fjernet personlig ignoranse

(avidya), bør kunnskapsmiddelet (pramana) bli overflødig, noe som kastets, fordi du er ikke lengre avhengig av det. Hvis det er i ens dharma (livsvei og natur) å bli kvalifisert lærer, må en ha grundig assimilert kunnskapsmiddelet og i det minste realisert (hvis ikke aktualisert) selvet. En kan utvikle egenskapen til å utøve kunnskapen ved å undervise, men en må i det minste forstå hele undervisningsmetodikken fra begynnelse til slutt. Hvis en bare ønsker å utvikle evnen til å uttale klart denne grunnleggende Vedantabeskjeden på en tilgjengelig måte spurt om å gjøre det, er kravene mindre krevende. Da må en bare forstå fullt ut og være i stand til å snakke intelligent om en av mange prakriyas i undervisningene, fordi alle sier den samme tingen: du er hel og fullstendig, ikke-dualistisk, handlingsløs, ubekymret, alltidtilstedeværende, grenseløs, ordinær bevissthet.

De Tre Tilstander – Mandukya Upanishad

I TATTVA BODHAH blir de tre tilstandene som vi alle opplever kalt for *avastha-trayam*. En av vår mest sofistikert diskriminasjon involverer en analyse av disse tre bevissthetstilstander og deres opplevende entitet. Det er Mandukya Upanishad som tar seg av denne analyse på en utrolig elegant og dyp måte. Ordet entitet skal sådan forstås som et vesen, en person. På sanskrit kalles det en jiva. Den første entiteten er tilstanden til det våkne egoet, det primære identitet for alle oss.

Når jeg sier meg i en samtale, så refererer jeg til entiteten i våken tilstand. Troen på at jeg er en entitet i en våken tilstand kommer med overbevisningen at fysiske, emosjonelle og intellektuelle objekter er virkelig.

Mandukya (betyr frosk på sanskrit - vi hopper fra den ene tilstanden til den andre her i verden) Upanishad om de tre tilstandene i verden, som vi opplever. Åndelige og dype opplevelser skjer som regel i drømmetilstand eller tilstand mellom våken og drømmetilstand - subjektive opplevelser.

De tre tilstander og det som er uthevet i kursiv er i sanskrit.

DEN VÅKNE - viswa

Den våkne tilstanden er bevissthet vendt utover i verden. Bevissthet belyser gjennom sansene, sinnet og intellektet. Den våkne tilstanden forbruker opplevelser. Vedanta kaller det for tretten munn. Disse tretten munnene refererer til de ti sansene, sinnet, intellektet og egoet. Disse instrumentene spiser opplevelser. Den fysiske kroppen forbruker materie, de fem elementer i forskjellige kombinasjoner, sinnet sluker følelser, intellektet gnager på ideer, ego sluker opplevelser, som det tror vil gjøre seg hel, tilstrekkelig og lykkelig.

Alle opplevelser blir lagret i sinnet i form av vasanaer eller inntrykk. Den fungerer som

en videoopptaker, som tar opp alle handlinger, opplevelser, tanker og inntrykk. Dess mer en repeterer en opplevelse så vil vasanaen bli så sterk at det er store sjanser for at jeg vil fortsette å repetere atferden, handlingen og mønsteret. Vasanaer er spor i bevisstheden, som påvirker og former våre interaksjoner i verden. De er røttene i våres begjær, frykt, liker, misliker og tendenser.

DEN DRØMMENDE - taijasa

Den drømmende tilstand er bevissthet vendt innover i verden. Bevissthet belyser gjennom noenlunde det samme som og radikalt annerledes enn den våkne tilstanden. Bevissthet belyser vasanaene, som spilles ut gjennom bilder i bevissthetsskjermen. I våken tilstand uttrykker vasanaene gjennom den våkne sine tanker og følelser. Den våkne verden er ikke så forvrenget som den drømmende verden, fordi sansene strukturerer den. Som i den våkne tilstanden så tror den drømmende at verden er virkelig. Den drømmende er utstyrt med de samme opplevelsesinstrumentene, som med den våkne tilstanden.

Taijasa betyr den skinnende, som er en indikasjon på at den allerede er bevissthet. Drømmer viser seg i lys selv om den våkne sine sanser er inaktiv. Bevissthet skinner gjennom den drømmende, som den skinner gjennom den våkne.

Ifølge skriftene har noen drømmer røtter i vasanaer akkumulert fra tidligere liv. Bhagavad Gita sier at gjenfødelse er som å skifte klær og derfor er subtilkroppen den samme i mellom fødsel og tidligere fødselstilstander. Bare den fysiske kroppen er forskjellig.

DEN SOVENDE - prajna

Dyp søvn er definert som en tilstand som er gjennomsyret av glede hvor selvet ikke har begjær for ytre objekter. Belyser ikke indre subjektive objekter og er selvignorant. Den sovende kalles for prajna eller udifferensiert bevissthet. I andre tilstander så flyter bevisstheden innover eller utover, mens i dyp søvn så er den formløs. Den dypt sovendes ego er ekstremt subtilt, dets tilstedeværelse gir indikasjon på at vi opplever grenseløshet og lykksalighet (bliss). I den våkne og i drømme tilstanden så er lykksalighet sporadisk fordi det er delt opp i mange tanker og følelser, mens i dyp søvn er den konstant. Vi kjenner til den dypt sovendes opplevelse på grunn av god søvn når den transformeres til den våkne tilstanden.

Den sovende er fri fra det våkne og det drømmende egoet sine objekter, fordi vasanaene av dem har blitt inaktiv (latent). Derfor er tilstanden referert som frøtilstand. Når frøene spirer så endrer den dypt sovende til å bli den tilsynelatende våkne eller den drømmende, som opplever verden.

Vi er ikke bevisste når vi er i dyp søvntilstand. Ufrivillige handlinger som blodsirkulasjon, pusting og fordøyelse fortsetter i den fysiske kroppen, men det er ingen bevisste,

viljekraftige funksjoner gjennom kropp og sinn.

Mange metafysikere har feilaktig konkludert med at dyp søvntilstand er et tomrom. Den er egentlig skapelsens livmor, fordi den våkne og drømmende tilstanden kommer fra den. Når du står opp om morgenen er alt så ryddig. Denne makrokosmiske dype søvntilstand blir kalt for kausalkropp og inneholder alle vasanaene fra alle levende vesener.

Ikke-dualistisk bevissthet viser seg tilsynelatende som tre separate vesener når den assosierer seg med de tilstandene. Den blir den våkne personligheten, som lider og nyter begrensningene i verden. Den drømmende lider av begrensningene i drømmeverden. Og den dypt sovende lider av selvignoranse og grenseløs lykksalighet. Disse tre tilstandene og egoene er kjent av alle og utgjør totalt av opplevelser.

Når disse faktorer har blitt etablert da begynner undersøkelsen. Hvis jeg er det våkne ego, som jeg er overbevist om at jeg er, hva skjer med meg når jeg blir den dypt sovende? Jeg gir frivillig opp alt, som essensielt er min ide av meg selv (min kropp, sinn, intellekt og alle mine fysiske eiendeler) og blir til en masse av grenseløs bevissthet. Til tross av nytelsen i den dype søvntilstanden, er jeg ikke tilfreds, fordi jeg ofrer min dype søvns identitet for å lide og nyte verdener skapt av mine vasanaer i drømme- og våken tilstand. Min identitet som den drømmende er tydeligvis ikke tilfredsstillende, fordi jeg forlater jevnlig den for å bli den dypt sovende eller den våkne. Min status som hvilket som helst ego eller aspekter av ego er begrenset, og min sanne identitet er åpen for spørsmål.

Forøvrig hvis jeg identifiserer meg med erfaringsmessig lykksalighet har jeg et problem. Fordi lykken jeg opplever i dyp søvn forsvinner i den våkne tilstanden. Den drømmendes lykke oppløser når vi våkner og den våknes lykke overføres ikke til den dypt sovende eller den drømmende sine tilstander.

Svaret på hvem er jeg: Jeg er ikke en av disse opplevende tilstander. Hvis jeg er virkelig så må jeg eksistere hele tiden. Jeg kan ikke bli noe et minutt og noe annet et annet minutt. Jeg opplever livet som et bevisst vesen. Bevissthet er ikke-opplevende vitne til alle disse tre tilstandene.

Det er lettest å forstå bevissthet ved å tenke på den drømmende tilstanden, fordi de fysiske sansene er inaktive. Drømmen vises på bevissthetsskjermen, som en film. Selv om det fysiske lyset mangler og øynene er lukket så blir den drømmende sitt ego og det den erfarer tydelig belyst. Drømmelyset er bevissthet, som fungerer som den drømmende, den lysende. Likevel opererer ignoranse i drømmer som i våken tilstand. Den får deg til å identifisere med drømmeego og dets erfaringer, forhindrer realiseringen av drømmelyset som meg, selvet.

Selvet er ukjent i den våkne tilstanden av samme grunn. Jeg er opptatt av opplevelser i vår verden og sinn, og fullstendig ubevisst at både sanseobjekter og mine tanker er badet i bevissthetslys.

I dyp søvn oppløser intellektet og egoet inn i kilden, de inaktive frøene fra tidligere opplevelser. Den er ikke bevisst av selvet eller noe utvendig. Bevissthetsen er der enda, som gjør opplevelse av lykke mulig. Og når vi står opp så vet vi at vi har sovnet, selv om vi ikke er der med min våkne tilstand sitt vesen, men bevissthet var der.

De tre egoer blir kalt for begrensede tillegg (upadhier). Et begrenset tillegg skjuler den tilsynelatende naturen av noe annet. Hvis jeg legger klart vann i et farget glass så vil vannet vise seg igjennom glasset som farget. På samme måte når jeg ser meg selv som den våkne, drømmende og dypt sovende sine personligheter, så ser det ut til at jeg er tre forskjellige vesener. Likevel når jeg fjerner tillegget/ det som begrenser (upadhi) så kan jeg se hvem jeg virkelig er. Fjerningen og negeringen av de tre opplevende vesener er oppnådd ved å vite at de ikke er virkelig. Jeg kan nå anta at min sanne natur er bevissthet, fordi det er det eneste valget. Bevissthet kan ikke bli avvist eller negert.

Husk at virkelig betyr permanent, uforanderlig og grenseløs. Fordi selv om man har opplevd noe, betyr ikke det at det er virkelig, for eksempel blå himmel eller luftspeiling i ørkenen. Med henvisning til min sønn er jeg en far. Med henvisning til min far er jeg en sønn. Med henvisning til min kone er jeg en ektemann. Til min sjef er jeg en ansatt. Jeg er en tilhenger med henvisning til Gud og skattebetaler med henvisning til staten. Vi spiller endel roller som den våkne og er det rart at vi lider? Tilslutt handler det spirituelle livet om å finne ut min identitet hvem jeg er minus alle mine roller og opplevelser.

Den Fjerde Faktoren - turiya

«Når sinnet blir absorbert i Selvet oppstår samadhi ifølge Patanjali. Dette er yoga og de fleste åndelige veiers ultimate (valgløse) mål av opplysthet eller frigjøring. Dette lanseres som en personlig opplevelse, hvor det er personen som blir opplyst. Problemet med dette er at både personen og en hvilken som helst erfaring er et objekt i bevissthetsen. Frigjøring som en erfaring er derfor ikke mulig, fordi det jeg søker frihet fra er nettopp erfaringene.

Denne problematikken lever i åndelige kretser i beste velgående og en måte å løse det på er å introdusere et fjerde bevissthetsstadium, Turiya. Det finnes tre bevissthetsstadier hvor alle opplevelser finner sted. Våken tilstand, drøm og dyp søvn, eller Vishva, Tajisa og Prajna. Problemet med Turiya og et eventuelt fjerde bevissthetsstadium blir igjen hvem som erfarer det? Dersom det skal finnes noe utenfor bevissthet som skal erfare bevissthet blir dette dualisme. I en ikke-dualistisk virkelighet er turiya ikke mulig.

Tradisjonell vedanta i tradisjonen fra Swami Dayananda er klar på at Selvet kan ikke erfares, det kan kun forstås (realiseres). Frigjøring er ikke en erfaring, men kunnskapsforståelse. Andre grener av vedanta også kalt neo-advaita mener imidlertid at med det fjerde stadiet er erfaring av Selvet mulig. Imidlertid erfarer jeg refleksjonen av Selvet hele tiden. Alt jeg erfarer er bevissthetsen reflektert som et spill i form av erfaringer. Bevissthetsen i seg selv kan ikke gjøres om til et objekt og gjenstand for erfaring eller observasjon.

Turiya er vitnet til de tre erfaringstilstandene (bevissthetsstadier). Den tredje undervisningsmetodikken blir kalt for avastha traya sakshi prakriya. Avastha traya betyr de tre erfaringstilstandene (våken, drøm og dyp søvn). Disse er de tre erfaringstilstandene hver person går igjennom hver eneste dag. Vi går fra den våknetilstanden, til drømmetilstanden og til dypsovnstilstanden selv om disse tilstandene er forskjellige fra hverandre er vi ikke plaget av det i det hele tatt. Bare en stor Jeg vet ikke, men når du våkner opp sier du, Jeg nøyte virkelig søvnen.

I den våknetilstanden lever vi våre normale hverdagslige liv. Vi entrer etter hvert drømmetilstanden og alt endrer seg. Vi kan ta en helt forskjellig kropp i drømmetilstanden eller vi ser bare kanskje hele drømmen utfolder seg. Fantastiske ting skjer i drømmen, som aldri kunne skje i den våknetilstanden. Det er en helt annen virkelighet. I dyp søvn løser sinnet opp, og det er ingen tanker.

Spørsmålet er nå hvorfor vi ikke er plaget til å entre disse tre fullstendig forskjellige erfaringstilstandene? Svaret er fordi du er tilstedeværende der hele tiden i hver eneste av dem. Du er der gjennom alle. Du endrer aldri, men disse erfaringstilstandene endrer seg. Ingen av dem berører deg i det hele tatt. Ingen av dem har noe med ditt essensielle deg, som alltid tilstedeværende i dem alle. Du som alltid er tilstedeværende er Selvet. I denne prakriya blir Selvet referert, som den fjerde tilstanden, turiya.

Turiya er ikke en erfaringstilstand; det er et vitne av alle de tre erfaringstilstandene. Faktumet er at det er virkelig ikke et vitne, det er bare Selvet, Atman, som er Brahman. Det er Deg, det uforanderlige Deg, som lyser opp all erfaring. Du endrer aldri, og Du er alltid tilstedeværende uansett hva.

Kommentarer: Å forstå at vi lever i en drøm (i en drøm) er ikke lett å oppfatte siden vi tar alt det vi opplever som reelt, mens det egentlig ikke er forskjell på de tre tilstander i forbindelse hvor reelt det egentlig er. Det vi er (vår identitet) er bakenfor disse tre tilstander vi opplever hver dag her på Jorden. Jeg er uforanderlig, tilstedeværende, fullstendig og hel bevissthet. Når vi opplever de tre tilstandene, er det kontinuerlig endringer av det som skjer.

Det er vanskelig å akseptere, også spesielt om man er opptatt av å vente på en orgasmisk, mystisk og fantastisk opplevelse, som skal sette en fri, en opplevelse som fører til frigjøring og opplysthet. Da venter man forgjeves og slike opplevelser er aldri kontinuerlig eller uforanderlig. Den vil alltid forsvinne inn i den vanlige våkne tilstanden vi alle opplever.

Buddhister og taoister er opptatt av tomhet eller stillhet i sin søken. Tomhet er som nevnt fravær av objekter og er ikke bevisst seg selv. Men bevissthet lyser jo opp her også og er ikke-opplevende vitne, som gjør at vi kan ha kunnskap om at vi alltid er bevisst uansett hvilken tilstand vi er i. Ord kan ikke beskrive hvem vi egentlig er, men gjennom

selvkunnskap fjerner den gradvis ignoranse om hvem vi er og da fungerer ord som et speilbilde eller peker på hvem vi er. Da kan det virke som om buddhister, taoister o.l. glemmer at intellektet og sinnet er et viktig redskap i å fjerne ignoranse. Ignoranse sitter veldig hardt i oss mennesker om hvem vi er og hva som egentlig er virkelig.

9. SELVET OG IKKE-DUALITETSVISJONEN

Selvet

De tre kroppene og de frem slirene består av materie, hvorvidt det er grov, subtil eller kausal materie. Vi vet fra erfaring at materie er et livløst prinsipp. Den moderne vitenskapens ståsted er i samsvar: Kroppen er laget av forskjellige elementer, slik som karbon, jern, kalsium og så videre. Disse elementene er livløse i sin natur. Skriftene og vitenskap er enige om at kroppen består av livløse elementer, og ved resonnering burde det derfor også være livløs i sin natur.

Hvis kroppen består av livløs materie på samme måten som stein, metall og planter er laget av livløs materie, hvordan er det da forskjellig fra den utvendige materieverdenen? Hva er prinsippet som får kroppen til å være levende og bevisst?

Bevissthet har blitt det største mysteriet gjennom historien. Teorier har blitt presentert fra de tidligste filosofene til de mest kjente moderne vitenskapsmenn, men ingen har svart tilfredsstillende på dette eldgamle spørsmålet. Vedanta underviser at bevissthet faktisk ikke er kroppens eiendom, fordi materie sin iboende natur er livløst. Hvordan kan noe livløst produsere noe som ikke er livløst? Bevissthet er heller ikke en del av kroppen. Vedanta erklærer at bevissthet er en faktor, som er uavhengig av kroppen, men som gjennomtrenger kroppen og gjør den levende. Denne bevissthet blir kalt for atma, eller enkelt og greit «selvet».

Lyset som opplyser

Selvet er alltid tilstedeværende, fordi uten det kan ikke bli oppfattet eller erfart. Hvis jeg holder et objekt i hånden min, slik som en bok, og spør deg hva du ser, vil du umiddelbart respondere at det er en bok. Men det er noe annet tilstede, som er svært tydelig, men som alle tar for gitt. Det er lyset hvor boken er synlig. Boken er gjennomtrengt av lys: uten det vil det ikke være mulig med noe bokefaring.

Å holde på denne metaforen er det viktig å notere seg følgende poenger. Lyset er ikke en del, eiendom eller produkt av boken. Lyset er en uavhengig faktor som gjennomtrenger og gjør den synlig. Lyset er ikke begrenset av bindingene av boken. Jeg kan ødelegge eller brenne boken, men lyset vil ikke bli påvirket når boken er ødelagt. Lyset eksisterte før boken viste seg og det vil fortsatt eksistere etter at boken er ødelagt. Tilslutt det mest viktige: Når boken er fjernet, fortsetter lyset å være der, men det er ikke synlig når det

ikke er et reflekterende medium.

Skriftene peker på at bevissthet er sammenlignbart med lys på mange måter. Derfor kan det vi har sagt ovenfor også anvendes til bevissthet. Bevissthet er ikke en del, eiendom eller produkt av kroppen. Det er en uavhengig faktor, som gjennomtrenger kroppen og får den til å være levende. Bevissthet er ikke påvirket eller begrenset av bindingene av kroppen. Bevissthet vil derfor overleve kroppens død, siden den eksisterer forut til, iløpet og etter kroppens tilsynekomst. Denne overlevende bevissthet vil ikke bli oppfattet, imidlertid, fordi det reflekterende medium av kroppen ikke er der.

Sat-Chit-Ananda

Siden bevissthet ikke er avhengig av kroppen og overlever etter kroppens død, er den udødelig og grenseløs. Alltid uforanderlig, eksisterer den i fortiden, nåtiden og fremtiden. Det er ikke et tidspunkt når den ikke eksisterer, verken i fortiden eller i fremtiden.

I Vedanta er den referert som sat, som betyr eksistens/ væren/ virkelighet. Denne bevissthet er eksistensens væren, substansen av det manifesterte og umanifesterte, det synlige og usynlige. Til tross for illusjonen som vår kropp er på et vis en beholder, som inneholder bevissthet, avslører dypere gransking at bevissthet ikke er bundet av bindingene av kroppen. Det betyr at den ikke er begrenset av rom. Det som ikke er begrenset av tid og rom blir kalt for ananta, som betyr grenseløs. Denne grenseløsheten når den er erfart i sinnet, er en fullstendighetssans og lykksalighet (ananda). Lykksalighet kommer fra grenseløshet. Når et mål gjenstår å være ufullstendig, mangler sinnet fullstendighet, mens derimot fullførelse av målet og det fører med seg fullstendighetssans uttrykket i sinnet som ananda. På den andre siden, en begrensningssans er erfart i sinnet som sorg (dukkham). Dette er en av de mest dominerende tilstander erfart av en som mangler selvkunnskap. Ignoranse stjeler personens tilfredsstillelse og lykksalighet, som kommer fra gjenkjennelse av ens grenseløse natur som ren bevissthet.

Selvets natur er derfor sat-chit-ananda, som betyr væren/ eksistens-bevissthet-lykksalighet. Dette selv, atma gjennomtrenger fullstendig de tre kroppene (grove fysiske, subtile (ego, sinn og intellekt) og det kausale), som er i seg selv livløs anatma. Hvert vesen vi møter kan se ut som en blanding av disse to: bevissthet og materie. Generelt sett når vi bruker ordet «Jeg» refererer vil til det reflekterende medium, anatma. Til enhver tid kan Jeg bli referert til den grove kroppen (Jeg er tynn eller Jeg er tykk), subtilkroppen (Jeg er lykkelig eller Jeg er trist) eller noe av de andre slirene. Når noen spør om noe om oss, har vi en tendens til å nevne biografiske data, som relaterer til de fysiske eller subtile kroppene. Denne identifikasjonen med anatma, materiebestanddelen, og ignoranse av vår sanne natur som atma, bevissthet, er selve roten til vår eksistensielle lidelse (samsara).

Bliss er et ord som er vanlig i ulike spirituelle kretser - spesielt i yoga og andre miljøer som følger vedaene (Tantra og Vedanta blant annet). Jeg har valgt å bruke ordet Lykksalighet på norsk og vil bruke bliss og lykksalighet om hverandre. Det kan hende du er

vant med andre norske ord og del gjerne om du ønsker det. Ordet fullkommenhet kan også byttes ut med fullstendighet.

I spirituelle miljøer eller kretser så er oppnåelse av ekstase, bliss og lignende gjennom ulike praksis som meditasjon, yoga, kundalini-oppvåkning, tantra, sjamanistiske metoder og teknikker m.m. noe som er vanlig, men ingen av disse erfaringene gir varig lykke, lykksalighet eller tilfredsstillelse. Det er erfaringer som kan være nyttige på ulike måter, men når vi forstår at Bliss - grenseløs lykksalighet - Fullkommenhet - Vår natur og essens ikke kan erfares direkte i vår verden av dualisme og det er forskjell på erfaringsbasert bliss og ikke-erfaringsbasert bliss med andre ord - vil man ikke jage etter erfaringsbasert bliss lengre. Vi alle ønsker frihet fra ubehag, lidelse, smerte, usikkerhet, utrygghet m.m.

Varig eller total tilfredsstillelse er ikke det samme som å erfare en slags orgasme eller ekstase hele tiden, men mer en slags subtil varig tilfredsstillelse når man vet, forstår og realiserer hvem man er. Hvorfor jakte på erfaringer som bare gir kortvarig tilfredsstillelse eller ekstase, nytelse, glede osv.? Det krever noe disiplin, introspeksjon og grundig undersøkelse over lang tid om hvem vi er og hva virkeligheten er. Det vil si å granske oss selv - eksistensielle, psykologiske og kosmologiske emner, som vil være grunnleggende. Det er en slags eksistensiell lidelse for alle mennesker i verden - vi vet egentlig ikke hvem vi er essensmessig. Alle er tilsynelatende født ut ifra ignoranse inn i verden.

Sat-Chit-Ananda er vår natur eller essens

Enkelt forklart så oversettes Sat, som Eksistens. Mens Chit har med Bevissthet å gjøre og Ananda - lykksalighet eller bliss. Ordet Bliss er det endel forvirring rundt og mange tror det har med å erfare og oppnå noe. Men det er egentlig vår sanne natur og identitet, som jeg vil analysere grundigere underveis. Ordet ananda har også innhold av ordet ananta, anantum eller anantam, som kommer fra ordet anta, som betyr slutt og har egentlig med grenseløshet å gjøre. Vi er grenseløs bevissthet - og selve eksistensen. Kjærlighet - lykksalighet - grenseløshet - fullkommenhet bevissthet - selv er alle det «samme» hvem vi er - vår sanne natur.

Sat Chit Ananda Svarupa nevnes i teksten Tattva Bodhah og betyr selvets natur, som er alle menneskers natur eller essens.

To typer lykksalighet

Spørsmål: Forklar forskjellen mellom erfaringsbasert og ikke-erfaringsbasert lykksalighet (bliss).

Lykksalighet impliserer mangel på lykksalighet. Lykksalighet-kunnskapen er veldig forskjellig fra bliss (lykksalighet) som de fleste mennesker forstår betydningen av ordet.

Lykksaligheten av selvet er ingen følelse. Det er bare kunnskap. Problemet ligger i misforståelsen av ordet «bliss» - lykksalighet. Det er to typer av bliss: ananda, som er erfaringsbasert bliss, og anantum, som er bliss av selvet. Selvets lykksalighet, som er alltid tilstedeværende, grenseløs og uforanderlig, er ikke en erfaring, fordi det er din sanne natur, anantum.

Lykksaligheten av selvkunnskap kan dog bli erfart som en følelse, som bliss av dyp søvn, som har den slutning når du våkner opp, eller som parabhakti, hvor kjærlighet er kjent til å være deg, din sanne natur, som betyr med andre ord bevissthet, selvet. Parabhakti er å ha alt du ønsket deg og vite at det slett ikke forlater deg. Det er kjærlighet som elsker seg selv. Det er grenseløs tilfredsstillelse, parama sukka eller tripti er ord brukt i tekstene.

Når jeg vet at jeg er bevissthet, er jeg prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærlighet er kunnskap, fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når selvkunnskap har negert handleren.

Det betyr ikke at lykksaligheten forsvinner når selvkunnskap er stødig. Det gjør ikke noe om erfaringen av lykksalighet er tilstedeværende eller ikke, fordi lykksaligheten av selvkunnskap er alltid tilstedeværende, fordi lykksaligheten av selvkunnskap er selvets lykksalighet.

Ananda mot Anantum - Lykksalighetstyper på sanskrit

Swami Paramarthananda sier dette om de to typene lykksalighet (Ananda og anantum på sanskrit).

i sine kommentarer av Taittiriya Upanishad:

«I skriftene er både ananda og anantum brukt til å beskrive den ubeskrivelige Brahman. Sathyam Jnanam Anantam Brahman er en av disse definisjonene, Sat Cit Ananda, er enda en som refererer til Atma.

Paramarthananda gir følgende forklaring: Sathyam betyr tids-vis grenseløshet, Anantam betyr rom-vis grenseløshet, og han oversetter Sathyam Jnanam Anantam Brahman til Brahman er evig, alt-gjennomtrengende bevissthet. Anantam, som et begrep for å beskrive grenseløshet er ikke tilstrekkelig, siden det ikke inkluderer tid.

Ananda er Sat Cit Ananda, som igjen betyr grenseløshet. Det er to typer av ananda: bimbaananda og pratibimbaananda. Bimbaananda er den originale ananda, som er også kalt for atmaananda. Det er min natur, alltid tilstedeværende, men ikke erfaringsbasert. Den kan ikke bli oppnådd; og må fordres til å erkjennes.

Pratibimbaananda er reflektert ananda; den kan bli erfart i et sattvisk sinn (rolig, intelligent, klar og modent). Å oversette ananda til «bliss, lykksalighet» er å redusere ananda til pratibimbaananda, erfaringsbasert bliss. I den spirituelle verden, finner du oversettelsesfeil og misforståelse overalt, spesielt i Yoga.

Å skifte identifikasjon

Å identifisere årsaken til vår lidelse (å ta oss selv til å være anatma, kropp-sinn-sanse komplekset), trenger vi å skifte vår visjon til atma, selvet, som er ren bevissthet. Å identifisere med det som er begrenset forårsaker en bindende begrensningssans og sorg. Ved istedenfor å realisere den grenseløse naturen av bevisstheten som vi er, overskrider vi kroppens begrensninger og sorger. Å være noe annet enn kroppen, er vi upåvirket av hva som skjer med den, inkludert dens død. Ved å identifisere oss med bevissthet og ikke form, går vi umiddelbart fra dødelighet til udødelighet.

Dette identifikasjonsskiftet fra anatma til atma er ikke øyeblikkelig. Det tar vedvarende anstrengelse og gransking, på grunn av den dyptsittende oppfatningen om at «Jeg er kroppen». Denne ignoransen født ut av å ta tilsynekomsten til å være virkelig, sitter fast i oss og forsterket av kulturen vi lever i. Det farger hele vårt livsperspektiv. Swami Dayananda peker ut at konklusjonene vi kommer fram til om oss selv avgjør vår personlighet og jakt. Siden hele livet har blitt regiert av en feilaktig oppfatning av selvet, vil ikke dette perspektivskiftet skje over natten.

Med en gang vi har verifisert sannheten av Vedantaundervisningen og skiftet vår visjon fra anatma til atma, trenger vi å anvende vedvarende selvgransking til sinnet, å undersøke vår identifikasjonssans til ethvert øyeblikk. Vi trenger å være klar i sinnet om at vi er ren bevissthet. Selvet er ikke noe abstrakt oppfatning, men essensen av vår eksistens.

Hvor er vår identifikasjonssans? Hvem er vi? Vi er ikke en del, produkt eller eiendom av kroppen. Vi er noe annet enn kroppen, fordi kroppen er et objekt, som viser seg i oss, subjektet. Vi gjennomtrenger og gjenoppliver kroppen. En tid vil skje når kroppen vil dø, men som bevissthet vil vi overleve dens død. Når kroppen dør, vil dette overlevende «Jeg» ikke være i stand til å utføre en transaksjon i verden ei heller vil verden være i stand til å omgås med oss. Det er ikke fordi vi er ikke-eksisterende, men fordi vi har ikke et transaksjonsmedium.

Subjekt og Objekt

Denne kunnskapen må bli sementert i sinnet. Vi må «eie» vår identitet som ren bevissthet. Å fortsette å reflektere på undervisningen hjelper oss å oppnå det. Den grunnleggende logikken er at uansett hva vi erfarer må det være forskjellig fra oss, som erfareren. For eksempel kan øyne se alt i verden unntatt seg selv. Vi kan ikke se våre øyne. Subjektet er alltid forskjellig fra objektet. Å utvide det samme prinsippet realiserer vi at, som den som erfarer av alt, er forskjellig fra alt som vi erfarer. Hele verden kan bli negert på denne måten, fordi det er erfart av meg, den som erfarer. Det er klart at jeg ikke er en bok, bord, tre eller katt. De er objekter som jeg kan oppfatte. Hva med kroppen? Kroppen er også et objekt erfart av meg, på den mest intime måten. Kroppens øyeblikkelige

tilstand er kjent av meg, som med sinnet, som også er et objekt oppfattet av meg. Hver tanke og følelse er intense erfaringer erfart av meg. Både kropp og sinn er derfor erfaringsobjekter.

Objektene av den utvendige verden er alle fenomener som dukker opp og avtar. De viser seg og forsvinner, og kroppen og sinnet er ikke forskjellig. Kroppen er tilgjengelig til meg bare i den våkne tilstanden, og ikke i den drømmende eller i dyp søvn tilstander. På samme måte er sinnet tilgjengelig til den våkne og drømme tilstandene, men ikke i dyp søvn. På denne måten er kroppen og sinnet erfaringsobjekter, som noe annet i den utvendige verdenen. De er alle anatma, som betyr at de er forskjellig fra oss.

Imidlertid, fordi vår kropp og sinn er intimt forbundet til oss, misforstår vi dem som å være «oss». De er investert med et Jeg. På grunn av vår intime forbindelse med kroppen og sinnet, er de feilaktig inkludert som å være subjektet, når faktumet er at de egentlig er objekter som viser seg til det sanne subjektet, ren bevissthet.

Opprettholdelse av selvgransking er nødvendig for å komme over denne misidentifikasjonen som er dypt rotfestet. Diskriminasjonsmetodikken mellom subjekt og objekt, den som erfarer og erfart, observatør og observert, er en grunnleggende praksis for å lære å skifte identifikasjonen fra kropp-sinn tilbake til selvet.

Ikke-dualitetsvisjon

Når ikke-dualitetsvisjonen har erstattet dualitet, ser en at dualitet spiller ut uten å identifisere seg med den, ingen diskriminasjon behøves mer, fordi du er det alt-seende, Jeg, skjermen hvor alt spiller ut. Dualitet kan da bare blitt nytt for hva det er, en overlapping oppå ikke-dualitet. Ignoranse og kunnskap er bare objekter kjent av deg og de gjelder ikke lengre, utenom at individet som fortsatt lever i den tilsynelatende virkeligheten og må respektere Det Totale Sinnets lover. Dette er selvaktualisering, som Vedanta understreker; Hvis ikke selvkunnskap er fullt ut overført til livet av personen, er du ikke fri av personen.

Reell og den Tilsynelatende Reelle

Det er en vakker og ekstremt viktig erklæring, essensen av Vedanta, er faktisk tilskrevet Shankaracharya en av de store innflytelsesrike i Vedanta tradisjonen. «Brahma satyam, jagan mithya. Jivo brahmaiva naparah». Det er essensen av selvkunnskap. Vedanta er en urgammel vitenskap og Sanskrit er et språk, som utviklet seg gradvis ut av det spirituelle. Ikke fra det materielle begjæret fra mennesker.

Det første ordet brahma eller brahman er kanskje det mest velkjente Vedanta uttrykk. Det kan sammenliknes med ordet Gud og har blitt brukt så lenge i mange forskjellige kontekster av mennesker, som ikke helt vet hva det egentlig betyr slik at det har blitt i

realiteten ubrukelig. Ordet har flere betydninger, som blant annet foreslår storhet og ekspansivitet. Gjennom årene har et språk av nesten pornografisk overdrevenhet utviklet seg gradvis ut av fantasier fra opplevelsorienterte mystikere rundt slike ord, skjule/ formørke deres enkle betydning. Brahman refererer ikke til en voldsom, overveldende, forbløffende/ utrolig bevissthetstilstand eller et sted, som du går til uten å komme tilbake. Det er ikke mystisk, ukjent eller komplisert over det. Det er bare deg, enkel ordinær bevissthet. Du kan ikke beskrive det fordi du kan ikke beskrive deg. Du kan si alle slags ord om hva skjer og har skjedd til din kropp og sinn, fordi ord gjør det rimelig bra hvor objekter har med å gjøre. Men det er ikke ord for å beskrive deg, fordi du er ikke et objekt. Det betyr ikke at du er ukjent.

Grenseløs Betyr Ikke Stor

Det er mange ord som betyr bevissthet, chit og chaitanya for eksempel. Som det er brukt i Vedisk litteratur har ordet Brahman vanligvis antydning til storhet. Men det betyr egentlig grenseløs, som også har antydning til storhet.

Et ord for selvet vil ikke fungere, fordi det finnes ingen måte å evaluere på hva det betyr. Du trenger mange ord helt til det er klarhet. Hvis du sier «Du er bevissthet» til selvet når den tror den er et individ, blir erklæringen at bevissthet er begrenset, fordi det er en opplevelse. Den trenger å vite at den er grenseløs.

Bevissthet/ oppmerksomhet fortryllet av ignoranse trenger også et annet ord ellers vil det fortsette å lide. Det andre ordet den trenger å høre er «vanlig» - «ordinær». Dette faktumet om deg er vanskelig å gjøre det til en del av deg, fordi egoet vil helst tenke seg som spesielt. Bevisstheten kan ikke være ekstraordinær, fordi det er bare én bevissthet. Det er meningen av «ikke-dualitet». Det ser ut som at det er mange bevisstheter når det er sett utifra kroppen ståsted fordi det er mange kropper, men det er bare én. Elektrisitet manifesterer seg som lyd i en radio, som varme i en varmeovn og som lys i en lyspære, men alle er bare én elektrisitet som strømmer igjennom forskjellige apparater.

Når selvet kontemplerer på sin grenseløse og ordinære væren — er det mange andre ord, som vil bli gitt etterhvert — frigjøres det fra sitt væren av begrensning og unikhet. På en måte kan du si at selvet er unikt, fordi det er bare bevissthet. Men dette gjør det ikke så unikt, fordi noe som ikke er selvet er påkrevd å gjøre selvet til noe unikt, når det er egentlig bare bevissthet.

Hva betyr grenseløs? Betyr det at når du vet hvem du er så vil du kunne hoppe fra en skyskraper til en annen akkurat som Superman? At du kommer til å kunne befinne deg på to steder samtidig? Eller kunne helbrede kreft med din magisk guddommelige hånd? Grenseløs betyr ikke stor eller kraftfull; det betyr at bevissthet forandrer seg ikke — er ikke begrenset — av de opplevelsene som presenteres til det. Det betyr enkelt og greit at opplevelsen ikke klistrer seg på deg. Bevisstheten, deg, er lik en teflon panne.

Selvsagt er dette faktumet vanskelig å akseptere hvis du tror at du er den Subtilkroppen, fordi opplevelser produserer *vasanaer*. Mens de bygges opp, blir «du» rik på opplevelser og tror liksom at alle disse opplevelser blir en del av deg. Jeg har hatt mange varierte og interessante opplevelser, men jeg kan ikke finne en eneste opplevelse som er tilstede nå. Jeg er akkurat den samme bevissthet i dag som jeg var den dagen jeg ble (tilsynelatende) født. Hvor er alle disse opplevde folkens, steder og hendelser? Hvor er de millioner av følelser og tanker som jeg har opplevd? Jeg kan ikke finne dem. De eksisterer som ord i «min» selvbiografi, et liv som jeg ikke skapte, et liv oppdiktet av Det Totale Sinnet som jeg så utfoldte seg. Det som skjedde er ikke her. Men jeg er. Jeg er som himmelen der skyene passerer. Jeg er ikke forurensset av det som skjer med meg. Jeg er ren, en ordinær opplevelsesløs opplever.

Det som leses hittil er: ordinær bevissthet er grenseløs. Men, vi trenger et ord til for å klargjøre selvet. Det neste ordet er, *satyam*, og betyr «sannhet.» Sannhet er det som alltid fungerer. Normalt sett tenker vi om sannheten som et utsagn som samsvarer et spesielt objekt som viser seg i bevisstheten. Men siden objekter endrer seg, så er denne type sannhet ikke brukbar til alle tider og steder. Noen jeg møtte en gang sa til meg: At, tjaa «Sannheten» var grei, men «min sannhet» var bedre. Det er en sannhet om hvordan et begrenset individ ser virkeligheten når det gjelder å forhandle seg gjennom verden, men den er ikke brukbar for alle på alle steder og tider. Utallige opplevelser i livet blir ikke løst opp ved kunnskap som du har samlet opp gjennom dine egne opplevelser. Det er like mange «mine sannheter» som det er individer. Når livet setter deg i en situasjon med en annen sin sannhet, spesielt noen du trenger av en eller annen grunn, og den andre sin sannhet går imot din sannhet så er deres respektive sannheter ofte et problem. Eller når du kommer opp imot Det Totale Sinnets sannhet, Skaperen, er «din sannhet» ofte fullstendig ubrukelig.

Objektene i denne verden er noen ganger gode og noen ganger ikke, men Sannhet er alltid god. Du kan regne med det, fordi det er deg. Du — den sanne du — er alltid elsket av deg. Vi vet at du er det ultimate gode, fordi alt du gjør, tenker og føler er for din egen skyld. Noen sier at de ikke elsker seg selv eller at de elsker andre mer, men det er sant bare fordi det behager dem å tenke på den måte. Slike utsagn ville bare være imponerende hvis «andre» kun eksisterte utenom troen på andre. Du er sannheten. Du er alt som er. Du kan bare stole på deg selv.

Satyam betyr også «virkelig» eller «virkelighet». Jeg trenger å fortelle deg dette for å nekte opplevelsen. Alt som endrer seg er ikke virkelig. Dette er en utfordrende påstand fordi det betyr at alle opplevelser som jeg verdsetter og forfølger, ikke er noe annet enn drømmeopplevelser.

Du trenger ikke nødvendigvis alle disse ordene, med mindre du trenger alle disse ordene. Å praktisere kunnskap yoga er å kontemplere undervisningen jevnlig og dypt, diskriminere den virkelige fra den tilsynelatende, dette på et øyeblikk-fra-øyeblikk prinsipp. Å fatte betydningen av et ord er like bra som å fatte betydningen av alle. Vi gir mange og utfolder betydningen av hver eneste fordi ignoranse tar mange former og er veldig

intelligent. Det er en katt med ni liv. Den vil ikke dø. Du trenger å være godt rustet til å vinne kampen. En annen viktig indikator er ordet «*purna*». *Purna* betyr «fullstendig, komplett». Det betyr at du er fullstendig. Hvorfor bruker vi det ordet? Det er ikke sånn vi føler oss. Vi føler oss ufullstendig fordi vi er ignorant om sannheten.

Den spirituelle verden er særlig besatt av ideen om tomhet, som har vært akseptert og popularisert i århundre av Buddhistiske tankeganger. Den er basert på en spesifikk type spirituell opplevelse som avslører objekter sitt mangel på substans. Å realisere tomheten av objekter kan skremme vettet av det stakkars egoet i sånne kosmiske proporsjoner. Hvis du føler deg desillusjonert og skuffet fordi livet har feilet i å leve opp til dine forventninger, så avslører Vedanta faktumet at *den ene som ser tomheten er faktisk selvet fullstendigheten*. Sansen av ufullkommenhet og tomhet, som forresten bare er en følelse og ikke sannheten, driver vår *karma*. Hvis jeg kan se at jeg ikke er tom og at objekter egentlig reflekterer fullstendighet av min sanne natur, så kan jeg innskrenke galskapen min ved å jakte på objekter, jeg kan roe ned og nyte meg selv. Dette faktumet har faktisk inspirert den berømte Bibelske verset som er i salme 23.5 – «Mitt Beger flyter over».

Purna betyr også «en delløs helhet» Du er en fullstendighet som ikke er laget av deler. De fleste av oss tenker at vi er en samling av deler: Kropp, sinn, sanser, underbevisste sinn, selv og så videre. Og dette kombinert med vår kunnskap av den foranderlighet av objekters verden, så er vi tilbøyelig til å forestille oss at vi alltid faller i stykker. Vi tenker lett, «Jeg må ta meg sammen». Du trenger ikke å sette sammen noe som helst, bortsett fra din tenkning. Du trenger bare å se og forstå at du er allerede en delløs helhet.

Et annet ord for deg er *kaivalya*. Det betyr «perfekt.» Fordi objekters verden aldri er sett på som perfekt i overensstemmelse med det vi vil, prøver vi alltid å perfeksjonere den. Fordi vi føler oss ufullkomne og skyldige, så prøver vi alltid å perfeksjonere oss selv. Det er en forgjeves anstrengelse fordi virkeligheten er perfekt på alle måter. Selv det som ser ut til å være uperfekt — den konstant endrende verden — er faktisk perfekt, ikke bare fordi den er selvet, men fordi den leder oss til oppdagelsen av vår medfødte fullkommenhet.

Den åpenbare innvendingen til ideen om at verden er perfekt er nærværet av ondskap. Men ondskap hører ikke til skapelsen. Skapelsen er perfekt på alle måter. Ignoranse av selvets fullkommenhet og fullkommenhet av skapelsen produserer ondskap. Den åpenbare innvendingen til ideen at «Jeg er perfekt» er grunn til den samme ignoranse.

Et annet viktig ord er «ubekymret» (objektivitet) *viragya*. Det er viktig å la oss vite at når vår kunnskap om hvem vi er, er stødig og fast, så er bekymring ikke et alternativt lenger. Det *samsariske* livet er ikke noe annet enn et uendelig utstrømning av smålige bekymringer; selvkunnskap ender dette.

Selv om det er mange av disse ordene er det for nå nok til å ta vare på *brahma satyam*. *Brahma satyam* dekker emnet, som er den første halvdel av vår opplevelse. Den refererer til selvet. «Jeg er virkelig. Jeg er hel og komplett, ikke-dualistisk, ikke-handlende,

ordinær, ubekymret bevissthet. Jeg vitner den som opplever og ens opplevelser.»

Den andre delen av påstanden, *jagan mithya* dekker den andre delen av vår opplevelsen, objekter som viser seg i meg, objekter som viser seg for meg: det jeg ser, vet, opplever. *Jagan* betyr «det som endrer seg». Jeg liker å tenke at vårt ord «sjonglør,» stammer fra det ordet. Det viser til objekter i kontinuerlig bevegelse. Kanskje det gjør det; mange Indo-Europeiske ord stammer fra Sanskrit. Hvis noen tviler på at opplevelser endrer seg, er de intellektuelt utfordret.

Det andre ordet er imidlertid litt mer vanskelig. *Mithya* betyr «tilsynelatende.» Objekter som viser seg til meg er tilsynelatende virkelige eller reelle. Husk, at vår definisjon av objekter er: «Alt annet enn subjektet, bevissthet.» Det betyr at objekter ser ut til å være reelle. *Mithya* ordet skiller de voksne fra barnene spirituelt sett. Moderne undervisninger befinner seg i sandkasser fordi de har tendenser til å avvise verden fullstendig, mens de snakker til, merkelig nok, ikke-eksisterende mennesker som befinner seg i en ikke-eksisterende «verden.» Men objektene som viser seg i deg eksisterer.

Ikke-dualistisk betyr ikke det samme som likhet

Vedanta tilbyr mange illustrasjoner av forholdet mellom selvet og objekter, potte av leire for eksempel. Leiren og potten har et besynderlig forhold. Selv om de begge er leire, er de ikke det samme. Ikke-dualitet betyr ikke det samme som likhet: Likheten mellom deg, bevissthet og objektene som viser seg i deg, opplevelser i verden.

Det er mer til ikke-dualitet, som kan sees med øyet. Hvis alt er ett og du er ignorant da er jeg også ignorant. Men slik er det ikke. Vi trenger å forstå ordet tilsynelatende. Hvis du ser på virkeligheten fra perspektivet til potten, er du ett med leiren, ingen tvil om det. Men hvis du skifter perspektiv og ser virkeligheten utifra perspektivet til leiren, er du ikke ett med potten. Det er mer til deg enn potten. Potten er avhengig deg, leiren, men du er ikke avhengig av potten. Du er fri fra potte. Maya kan produsere en plate, en kopp ut av deg, en produksjon som ikke inneholder vinning eller tap som berører deg. Din natur endrer aldri mens derimot objektenes natur som er avhengig av deg endrer seg. Den tilsynelatende personen, som du tar for å være en reell person avhengig av deg, bevissthet, men du er ikke avhengig av den personen. Når du lyser opp dyp søvn, finnes ikke den personen. Se på friheten denne forståelsen antyder!

Med en gang når objektets natur er kjent, så er det veldig viktig å vite at ingenting kan bli gjort i forholdet mellom subjektet og objektet som viser seg i det. Det er en urokkelig logikk av eksistens. Det er fordi opplysthet er kunnskap alene. Friheten ligger i kunnskapen, ikke i en spesiell opplevelse fordi det frigjør deg fra avhengighet til opplevelse for din lykke. De fleste tror Moksa er frihet for den tilsynelatende personen, men det er frihet fra den tilsynelatende personen. Den tilsynelatende personen er aldri fri. Det er en del og en pakke av Det Totale Sinnets livsmatrise.

Hvis du ser på virkeligheten fra personens perspektiv, vil du finne deg selv i konstant stadige forandringer. Du vil konstant endre deg. Du trenger nødvendigvis å gjenskape deg selv om og om igjen. Men du kan ikke bli fri. Du vil alltid være avhengig av bevissthet for din eksistens og på objekter for din lykke. Det er ikke noe galt med det, spesielt hvis du forstår og aksepterer Det Totale Sinnet, fordi selv om du vil fortsatt se deg selv som en person så vil du fortsatt være fri for stress. Hvis du ser på deg selv som person og du ikke forstår og aksepterer Det Totale Sinnet, som din sjef, vil du tro at du trenger Det Totale Sinnet sine uvarige objekter for å fullføre deg selv og konsekvensene av det er at du vil lide. Du vil lide fordi i mangelen av kunnskap om Det Totale Sinnet, er handleren fortsatt i kommando. Å være handleren er et problem. Selv om ønske om å være fri er nødvendig for å hoppe inn i selvanalyse, det å ikke erkjenne og ta ståsted i din sanne natur er den største lidelsen.

Det er en setning til etter brahman satyam jagan mithya. Det er: Jivo brahmaiva napa-rah. Det betyr «Jivaen (individet) og Brahman er ikke forskjellig.» For å gjøre det enkelt så betyr det at bevissthet, som jeg er, er ikke forskjellig fra bevisstheten til alt, eller bevisstheten er alt. Jeg kan vite at jeg er bevissthet og at verdenen ikke er reell, men hva med mitt forhold til de andre bevisstheter? Det er ingen andre bevisstheter. Bevisstheten, som viser seg som plante, dyr, mikrober og andre mennesker er eksakt den samme bevissthet, som jeg er. Verdsattelsen av dette faktum fjerner alle konflikter fordi det lar meg identifisere med alt liv. Det er grunnlaget av medfølelse. Hvis jeg kan identifisere, som deg, så vil jeg ikke ha problemer med deg. Jeg vil behandle deg som jeg behandler meg selv med kjærlighet. Mennesker er glad i å kritisere Vedanta som en kjærlighetsløs filosofi, men Vedanta er essensen av kjærlighet. Den åpenbarer det faktum at kjærlighet, som er selvets natur og manifesterer seg som identifisering av objekter, er den eneste gyldige respons til alle objekter, levende og døde.

Nøkkelen til Frigjøring: Å Forstå Bevisstheten, Individet og Det Totale Sinnet

Å diskriminere deg, bevissthet fra Individet og Det Totale sinnet er essensen av Vedanta. Å forstå diskriminasjonen er moksha. I vår litteratur er ordene Jiva (individ), Isvara (det totale sinnet) og selv (atma, brahman, paramatma) ofte brukt i forskjellige forvirrende måter så vi trenger å utfolde disse ordene litt mer forsiktig.

Her er nøkkelen til forståelse hvordan bevissthet er i forhold til Individ og Det Totale sinnet.

Virkelighet, dog, inneholder tre fundamentale faktorer:

(1) En tilsynelatende person eller jiva, det «lille selv», bevissthet pluss Subtilkroppen. Det er en opplevende entitet;

(2) En Kausalkropp produsert av Maya, makrokosmisk Ignorans, også kjent som Isvara (Det Totale Sinnet). Dharmafeltet er brakt inn i tilværelsen av Isvara, ren bevissthet

forbundet med Maya. Isvara er skaperen av de opplevende entiteter og hva de opplever. Vedanta refererer til Isvara som Det Umanifesterte fordi det kan ikke bli opplevd. Den er kjent som konklusjon/ slutning.

(3) Den som Kjenner de begge: ren bevissthet (oppmerksomhet), selvet.

Både individet og det totale sinnet nyter den samme identitet som bevissthet. Ingen av dem kan skape fordi skapelsen er en bevisst prosess og en bevisst prosess krever tydeligvis bevissthet. Ved gransking så løser de seg opp i bevissthet fordi de er ikke-permanent selv om det vi har sagt, så er Det Totale Sinnet relativt permanent med referanse til levetiden av et individ. Bevissthet (oppmerksomhet) kan ikke bli avvist, fordi det er «permanent». Permanent eller ikke-permanent er egentlig ikke gode ord fordi de antyder dualitet og tilsynelatende får opplevende individ atskilt fra opplevelsobjekter. Men vi trenger disse ordene og andre som er lik dem for å sette opp diskriminering, som medfører moksha, frihet. Bevissthet (oppmerksomhet) er alltid forut for og fri for individet og Det Totale Sinn, subtil og kausalkropper. Derfor er det egentlig bare et selv eller bevissthet, fri fra alle objekter hvor alt oppstår og inni hvor alt løser seg opp.

Hvis du har et problem med ordet ikke-permanent, så kan du tenke på i forhold til en ekstra dualitet: Foranderlig og uforanderlig. Både Det Totale Sinnet er foranderlige faktorer og oppmerksomhet/ bevissthet er en uforanderlig faktor. Det Totale Sinnet eksisterer bare med referanse til skapelsen og skapelsen kommer tilsyne og forsvinner. Individ eksisterer bare på mikrokosmisk nivå og er gjenstand for transformasjon på den måten at den spiller rollene som den våkne, den drømmende og den sovende.

Her er 4 vers som fastslår disse 3 faktorene:

Kapittel 15, vers 16-19 Bhagavad Gita:

”To selv, den ene dødelig og den andre udødelig, eksisterer i verden. De bevisste vesenene og materie er dødelige, det Umanifesterte udødelig. Men andre enn disse er Selvet bakenfor selvene, den grenseløse konstante oppmerksomhet/ bevissthet, som har entret de 3 verdene og nærer dem. Derfor er jeg (bevissthet/ oppmerksomhet) kjent som det enestående/ høyeste vesenet. Hvis du kjenner meg på denne måten så kjenner du til alt, selvet av alt.”

Det betyr: Det tilsynelatende selvet eller jiva er ikke reell fordi det er ikke alltid tilstede (tenk dyp søvn) og er alltid i endring. Selv om den viser seg å være bevisst, så er den egentlig ikke bevisst; Den er modifisert av Maya (ignoranse) og er dødelig fordi dens levetid i den tilsynelatende virkeligheten er veldig kortvarig. Moksha er frihet fra ideen av handleren og eierskap, ideer som er essensen av individer, som er identifisert med Subtilkroppen. Identifiserte individer er også kjent som mennesker eller folk. Med en gang ignoransen av ens sanne natur er fjernet, vil den tilsynelatende personen fortsette å eksistere i den tilsynelatende virkeligheten, selv om selvet ikke er fortryllet av ignoranse, er det for alltid fri for forestillingen at det er begrenset, utilstrekkelig og ufullstendig. Den vet den er navnløs, formløs ubetinget oppmerksomhet/ bevissthet.

Det Totale Sinnet forbundet med Maya er bevisst, selv om det ikke er et individ, som ordet det høyeste vesenet i verset ser ut til antyde. Og det er ikke modifisert av ignoranse/ Maya. Men det er også avhengig av bevissthet. Det Totale Sinnet er bevisst fordi med Mayas tilsynekomst så er det noe for bevissthet å være bevisst på. Det Totale Sinnet er alltid tilstede i bevissthet, men det er enten manifestert eller umanifestert med referanse til bevissthet/ oppmerksomhet.

Derfor er Det Totale Sinnet forbundet med Maya heller ikke reelt. Isvara forbundet med Maya er evig eller permanent med referanse til jivaen og til objektene den opplever, men ikke-permanent med referanse til bevissthet/ oppmerksomhet. Å si at Det Totale Sinnet forbundet med Maya er evig med referanse til individet betyr ikke at det er grenseløs fordi ignoranse eller Maya bare angår en liten brøkdel av bevissthet/ oppmerksomhet og fordi det løser seg tilbake til bevissthet ved slutten av en skapelsessyklus. Det Totale Sinnet er bare bevissthet sin evne til å skape. Forholdet mellom Det Totale Sinnet fri fra Maya og Det Totale Sinnet forbundet med Maya er på lik linje til et individ på den måten at et individ og dets krefter ikke er det samme. Det Totale Sinnet er den som utfører kreftene. En artist, for eksempel, er mer enn hans og hennes artistiske vasanaer og handlingene de manifesterer.

Maya er evig fordi det er en kraft i bevissthet og bevissthet er evig; Dette er fordi Maya er nevnt for å være uten begynnelse (anadi). Personlig ignoranse (avidya) slutter når selvet er blitt realisert, slutter sin inkarnasjonssyklus og lidelse, men Maya eller kosmisk ignoranse fortsetter uendret, selv om den ikke alltid manifesterer. Når ignoranse eller Maya manifesterer, viser Det Totale Sinnet seg i den form som en skaper, fulgt av en tilsynelatende skapelse, verden av levende vesener og livløse elementer.

Det Totale Sinnet, som ren bevissthet, fri forbundet med Maya blir kalt Paramatman. Hvis du er student av Vedanta eller kjenner til Vedisk litteratur så vil du kanskje ha kjennskap til at ordet Isvara (Det Totale Sinnet) ofte er referert til Paramatma, uskapt ikke-dualistisk bevissthet. Jeg har brukt ordet Paramatma for å unngå denne forvirringen.

Selv om Paramatma er blitt kalt for evig og udødelig, så er det ikke noe av dem. Evig og udødelig trekker slutning om ikke-evig og dødelig og siden Paramatman er ikke-dualistisk, så er det ikke noe av dem. Den er væren (eksistens). Den kjenner seg selv og når objekter er tilstede, kjenner den objekter. Det er forut til og den som har kjennskap av både individ og Det Totale Sinnet. Den har ingen kvaliteter.

Formodentlig så lenge den tilsynelatende jiva er inkarnert i den tilsynelatende virkeligheten, opplyst eller ikke, er den preget av Det Totale Sinnet, Skaperen. Den frigjorte personen (jivanmukta), som lever i dualitetsverdenen er ikke påvirket av det fordi han eller hun vet at det er noe som blir lagt overlappet og at Det Totale Sinnet, gunaene er handle- ren. Fordi forståelse er *moksa*, karma yogaarbeid, som leder oss til denne forståelsen og blir ikke lenger oppnådd selv om karma yogaholdningen forblir.

Frihet fra eller Frihet for Jiva (individet)

Vi sier at moksa er frihet fra individet og frihet for individet (personen). Forskjellen mellom disse tre eksistensielle faktorene skaper en forståelse i individet at de separerer den fra dens subjektivitet og gir den det objektive syn av Det Totale Sinnet og seg selv. Det gjør det klart at forfatterskapet og eierskapet av alt tilhører Det Totale Sinnet. Samtidig viser den klart at den er ikke under kontroll av Det Totale Sinnet, fordi Isvara i dens rolle som skaper ikke er reell. Hvordan kan noe som ikke er reell egentlig skape eller kontrollere alt?

Dessuten, som nevnt vil denne forståelsen separere bevissthet fra både Det Totale Sinnet og individet, skaperen og det skapte. Og gjør det klart at det er ordinær bevissthet, som er essensen av min identitet, er grenseløs. Oppdagelsen at selvet er grenseløs bevissthet er moksa, frihet for individet. Hvordan kommer en til denne forståelsen? Individet forstår at han/hun ikke eksisterer med mindre han/hun er kjent for å eksistere og kunnskapen av hans/hennes eksistens er bare mulig fordi han/hun er bevisst/ oppmerksom. Dette fører til konklusjonen at hun/han er bevissthet. Prøv om du vil å finne to bevissthet.

Et individ som vet at hun/han er grenseløs blir kalt for en jivanmukta, frigjort når hun/han lever. I virkeligheten så er en jivanmukta bare ren bevissthet fjernet han/huns identifikasjon med Det Totale Sinnet og individet. Bevissthet er verken levende (jivan) og heller ikke fri (mukta) siden begge antyder dualitet.

Grenseløs Lykksalighet

Fordi det er to tilsynelatende forskjellige prinsipper i virkeligheten, selvet og objektene, er det mulig å forvirre selvet med objektene. Samsarisk liv handler om forvirring mellom det reelle og det tilsynelatende. Vi har en teknisk terminologi for det: «Gjensidig overlapping».

Praksisen av kunnskap er diskriminasjon. Diskriminasjon fjerner overlegg. Fordi selvet er ikke kjent, er fysiske, subtile og kausale kroppene antatt for å være reelle. Å ta dem for å være selvet produserer lidelse fordi de bare er tilsynelatende reelle. Du, bevissthet er alltid tilstede og endrer seg aldri. De tre kroppene endrer seg. De er «ikke selv». De må bli forkastet inntil identifikasjonen med dem og bindingen til dem er oppløst. Å forkaste (negere) betyr at de har blitt forstått til å være ikke-reell. Å ha kjennskap til at de er ikke-reelle fjerner identifikasjonen din med dem. Hvis du identifiserer deg med kroppene, vil du ikke identifisere deg med selvet.

Når du ikke lengre identifiserer deg med dem, vil ren-ikke-tilknytning oppstå. Ikke-tilknytning er ikke bare utelukkende den intellektuelle overbevisningen at tilstander, kropp og objekter er ikke-reelle; Det er en sans av grenseløshet. Du kan intellektuelt sette

pris på denne undervisningen, men inntil den delen av deg som ikke setter pris på at det er negert så trenger du å diskriminere grenseløshet, som er alltid tilstede er opplevd. Moksa betyr at du vet du er fri og at du opplever deg selv til å være fri. Det er fullt mulig å vite at du er fri og fortsatt føler begrensninger. Opplevelsen av frihet kommer gradvis når bindende vasanaer blir utmattet.

Når vi sier sans av grenseløshet og inntil grenseløshet er opplevd virker det som om at vi motsier erklæringen om at selvet ikke kan oppleves. Den kan ikke oppleves, som et objekt, men den opplever alltid som meg selv. Selvaktualisering er som bevisst søvn i det at individet alltid opplever lykksalighet. Det er ikke lykksalighet som er motsetning til lidelse. Det er lykksaligheten som observerer lidelse og nytelse. Det er en sans for tilfredsstillelse som oppstår fra kunnskapen siden lidelse og nytelse ser ut til å berøre meg, rører de meg egentlig ikke. Hvis jeg ikke kunne aktualisere meg selv og oppleve grenseløshet som lykksalighet ville jeg ikke være grenseløs.

Analysering av Swami Dayananda rundt ordet Ananda

Ordene sat (eksistens), cit (bevissthet) og ananda (bliss) indikerer ikke attributter av atma (selvet). De er atma. Ordet ananda, som er synonymt med ananta, grenseløshet er en kilde til stor forvirring her. Ananda er ikke bliss, men grenseløshet.

Uansett hvor det er glede, sukha, er det en sikker fullkommenhet, som er sastra, skriftenes tilsiktede meningen med ordet ananda. Det er ikke kvaliteten, dharma av atma, selvet, men dens natur (svarupa). Skriftene (sruti) peker også på at selvet er fri fra attributter/kvaliteter, nirguna. Videre, hvis sat, cit og ananda blir attributter av selvet, hva er det geometriske stedet for disse attributtene? Det må være et annet selv for det. Så hva er dens natur? Vi har det samme problemet. Naturen av selvet er eksistens, bevissthet, som er grenseløs. Problemet dukker opp fordi ananda, i sansen av glede, er erfart av den som vet.

Denne ananda (bliss) kan ikke være naturen av bevissthet (ksetrajna, ikke-erfarende vitne), fordi det involverer dualiteten av erfareren og det erfarte. Uansett er det bliss på den måten av virkelig fullkommenhet, og er ikke noe annet. Hvis det er, så er det mindre enn fullkommenhet. I fullkommenheten er det ingen spørsmål av å si, jeg erfarte bliss/ lykksalighet på den måten en kan si, jeg ser en krukke. Fordi bliss aldri blir et objekt. Den er alltid selvets natur. Selv i dyp søvn eller koma er det ingen kjenner, kjent og kunnskap slik at hva som er erfart der er ikke noe annet enn selv, som er satyam, jnanam, anantam, brahma: Absolutt sannhet, kunnskap og grenseløs virkelighet - bevissthet/ selv.

Hvorfor er ananda (bliss) nevnt hvis ananta-grenseløshet er mer nøyaktig? Det er to grunner til det. Den første grunnen er at det er en indikator, peker på noe, fordi i erfaring av glede, hva som oppnås er helheten som er deg. På denne måten blir ananda (bliss) en indikator for selvet, som er grenseløs (ananta). Den andre grunnen er at ananda (bliss) er noe alle vil ha. Alle vil være glade. Gleden som du søker, selv i erfaring, er bare deg selv. Det er din fullkommenhet alene.

Men din søkende glede gjør det til en måte et mål. Og denne erfaringsbaserte glede, den glade personen, som er et mål som alle ønsker å nå, er ikke separert fra deg. Hvorfor? Fordi du kan ikke være noe mer enn den du allerede er. Du kan bare være grenseløs, og du kan ikke forbedre hva som er grenseløs. Den er oppnådd kognitivt. Når ananda (bliss) er brukt istedenfor ananta, bør du bare se betydningen av ananta i betydningen av ananda, spesielt hvis ananda går sammen med sat og cit. Dette blir kalt for natur (svarupa). Det er ikke erfaringsbasert ananda (anubhuta-ananda), men svarupa-ananda, din natur.

Forskjellen mellom din natur og erfaring er dette: erfaringsbasert ananda skyldes en spesifikk mental tilstand (vrtti-visesa). Det er fordi sinnet antar en spesifikk form, som bidrar til erfaringen av ananda (bliss), men i den ananda, fullkommenheten som erfart er naturen av selvet. Derfor står ananda, bliss for fullkommenhet eller grenseløshet, som er betydningen av ananta. Denne forskjellen må derfor forstås.

Ordet ananda har virkelig forårsaket en del forvirring i sinnene til søkere så vel som lærerene (acaryas). Glede og sorg er to motsetninger. Når jeg er glad er jeg ikke trist og når jeg er trist er jeg ikke glad. Men sannheten er at selvet, som er sat (eksistens) og cit (bevissthet) inneholder alle tilstander (vrtti, modifisering av tanker) av sinnet, som vannet er med hver bølge. Hvorvidt sinnstilstanden er behagelig eller ubehagelig, er den opprettholdt ikke bare av sat, cit, men også ananda, fordi sat, cit er ananda (bliss).

Grunnen til at det er så mye stahet av erfaringen av selvet er at selvet er tatt for å være en spesiell erfaring av bliss. Selv om det er en spesiell erfaring av bliss, hvordan vil du gjenkjenne det som er bliss av selvet? Faktumet er at skriftene er veldig klar på at hver erfaring av glede ikke er noe annet enn sinnstilstanden (antahkarana), som ikke er i motsetning til grenseløsheten av selvet. Den vanlige erfaring av denne gleden avslører at subjekt-objekt situasjonen er ingen motsetning til grenseløshet, helheten av selvet.

Det ikke-gjenkjennende faktumet får en person til å søke slik erfaring av glede så ofte og så lenge han eller hun kan ha den. Skriften stopper jakten på denne søkingen ved å avsløre at det man søker er en selv.

En verdslig person er fullstendig tilfreds med seg selv og verden. Den har ingen begjær for ting til å være forskjellig fra hva de er. Det blir kalt Isvara pranidanam, å overgi seg til Isvara/ Det Totale Sinnet eller ikke-dualistisk hengivenhet (bhakti).

Analyser av et par vers i vedaene om fullkommenhet

Om purnamadah purnamidam purnaata purnamaduchyate purnasya purnamadaya pur-nameva vashishyate

Verset sier:

Denne (skapelsen, maya) er fullkommen. Det (selvet) er fullkommenhet.

Hvis du trekker fra skapelsen fra selvet, gjenstår fullkommenhet

Hvis du tillegger skapelsen til selvet, gjenstår fullkommenhet

Det er ingen forskjell mellom selvet og det manifesterte universet. Du vil naturlig nok inkludere deg selv i skapelsen, slik at i en ikke-dualistisk skapelse ville du være fullkommenhet. Det er ikke mulig å ha både utilstrekkelighet og fullkommenhet i virkeligheten. Hvis det virker som om du er ufullkommenhet, tar du feil og du kan gi slipp på det synet om deg selv.

Et annet Upanishadvers relaterer til dette: «Hva du tilber der (med andre ord selvet) er hva du ser her (med andre ord deg selv og denne synlige verden).»

Purna, betyr fullkommenhet, som er Vedantas visjon. Verset snakker om bliss (lykksalighet), fordi ordet purna, som betyr hel, komplett, fullkommen er synonymt for bliss. Bliss er ingen erfaring ei heller er bliss et erfaringsbasert ord. Bliss er ingen lykksalig tilstand. Glede, som er hva folk søker etter, er resultatet av sammenløp av gunstige subjektive og objektive faktorer.

Bliss er forståelse av at dette er en ikke-dualistisk virkelighet, og at ingenting mangler overalt. Når du forstår dette faktum, overfører det til den emosjonelle, erfaringsbaserte trinnene av fred og tilfredsstillelse. Bliss er mer subtil enn glede, som kan forsvinne. Bliss er gjenkjennelse at du er det totale, og ingenting er forskjellig fra deg eller utenom deg.

Bliss er ikke en følelse, som står i motsetning til ubehagelige emosjoner, derfor vil lengsel for eller å streve for bliss ikke bære med seg frukter. Det er noe som alltid er med deg, fordi det er deg. Du kan ikke få det du allerede har ved å gjøre noe, bare det å vite at du har det. Hvis du erfarer en ubehagelig følelse er den beste måten å se etter bliss, som er bakenforliggende følelsen. Den er under følelsen, fordi det er selvet og selvet er alltid tilstedeværende.

Et annet navn for bliss er sat. Sat betyr, «hva er». Det er ikke noe mer tilfredsstillende å vite at du er bliss. Dette er fordi bliss er evig. Når du vet at du er evig, er du fullstendig avslappet. Det som skjer i verdenen vil ikke gå inn på deg. Det er det samme for deg. Du vet at du alltid vil være, slik at alle engstelser som mennesker, som tar kroppen og sinnet sitt til å være virkelig erfaring vil ikke skje deg. Du er uforanderlig og udødelig.

10. SKAPELSEN – ENHETEN MELLOM INDIVID OG DET TOTALE SINNET

Vedanta snakker ikke bare om individets natur og selvet, men utforsker også skapelsen og universets sammensetning. Før verden eksisterte, eksisterte bevissthet alene, siden

dens natur er evig og altgjennomtrengende. I denne konteksten, blir bevissthet kalt for Brahman, som betyr uendelig eller grenseløs. Ordene Brahman og atma peker begge på den samme ting, og er brukt i konteksten av diskusjonen. Når individet er diskutert, er bevissthet gitt navnet atma. Den samme bevissthet er referert til som Brahman fra det universelle, makrokosmiske ståstedet.

Avhengig av konteksten, kan samme plass bli gitt forskjellige steder. Når en er utenlands kan jeg si at jeg lever i Norge og når jeg er tilbake i Norge bor jeg i Bergen. Når jeg er i Bergen kan jeg si Laksevåg. På samme måte kan selvet bli referert av forskjellige navn avhengig av ståstedet, men alle peker på den samme ene bevisstheten.

Frøtilstanden

Før skapelse, eksisterte universet i frøform. Siden materie verken kan bli skapt eller ødelagt, eksisterer den i en eller annen form. Før det ble et skrivebord, eksisterte skrivebordet i treform. Før skrivebordet ble til eksisterte det i treform, og før treet eksisterte var det i frøform.

Ingenting er skapt på nytt. Skapelse manifesterer enkelt og greit hva som allerede eksisterer i potensiale. Før manifestasjonen, eksisterte hele kosmos i kausalkroppen i en usynlig, inaktiv, umanifestert tilstand. Denne potensielle eksistenstilstanden blir kalt for karanaavastha, universets kausaltilstand. Denne karanaavastha tilstanden kan bli delt opp i to aspekter. Den første er kausalkroppen (kjent som avidya). Den andre faktoren er det potensielle formen av hele erfaringsverden (kjent som maya). Sammen, former maya og avidya det umanifesterte (avyaktam). Før skapelse har vi Brahman, ren bevissthet, og avyaktam, det umanifesterte. Begge er begynnelseløse og uskapte. Imidlertid er Brahman den uforanderlige faktoren av bevissthet, og det umanifesterte, avyaktam, er det endrende materieprinsippet.

Av de to prinsippene er det avyaktam som utvikler seg til å bli kroppen og universet. Evolusjonen er en gradvis prosess. Så lenge frøet blir en spire, på samme måte utvikler kausaltilstanden inn i en subtiltilstand, som består av de frem subtile elementer av rom, luft, ild, vann og jord. Fra disse subtile elementene dukker subtilkroppen og det subtile universet. Senere utvikler denne subtile tilstanden videre til en grovtilstand, som består av frem grove elementer, som alle er synlige. Disse produserer igjen grove kroppen og det grove universet.

Original Bevissthet og Reflektert Bevissthet

Vi har allerede fastslått at de tre kroppene (det grove, subtile og kausal kroppene) er laget av materie, og er som sådan kjent som anatma. Selv om de er livløs materie, er de gjennomtrengt og gjenopplevd av bevissthet, som gjør dem bevisst eller levende.

Denne bevissthet tilhører ikke kroppene. Kroppene i seg selv fungerer som et speil. Et speil har ingen lys av seg selv. Hvis speilet er bevart under solskinn, vil solskinnet reflektere på speilets overflate og den vil skinne. I kraft av dette reflekterte lyset, kan speilet opplyse andre ting, ikke ved dens originale lys, men ved dens lånte lys. Slik at det ikke-lysende blir lysende. På samme måte blir det livløse levende på grunn av den reflekterende bevissthetslyset. Denne altgjennomtrengende bevissthet opplever hele universet. Det er grunnen til at kosmos fungerer på en ordnet måte, som en enorm makrokosmisk organisme. Slik som cellene og organene av våre kropper fungerer på en harmonisk måte, slik gjør også universet. Hvis vi forstyrrer denne naturlige harmonien, motvirkes balansen og resulterer i uønskete konsekvenser. Universet er ikke en kaotisk masse av livløs materie. Gjennomtrengt og opplivet av ren bevissthet, fungerer det på en intelligent måte. Slik som det er tre kropper, er det tre univers: Det grove universet, det subtile universet og det kausale universet.

Mikrokosmiske nivåer

Den ene originale bevissthet gjør de tre kroppene levende både på det mikrokosmiske (individuelle) og makrokosmiske (universelle) nivåer. På det mikrokosmiske nivået, når bevissthet skinner på kausalkroppen. Er den reflekterende bevissthet kjent som prajna (den dypt sovende). Den samme bevissthet opplever subtilkroppen, som blir kalt for taijasa (drømmeren). Bevissthet som gjør den grove kropp blir kalt for viswa (den våkne). Sammen, inneholder disse tre reflekterte bevissthetsnivåer jiva, individet. Individet går gjennom disse nivåer av den våkne, den drømmende og dypt sovende hver eneste dag.

Makrokosmiske nivåer

På det universelle nivået, når bevissthet skinner på kausalkroppen, er det kjent som antaryami, det kausale universet. Bevissthet opplever det subtile universet, som blir kalt for hiranyagarbha, og opplever det grove universet, som blir kalt for virat. Disse tre nivåene, som i helhet, blir kalt for Isvara. (Det Totale Sinnet).

Kort sagt, er individet og det totale sinnet refleksjoner av den ene originale bevissthet, som gjelder henholdsvis i mikrokosmiske og makrokosmiske medier.

Hva er Gud? (Det Totale Sinnet)

I Vedanta er ordet skaperen en billedlig, ikke en bokstavelig beskrivelse, fordi hele skapelsen er ren eksistens/ bevissthet som er evig og uskapt. Både livløs materie og de levende vesenene i skapelsen er evig. En undervisning som er støttet opp under konserveringsloven av energi, som sier at materie ikke kan bli skapt eller ødelagt.

Bhagavad Gita sier at universet har ingen begynnelse, midte eller slutt. På grunn av fakta om at skapelse er tilsynelatende virkelig, er det ikke noe poeng i å spørre om Gud skapte universet. Vi kaller derimot Gud en skaper, fordi universet, som ikke er separat fra Gud, bestandig går gjennom passive og aktive faser på samme måten vi viser oss når vi er våkne og forsvinner når vi sover. Gud trenger ikke å skape materie og levende vesener, fordi de eksisterer evig.

Vedanta presenterer generelt sett skapelsen av universet som en virkning av en tidligere årsak, som er passende for nye granskere. Gaudapada, en av de store lyskildene i undervisningstradisjonen presenterer en veldig vanskelig ide: universet var aldri skapt! (ajati-vada).

Som sådan er det generelt undervist til avanserte granskere. Den er ofte betraktet som den siste undervisningen, fordi kausalitetsideen har en tendens til å formørke faktumet at vår lidelse skyldes ignorans, og ikke resultatene av ukontrollbare krefter: omstendighetene av ens fødsel, med andre ord karmaloven. Ens skjebne er vanskelig å endre, men ignoranse er relativt mindre vanskelig å fjerne, med en gang du vet hva det er.

Enheten mellom individet og det totale sinnet

En av de mest viktige emner i Vedanta er den essensielle enheten av individet (jiva) og det totale (Isvara). Vi har fastslått at individet representerer det individuelle, mikrokosmiske nivået, og Isvara, det universelle, makrokosmiske nivået. Bevisstheten, som gjennomtrenger og oppliver de begge er det samme. Forskjellene vi oppfatter tilhører bare det reflekterende medium. For å hjelpe oss til å forstå enheten av det individuelle og det totale, inneholder skriftene mange «mahavakyas». En mahavakya er en Vedantisk erklæring som avslører den ultimate enheten av individet og det totale.

Individet er et uttrykk av ren bevissthet, som gjelder i de mikrokosmiske tre kropper, siden det totale er et uttrykk av den samme bevissthet, som gjelder det makrokosmiske grove, subtile og kausale kropper. Selv om uttrykket er forskjellige ifølge sammensetningen av det reflekterende medium, er det den samme bevissthet som, oppliver og gjennomtrenger dem begge. Derfor er den essensielle naturen av individet og det totale det samme.

Et lys, mange refleksjoner

Forestill deg et mørkt rom hvor alle vinduer og dører har blitt lukket igjen, og som ikke etterlater seg noen lysspor. Jeg ønsker å opplyse rommet, men alt jeg har er et speil i hånden min. Speilet har ingen opplysningskapasitet, fordi den er ikke lysskilden. Imidlertid, hvis jeg åpner et vindu eller en dør, kan jeg holde speilet på en spesifikk vinkel slik at

solen, som skinner utenfra, kan bli reflektert i speilet.

Når solskinnet treffer speilet, lyser speilet opp og blir en lysskilde i rommet. Speilet, som var tidligere ikke-lysende, blir nå et lysende speil. Hva er forskjellen mellom sollyset og lyset i speilet? Sollyset er original og naturlig, mens speilet har bare lånt lys.

Denne ideen av original lys og lånt lys er avgjørende i Vedanta. Med det lånte lyset, blir speilet den som opplyser det mørke rommet. Dette reflekterende lyset blir kalt pratibimba surya, og det originale sollyset blir kalt bimba surya. På samme måte er det med det reflekterte lyset at månen viser seg skinnende på himmelen. Månen har egentlig ikke lys på egenhånd, fordi den reflekterer enkelt og greit sollyset. Det er tre faktorer involvert i denne prosessen av opplysning: det originale lyset, det reflekterende medium og det reflekterende lys. Det kan bli så mange reflekterende soler som det er reflekterte medium, men bare en original sol.

Hvis det er mange reflekterte soler, vil det være forskjeller i refleksjonen som avhenger av mediumets kvalitet. Et lite medium vil produsere en liten refleksjon, et stort medium vil produsere en stor refleksjon og et sløvt medium vil produsere en sløv refleksjon. En tilsynelatende mengde av soler, som viser seg forskjellige på grunn av hvert mediums natur, er faktisk bare refleksjoner av den ene originale solen.

Dette er en hjelpsom metafor for å forstå forholdet mellom individet, det totale og selvet. Den originale solen er analogi til den altgjennomtrengende bevissthet, som er selvet. Vi har to reflekterende medium. Den ene er individets tre-kroppssystemer: De mikrokosmiske grove, subtile og kausale kropp. Disse tre kroppene reflekterer bevissthet og kan bli sammenlignet med de små speilene, som reflekterer sollys. Det andre reflekterende medium er de makrokosmiske grove, subtile og kausale kropp, som kan bli sammenlignet med et stort speil. Den reflekterte bevisstheten som oppliver og forener de mikrokosmiske tre kropp blir kalt for jiva (individet). Den reflekterte bevisstheten, som oppliver og forener de makrokosmiske tre kroppene blir kalt for Isvara (Det totale).

Individet – reflektert bevissthet

1. Kausalkropp – Den Sovende (prajna)
2. Subtilkropp – Den Drømmende (taijasa)
3. Grovkropp – Den Våkne (viswa)

Det Totale – reflektert bevissthet

1. Kausal Verden – Umanifesterte (antaryami)
2. Subtile Verden – Subtile Universet (hiranyagarbha)
3. Grove Universet – Fysiske Universet (virat)

Det viser seg å være forskjeller mellom individet og det totale, fordi det reflekterende medium er forskjellige, og fordi på grunn av dette vises også refleksjonene forskjellig. Individet, fungerer gjennom det mikrokosmiske grove, subtile og kausale kropp, har begrenset kraft. Individet har begrenset kunnskap, begrenset kraft og opptar begrenset

rom. På den andre siden, det totale som fungerer gjennom de makrokosmiske grove, subtile og kausale kropper, er allvitende (sarvajna), allmektig (sarvasaktiman) og allestedsnærværende (sarvayapi).

Forskjellen mellom individet og det totale er på mange måter i direkte strid, med Det totale, Skaperen og individet, skapelsen. Kanskje er Vedantas grunnleggende lære til tross for disse overfladiske forskjellene (bare på grunn av forskjellene i de reflekterende medium), er individet og det totale sinn essensielt den samme bevisstheten, som viser seg i forskjellige uttrykk. Dette er essensen av ikke-dualitet. Dualitet er bare en tilsynelatende komst. Enhver erklæring, som avslører denne enheten blir kalt en mahavakya. Det er mange mahavakyas i Upanishadene, men generelt sett er det fire hoved eksempler, valgt ut fra hver Veda.

<u>Veda</u>	<u>Upanishad</u>	<u>Mahavakya</u>
Rig Veda am Brahma)	Aitareya Upanishad	Bevissthet er selvet (Prajnan-
Yajur Veda mi)	Brihadaranyaka Upanishad	Jeg er selvet. (Aham Brahmas-
Sama Veda	Chandogya Upanishad	Du er det. (Tat Tvam Asi)
Atharvana Veda	Mandukya Upanishad	Dette begrensede selv er det universelle
selvet (Aya Atma Brahma)		

Refleksjon på disse konsise, kraftfulle erklæringene er essensielle til forståelsen av Vedanta-undervisningen. Denne kunnskapen alene, ikke-dualitetsvisjonen som avslørt av Vedaene, frigjør en person fra samsara (bindinger til verden). Alle de andre praksisene av det spirituelle livet, som bønner, meditasjon og chanting, kan bringe med seg midlertidig lindring fra livets lidelser. En permanent løsning kan bare bli funnet ved å assimilere kunnskapen av den essensielle livets enhet: av subjekt og objekt; den erfarende og erfaring; individet og det totale. På tross av mangfoldigheten av refleksjoner som viser seg i forskjellige mønstre og former, er det originale lyset alltid det ene og det samme. I det neste kapittelet 4 går jeg mer grundig til verks i forbindelse med emnet Manifestasjon – Upersonlig Skaper – Makrokosmisk Kausale – Det Totale Sinn.

Det Manifesterte og Umanifesterte Universet

Forståelsen at alt er gjennomtrengt av Det Totale Sinnet og er videre foredlet i Bhagavad Gita og Upanishadene. De avslører at denne all-kunnskap og all-kraft var tilstedeværende før skapelsen i dens umanifesterte, udifferensierte potensielle form kalt for Maya. Det betyr at skapelse er syklisk i dens natur. Denne all-kunnskap og all-kraft manifesterer kontinuerlig som seg selv gjennom skapelse, alle navn og former, og når universet av navn og former entrer i en umanifestert tilstand, forblir den tilstedeværende.

Bhagavad Gitas og Upanishadenes holdning til Det Totale Sinnet, årsaken, som er tilstede både i det manifesterte og i potensialform er støttet av undersøkelsen av hva som er tilstede nå. Hvis vi ser på nuet, skifter ting kontinuerlig fra en umanifestert tilstand til en manifestert tilstand. I løpet av brøkdelen av et sekund, utgjør kroppens celler og alle partikler hvert objekt og vesen, viser seg og forsvinner ustanselig. Ingenting er statisk i universet. Det er all-kunnskap som gjør det mulig for disse konstante endringene og forbinder de manifesterte navnene og formene til det umanifesterte potensialet.

Vi kan lede hva som skjer nå til skapelsens begynnelse når tiden i seg selv startet. Vi kan sette pris på at det må ha vært all-kunnskap i dens potensiale, umanifesterte tilstand selv før Det Store Smellet. Logisk sett kan ikke skapelse komme fra ingenting. All-kunnskap og all-kraft var i dens umanifesterte tilstand. Den samme all-kunnskap og all-kraft ble både skaperen og materialet fra hvor alle navn og former skjedde.

I Bhagavad Gitas visjon, har det vært uendelige skapelsessykluser og oppløsninger av universet. Hele universet var i en umanifestert tilstand før den nåværende manifestasjonen, og vil igjen bli umanifestert. Det er slik vi tenker om skapelsen. Slik at vi kan ikke postulere at det var ingenting og at alt kom fra ingenting. Kunnskapen som kreves å forårsake universet var i dens potensielle tilstand, som igjen manifesterte i universets form fulgt av en spesifikk orden. På grunn av den nåværende orden gjør at fysikere og kosmologer kan gå tilbake til alle store steg i universets evolusjon slik at formasjonen av fortette elementer i stjerner, galaksefødselen og planeter fra nå til så langt tilbake som et visst antall sekunder av Planck-tiden etter det store smellet (big bang).

Det innebærer hva astrofysikere og kosmologer har anslått gjennom det tyvende århundret til å være universets alder, 14 milliarder av år, er bare historien av den nåværende skapelsessyklusen. Fysikere sier at de bare kan beskrive hva som skjedde sekunder etter Det Store Smellet. Denne tidsperioden blir kalt for Planck-tid, når universets diameter var 10-33 centimeter, som blir referert som Planck-lengde. De innrømmet uten vanskeligheter at de ikke vet hva universets natur er eller dens karakteristikk før Planck-tiden, fordi kjente fysiske teorier ikke er gyldig mer bakenfor Plancks mur. Ifølge Bhagavad Gita var all-kunnskap (Det Totale Sinnet) tilstedeværende bakenfor Planck-muren.

Universet er relativ og ikke absolutt når det gjelder virkelighet

Det er essensielt å forstå at tilstedeværelsen av all-intelligens i formen av en orden gjør ikke verden absolutt virkelig for oss. I oppdagelsen av Det Totale Sinn sin tilstedeværelse i universet, så vi at alt i universet bare er tilsynelatende og tilslutt oppløser seg i en all-intelligens. Hvorvidt det er et levende vesen eller et livløst objekt, oppløser alle objekter inn i former inni former. Vi kan ikke finne substansen fra hvor alt som er manifestert blir til. Vi kan heller ikke hevde at alle objekter ikke eksisterer i det hele tatt. Det betyr at vi verken kan hevde at alle objektene i universet er absolutt virkelig og vi kan heller ikke forkaste dem som uvirkelig.

For å løse dette paradokset, introduserer Bhagavad Gita og Upanishadene to ontologiske terminologier for å beskrive et objekt når det gjelder virkelighet. Første ordet er satyam, som eksisterer uavhengig, og det andre ordet er mithya, det som avhenger av noe annet, som er satyam, for dens eksistens. Hva vi har oppdaget er at alle former, som utgjør universet er empirisk sant, men løser seg inn i noe annet ved gransking. Siden hver form avhenger av sin eksistens på en annen form, har hver form en utelukkende avhengig virkelighet, og er derfor mithya når det gjelder virkelighet. For eksempel, er et bord mithya, fordi det kan ikke eksistere uten tre. Tre er også mithya, fordi det avhenger av atomer for dens eksistens, og atomer på partikler og så videre. Hvis hver form er mithya, hva er virkeligheten på hvor hver form er avhengig av?

All-kunnskap og all-kraft er satyam med referanse til alle former, inkludert tid og rom. Det er derfor, når vi ser på hver form, at vi finner tilstedeværelsen av all-gjennomtrengende intelligens, som viser seg som atomer, molekyler, fibre, tre og bord. Kilden til all manifestasjon er bare at all-kunnskap og all-kraft fra hvor alt har selv kommet. Ting som ikke er manifestert akkurat nå vil bli manifestert et sekund fra nå eller i en million år, ifølge en spesifikk orden, som hviler tilslutt i den samme all-kunnskap og all-kraft. Hvis Bhagavad Gita og Upanishadene sa at alt oppløste i all-kunnskap og kraft, kunne vi like godt spørre når begynte dette vesenet i seg selv. Dette kommer fra en lineær tankegang. Vi sier at all-kunnskap og kraft er alltid her, siden den ikke er avhengig av skapelsen, som er i tid og rom. Den manifesterer seg som navn og former i løpet av skapelsen, og blir igjen umanifestert potensiale ved oppløsningstiden.

En annen måte å forstå faktumet at universet ikke har noe absolutt virkelighet er å erkjenne at vi kan ikke finne begynnelsen av noe i verdenen. Derfor er det grunnen til at det alltid er spørsmål om hvem kom først, faren eller sønnen? Høna eller egget? Treet eller frøet? Vi kan ikke komme på noen kategoriske eller bestemt svar. Faren kan ikke eksistere uten å være sønnen. Sønnen kan ikke eksistere uten faren. En kan ikke etablere kronologisk over hvem som kom først, selv om et eller annet sted underveis kommer sønnen fra faren. Hvis vi ikke kan finne en lineær begynnelse til noe som er her og hvis vi postulerer en begynnelse for universet, er vi bundet til å bli konfrontert med en motsetning som er uløselig.

Analysen overfor styrker vår forståelse at dette universet ikke er noe annet enn en manifestasjon av all-kunnskap og kraft. Og inni den såkalte manifesterte skapelsen finner vi et pågående samspill av det manifesterte og det umanifesterte.

For å oppsummere hva Upanishadene og Bhagavad Gita avslører hva som er universets årsak, Det Totale Sinnet (Isvara) er ikke et trosspørsmål. Når vi gransker skapelsen, kan vi si at det er intelligens, som gjør det mulig for alle lovers nettverk til å jobbe i harmoni hvert sekund, som gjør universet hva det er. Vi ser at hele skapelsen er intelligent satt sammen. Faktumet er at alle kunnskapsdisipliner, fysikk, biologi, kjemi er et uttrykk av denne intelligensen, som gjennomtrenger den empiriske verdenen. Vi kan også sette pris på at det er den samme intelligensen som gir en menneskehjerne kapasiteten til å ha kjennskap til universet gjennom persepsjon og forskjellige former for resonnement.

For å undersøke virkeligheten av hvert objekt, finner vi ut at det bare er en form inni en form inni en form. Hver form eksisterer bare som en. (det totale). All-kunnskap og all-kraft aktiverer alt inkludert tid og rom, til å manifestere på en spesifikk måte, og viser seg som om de er solide vesener eller virkelige objekter.

Derfor er lovene som med følbare objekter, som ser ut til å være regjert av lover, ikke er noe annet enn et Totalt Sinn. Verken skapelsen, ei heller ethvert objekt, verken tid- eller romstrukturen nyter absolutt virkelighet, siden de oppløser i en all-kunnskap.

Det kan se ut som fra alle analysene overfor at all-kunnskap og all-kraft er den endelige sannheten, satyam, hvor hele universet manifestert eller umanifestert avhenger av. Det er bare provisorisk sant. Det er en endelig virkelighet hvor selv Det Totale Sinnet avhenger for dens eksistens.

Å løse likningen – Bevissthet, sannheten av det individuelle og Det Totale Sinnet

Bhagavad Gitas visjon er ikke bare å vise årsakens natur, men å avsløre til deg, individet, at du er det, tat twam asi. Du, individet, er likestilt det, Det totale Sinnet. Men hvordan kan Jeg være Det Totale Sinnet? Hvordan kan Bhagavad Gita likestille meg, med min individualitet, begrenset kunnskap og kraft til Det Totale Sinnet, årsaken til hele universet med all kunnskap og kraft? Det er sant at det er en forskjell: Jeg er begrenset i min kapasitet, kunnskap og kraft på alle måter, hvor Det Totale Sinnet er all kunnskap og kraft.

Imidlertid ifølge Upanishadene og Bhagavad Gitas visjon, er det bare en tilsynelatende forskjell og er noe som kan bli løst ved gransking. For eksempel, i en likning som $E=mc^2$, energi=materie, to sider er ulike. Men ved gransking, forstår vi at materie transformerer inn som energi og motsatt, slik at forskjellen mellom de to bare er tilsynelatende og ikke virkelig. På samme måte, kan ikke identiteten bli funnet i den umiddelbare betydningen av de terminologier av likningen, individet og Det Totale Sinnet, men bare i deres underforståtte betydning, som avslører at begge er grenseløs bevissthet.

Individets intelligens avhenger fullt ut av bevissthet for dets eksistens. Uten bevissthet er det ingen tanke. Innholdet av hver tanke, om det er følelse, minne, kognisjon eller Jeg-sansen, er bevissthet. Mens bevissthet er fullstendig uavhengig av vår egen intelligens, er den alltid i tanke så vel som i stillhet.

Hvis vi undersøker forholdet mellom Det Totale Sinnet og bevissthet, finner vi at det er en og det samme. Det Totale Sinnet, all kunnskap og kraft, universets årsak, gjennomgår kontinuerlige endringer hvert øyeblikk. Denne all-kunnskap manifesterer seg som en orden, endrer til å inneholde nye variabler og oversetter dem inn i tilsvarende resultater. Denne all-kunnskap og kraft kan ikke eksistere uten bevissthetens tilstedeværelse. Mens bevissthet er uforanderlig, skjer alle endringer i all kunnskap. Den er også uavhengig av og er uforanderlig i vår individs intelligens eller all-intelligens. Verken vårt individs

intelligens ei heller all-intelligens kan eksistere uten bevissthetens tilstedeværelse. Det betyr at bevissthet, er virkeligheten som viser seg som universet og som et individuelt vesen inni den, uten å endre seg. Bevissthet er satyam-sannheten, som eksisterer uavhengig av alt. For å oppsummere, i virkeligheten er det bare en bevissthet. På den ene siden viser den seg som individet (kropp-sinn-sanse komplekset) og på den andre siden som Det Totale Sinnet, lovene som styrer universet av former og former i seg selv. På det empiriske nivået, er det en forskjell mellom individet og det totale, som er all kunnskap og kraft. Men når det gjelder virkelighet, avhenger begge av bevissthet for deres eksistens. Bevissthet-satyam er den ultimate ikke-dualistiske virkelighet, som eksisterer uavhengig. Med andre ord, har ikke bevissthet endret seg for å skape universet.

For å forstå dette bedre, la oss ta eksempelet av bølge og havet. Bølgen kan forstå at bølgen er vann og havet er vann. Det er bare vann som viser seg i formen av bølger og også som havet. Ved å forstå at alt som er her er bare vannet, kan bølgen si : «Jeg er havet», «Jeg er alt som er her», fordi forskjellen mellom bølge og havet gjelder bare formen. Når det gjelder dens innhold, er begge former den samme-bare vann.

Når denne identiteten mellom individet og Det Totale Sinnet er forstått, går sansen av begrensning og binding født ut av identifikasjon av kropp-sinn-sanse komplekset bort. Vi forstår at vi er bevissthet og at alt som er her er oss, en ikke-dualistisk grenseløs eksistens-bevissthet.

Det trengs å understreke at denne likningen mellom individet og Det Totale Sinnet betyr ikke at vi er en del av Det Totale Sinnet. Bølgen er en del av havet, men vi er ikke en del av Det Totale Sinnet. Hva som er en bølge er vann og havet er også vann. Alt som er her er ett vann, som viser seg i ulike former. På vannets nivå er det ingen virkelig splittelse.

En annen vanlig misforståelse er at ved å grave dypere og dypere i universet og oss selv kan vi komme til bevissthet eller absolutt virkelighet. Det er ingen substans å oppdage. Faktumet er at hvor enn der er mithya, er det også hvor satyam er: en trenger ikke å gå hvor som helst. For eksempel, trenger du ikke gå dypere inn i bølgen for å komme til vannet. Hvor enn det er bølge, er der vann. Hele bølgen er gjennomtrengt av vann; faktumet er at det er ikke noe annet enn vann, bølgeformen er bare en tilsynekomst.

Oppmerksomheten trengs også å bli trukket ved de store forskjellene mellom hva Bhagavad Gita avslører og hva noe moderne undervisninger sier om Jegets natur. I våre dager, ideer om enhet, av det å være grenseløs, er framlagt i noen kretser. Selv om den endelige visjonen er sann, gjør de tradisjonelle undervisningene i Bhagavad Gita og Upanishadene studentene i stand til å assimilere undervisningen på korrekt måte. Uten en ordentlig analyse, er det en fare for at vi forblir i vår tilstedeværende Jeg-sans i Kropp-sinnsansekompleset og overlapper grenseløshet på den. Det er en overfladisk forståelse og vil høyt sannsynligvis virke mot sin hensikt, siden den får studenten til å gå mer subjektiv enn før. Uten ordentlig gransking blir det en uansvarlig repetering av noe, som ikke gjør noe for deg. Faktumet er at det setter deg i en blindvei. Enda en feilaktig måte hvor grenseløshet er formidlet på er å hevde at hele universet vil komme sammen for å levere deg noe du ber det om. Det er hevdet at du har grenseløs kapasitet til å påvir-

ke utfallet i ditt liv, så vel som globalt. Mens det er sant at din tenkemåte har mye med å gjøre hvilket type liv du har, og det er feilslutning å tro at vi kan få hva vi ønsker oss hele tiden.

En ytterligere hovedforskjell mellom den tradisjonelle Bhagavad Gitaundervisningen og noen moderne undervisninger er at moderne undervisninger nevner ikke Det Totale Sinnet, årsaken, som manifesterer seg selv i formen av den storslagne ordenen. Det er en tendens til å fullstendig forbigå granskingen i universets årsak og bare fokusere på Jeg er grenseløs. Den tradisjonelle undervisningen analyserer grundig universets årsaksnatur. Vi ignorerer vårt forhold med det totale (årsaken). En bølge kan ikke se bort fra tilstedeværelsen av havet, ganske enkelt fordi det er der. Tilslutt kan bølgen akseptere forskjellen mellom seg selv og sannheten er vann. Men hvis vi forbigår dette faktumet, mister vi et essensielt steg i å gjenkjenne vår plass i den store planen av ting.

Å anerkjenne tilstedeværelsen av årsaken i formen av en orden får oss til å realisere at på det empiriske nivået, bidrar vi i universet. Vi bidrar i skapelsen ved å gi vår innspill i handlingsform og ordenen produserer utfallet. Vi kontroller verken alt, ei heller er vi totalt hjelpeløse. Vår grenseløshet må bli forstått på tross av vår tilsynelatende begrensning når det gjelder vår individualitet og vår relative plass i universet som et individuelt vesen.

Tilslutt, å ha kjennskap til den grenseløse naturen av oss selv er ikke oppnådd gjennom plutselig innsikt i dyp meditasjon. Det er vanlig å tro på at noe klikker et sted mens man mediterer og som et resultat at vi er opplyste. Det er vanlig menneskelig tendens å søke umiddelbare løsninger og det er farlig. Upanishadene og Bhagavad gita presenterer svaret og for å forstå dette, må vi gjøre grundig gransking om tingenes natur, og analysere mange aspekter for å komme til faktumet at alt som er her er bevissthet, satyam som er Det Totale Sinnet og det er essensielt ingen forskjell mellom Jeg og Det Totale Sinnet siden kunnskapen som at alt som er her er Det Totale Sinnet har så mange forskjellige nyanser for å bli forstått, krever det at vi ser igjen på våre liv og innretter oss til vi er totalt transformert.

Vi kan ikke omgå vårt forhold til det totale

Mange studenter av Bhagavad Gita og Vedanta forstår ikke viktigheten av å relatere til årsaken for våre personlig utvikling. De vurderer at deres hovedjakt er å oppdage den grenseløse Jeg-naturen. Siden både årsaksstatusen (Det Totale Sinnet) så vel som sinnets natur er relative i natur, trenger vi ikke å ta hensyn til dem.

Hvis vi forsøker å unngå eller omgå personlig vekst, vil ikke vår jakt være fullstendig, verken på det kognitive eller på det emosjonelle nivået. På det kognitive, kan vi ikke hevde at vår gransking i virkelighet og på samme tid ignorere gransking i årsaksnaturen og vårt forhold til den. Å være i kontakt med virkelighet kan ikke være delvis, som betyr å leve til hva som er hele tiden. Slik som bølgen ikke kan unngå dens relasjon med havet eller det totale, kan ikke individet overse dets forhold med årsaken, fordi begge løser seg

opp tilslutt i den ene grenseløse bevissthet. Å leve i virkeligheten betyr at vi må sette alt der de hører hjemme. Det er hva vi kaller kunnskap.

For det andre, på det emosjonelle nivået, å si at vi er grenseløs bevissthet hjelper oss ikke å utvikle som et menneske. Å forstå at Jeg er grenseløs bevissthet gjør ikke nødvendigvis at vi undersøker vår etikk eller vår atferd: Ei heller gir det oss veiledning for vår transformasjon. Vi finner oss selv i et univers hvor vi må samhandle, kommunisere og handle. Vi kan ikke si at Jeg er bevissthet, i motsetning fra kropp-sinn-sanse komplekset; derav ingen regler eller normer for å samhandle med andre gjelder meg. Hva en må huske på er at den tilsynelatende verdenen krever et passende respons fra vår side. For å respondere passende, trenger vi modenhet. Vi trenger å forstå en hel del fra livet før vi blir skikket til å holde på den endelige visjonen med klarhet. Denne modenhet kommer ikke automatisk. Vi trenger å sette i gang prosessen av selvutvikling og jobbe med den.

Vår oppfatning om at vi er individer er så sterk at det å gi slipp på det trenger vi å oppdage forbindelsen med det totale. Bare å være oppmerksom på årsaken er ikke nok. Veksten som Bhagavad Gita snakker om inneholder verdsettelsen av Det Totale Sinnet, som en storslagen orden, som gjennomtrenger universet inkludert vår eksistens og hvert aspekt av vårt liv.

I tillegg, finner vi mennesker oppfinnsomme måter å rettferdiggjøre å opprettholde de samme etablerte trossystemer og holde på våre gamle atferdsmønstre. Vi kan forvrengte at vi lærer for å overbevise oss selv om at vi forstår, at vi utvikler oss. Vi kan skape en slags komfortsone uten å virkelig endre på mye grunnleggende. Å bringe Det Totale Sinnet inn i våre liv er kritisk. Kontinuerlig vilje til å se i oss selv og utfordre vår eksisterende forståelsesmodeller er avgjørende til vår transformasjon.

I Bhagavad Gita underviser Lord Krishna Arjuna at Jeg er grenseløs bevissthet, som er altgjennomtrengende. Kan Arjuna bruke undervisningen av grenseløs bevissthet til å ikke krige? Kunne Arjuna si at siden Jeg er grenseløs bevissthet, vil jeg ikke gjøre noe? Nei. På samme måte er våre handlingsvalg krevd forskjellige sett av kriterier til oss for å vurdere den situasjonen og gjøre passende valg. Til det, må vi bruke vår årsaksforståelse og vårt forhold til det. Et intelligent nettverk forbinder alle sammen. Den leverer infrastrukturen på en slik måte at symbiotiske handlinger kan skje. Vi må få oss til å tenke på at den bevisste årsaken, som forbinder oss med alt annet i universet.

Det Totale Sinnets lover er slik at hvis vi ikke har håndtert våre grunnleggende problemer, vil situasjoner fortsatt dukke opp i våre liv som vil drive oss til å oppdage våre forvrengninger og håndtere med våre dysfunksjonelle atferd og korrigere dem slik at vi kan gjøre framskritt i våre emosjonelle liv. Ofte ignorerer vi ledetråder og vi fortsetter å oppføre oss på en uansvarlig måte og vår subjektivitet dukker opp eller til og med forsterker. Forståelsen av vårt forhold til Det Totale Sinnet og innlemme den forståelsen i våre atferd er essensielt til å unngå mer komplikasjoner og stress i livet.

Personlig veksts relativitet

Vi trenger å strebe etter selvutvikling og være oppriktig i vår spirituelle jakt, men på samme tid trenger vi å unngå å bli besatt av selvperfeksjon. Sinnet er et fantastisk instrument, som hjelper oss til å oppnå kunnskap og uttrykke følelse. Bhagavad Gita underviser oss imidlertid at tankene, som utgjør vårt sinn endrer seg hele tiden. Derfor er det urealistisk å sette mål om at vi vil aldri igjen vil ha en upassende tanke eller følelse.

Poenget med sinnets relativitet kan også være verdsatt gjennom å huske betydningen av ordet *mithya*. I den empiriske verdenen hvis virkelighet er *mithya*, kan vi ikke finne absolutt perfeksjon. Vi kan ei heller forvente at sinnet bare skal inneholde spesifikke tanketyper, ei heller kan vi finne en årsak for hver tanke som dukker opp. Ja, vi trenger å fortsette å jobbe med sinnets klarhet, men til slutt må vi oppløse alle våre begrensninger og hjelpsløshet i oppdagelsen av Det Totale Sinnets orden. Som med alt som er *mithya*, når vi går inn i årsakene bak sterke følelser, finner vi oss selv i å gå videre og videre og det er ingen slutt på dem. Til slutt må vi oppløse det i Det Totale Sinnet (Isvara).

Vi kan si at på tross av å forsøke veldig hardt å komme over vår lidelse, kommer lidelsen tilbake om og om igjen. At vi må erfare denne følelsen for en bestemt tidsperiode er også en del av orden. Sammenhengen av tidligere hendelser og følelser, som lidelser stammer fra er for mange og for komplekse for oss til å være i stand til å favne hele arbeidet av vårt sinn. Vi må slappe av i bevissthetens tilstedeværelse av den storslagne ordenen og la disse følelsene gradvis avta i deres eget tempo.

Swami Dayananda brukte å si at hvis vi var redd av vår frykt, ville vi aldri være i stand til å komme over frykten. Eneste måten vi kan bli fullstendig fri fra frykt er å akseptere og hilse den velkommen. Vi kan si at Jeg omfavner frykten, Jeg er ikke redd for å erfare frykt. Å gjøre det aksepterer vi hver følelse som en del av ordenen og vi oppnår kognitiv rom med referanse til vår frykt. På denne måten kan vi takle frykten objektivt og frykten vil forsvinne naturlig siden den vil miste dens kraft til å ryste oss.

Vi må ha nok klarhet og ro hvis vi skal oppnå evnen til å sette pris på hvor langt en skal gå inn og finne årsak til å endre vår måte å se på ting. Slik som den utvendige verdenen ikke kan bli favnet fullstendig, det samme med vårt indre liv kan ikke bli favnet fullstendig. Eneste måten å løse det på er å verdsette at alt som er her er Det Totale Sinnet.

Tilslutt vil vi finne absolutt ro gjennom bare den andre dimensjonen av denne undervisningen, som avslører selvet, Jeg som totalt fri fra alle sinnets preginger. Denne prosessen av å bringe tilbake inn i vår bevissthet igjen og igjen, Jegets ultimate virkelighet, som er forskjellig fra våre sinnsmodus, blir kalt for *nididhyasana*. Det må være en fin balanse mellom å håndtere våre følelser på det emosjonelle nivået ved å se på årsakene og prøve å gjøre om ens forvrengte syn; og på den andre siden å se den ultimate virkeligheten av vår eksistens totalt fri for lidelser. Bare når følelser er håndtert på det emosjonelle nivået er vi klar til å se den emosjonelle livets relativitet og dvele i den ultimate virkelighetsvisjonen. Ved å repetere til en selv at vi ønsker å bli fri fra alle begrensninger har ikke stør-

re verdi enn ønsketenkning.

For at vår nye visjon skal virke for oss og bringe med seg endringer på en måte vi lever på, trenger vi å ytterligere analysere den overordnede ordensideen og forsøke å bryte dette store konseptet inn i biter. Dette betyr å plukke ordenens kunnskap ytterligere, å se nyanser og se dens anvendelse i en spesifikk livssituasjon. Ingen livsaspektre kan forbli uberørt av Det Totale Sinnets forståelse, som betyr oppdagelse av ordenen og av tiltro.

Personlig utvikling og visjonen

Noen oppdagelser kan endre våre liv på en grunnleggende måte. For eksempel, har oppdagelsen av penicilin økt forventet levealder betydelig. Mange tidligere uhelbredelige livstruende sykdommer kan nå bli forhindret eller kurert med vaksiner. Men til tross for betydelige utvikling med tanke på menneskets helse, og mange andre disipliner, har ikke vitenskap og astronomiske oppdagelser av det siste halve århundret endret måten vi ser på verden og vår plass i den. For eksempel, har kvantefysikk vist at verden ikke er så begripelig som vi en gang tenkte; men har ikke gjort oss mindre materialistiske, fordi vi har ikke stoppet opp til å tenke over innvirkningen slike oppdagelser har på vår verdensvisjon. Istedenfor å innlemme dem i våre liv har vi holdt dem separat og fortsatt tenkt at de ikke er relevante.

På samme måte krever visjonen som er utfoldet av Bhagavad Gita og Upanishadene et bevisst forsøk på forståelse og reorientere vårt syn på universet, Jegets natur og universets årsak. Selv om vi oppnår ny forståelse som et resultat av granskingen i disse grunnleggende spørsmål, finner vi fortsatt ut at vi ikke innlemmer de nye innsiktene i våre daglige liv. Å takle ønsker, i hvordan vi velger å handle og reagere med andre og i å vite hvordan fortsette i forskjellige situasjoner, kan det hende at vi fortsetter å gjøre som før. Slik at Bhagavad Gita understreker at etter å ha blitt eksponert til undervisningen, at vi i det minste må gjøre en bevisst og pågående forsøk på å reorientere oss selv. Hvis vi ikke gjør det ender vi opp med å leve parallelle liv, hva vi forstår er en ting og hvordan vi handler er ganske annet. For at undervisningen skal virke for oss, trenger vi å undersøke vår nåværende verdisystem og endre det radikalt. Det er en anstrengelse involvert her. Det er et stort steg og det kan ikke bli omgått. Det vil man se mer om i neste del om verdier.

I kapittel 4 går jeg enda mer i dybden av emne skapelse, manifestasjon, upersonlig skaper og det kausale. Kvantefysikkens gåtefulle implikasjoner har også noen paralleller til Vedantas ståsted om skapelse og manifestasjon. Det kan du lese mer om i kapittel 5.

11. VERDI AV VERDIENE

Verdier et annet selvkunnskapsmiddel

Spirituelle praksiser er nyttig for å roe ned sinnet, men de klargjør ikke sinnet for selv-kunnskap. En trenger ikke å være moden eller en person med moralsk sans for å puste på en spesiell måte eller vri ens kropp i en yogapositur. Et klargjort sinn reflekterer på ikke-dualistiske verdier og etiske holdninger. Verdier er et primært middel for å klargjøre sinnet for gransking. Spesielle praksiser er sekundære/underordnede. Kunnskapen av verdier er ikke selv-kunnskap. Det er et middel og selv-kunnskapen er slutten.

Selv-kunnskap skjer ikke nødvendigvis når den passende verdien er tilstede, men det kan skje. Uten den rette verdistrukturen, så vil selv-kunnskap kanskje ikke skje og hvis det skjer, så vil det være grunnleggende ubrukelig.

Universelle verdier og Dharma

Dharma er læren om universets lovmessighet, orden og etiske grunnregler. Dharma er din beste venn og som de vediske skriftene kaller det som, din beskytter. Dette er et rettmessig univers, et dharmafelt og ved å leve i harmoni med disse lovene, lever du i harmoni med Det Totale Sinnet. En karma yogi forstår faktisk at dharma er Det Totale Sinnet. Det Totale Sinnet kontrollerer Maya, som er prinsippet som avgjør, setter og ved- likeholder de universelle lovenes vev, som omfatter Skapelsen.

Når du spiller på lag med lovene og følger den passende dharma, som relateres til din kropp, sinn, miljø, livets omstendigheter og andre mennesker, vil du ha tendenser av positive resultater. Livet flyter, og du unngår for mye ulykker og du kultiverer sinnsro nødvendig for en suksessrik Selvgransking. Ditt liv blir en Dharmadans, og slik at hver handling blir en hengivenhetshandling til Det Totale Sinnet. «Når du er drevet av dine liker og misliker, handler du bare for din skyld, mens derimot hvis du ofrer dine liker og misliker og handler med dharmaoppmerksomhet gjør du det for Det Totale Sinnet» -Swami Dayananda

Utdrag fra boka Value of values (Verdi av verdiene) – Swami Dayananda

Utdrag fra side 148: «Selv om verdikunnskapens hovedmål, som fortalt av Lord Krishna til Arjuna i Bhagavad Gita, er for å forberede sinnet til selv-kunnskap, når de totale verdiene av disse verdiene er forstått, ser en disse holdningene ha den høyeste personlige verdien for alle. Verdikunnskapen velsigner og gjør både sinnet til de daglige problemene og den oppriktige søkeren mer effektiv. Hverdagssinnet med sine problemer søker fullstendighet i søken av sikkerhet og nytelse, mens derimot kunnskapssøkerens (mumukshu-jinasu) søker for frigjøringens skyld, som har skjelnet håpløshetens av begrensede mål og midler, søker han/hun fullstendighet gjennom å oppnå selv-kunnskap, gjennom vedantaundervisningen.

Å handle i harmoni med dharmordenen

Ifølge Bhagavad Gita, er den første normen i overenstemmelse med universelle verdier eller dharma. Universelle verdier kan bli definert som de verdier som vanligvis er forstått og akseptert av alle, og som former et grunnlag for vårt atferd i samfunnet. For eksempel ønsker ingen å bli lurt, eller løyet til eller bli skadet. Vi vet at andre ikke forventer å bli lurt, skadet eller løyet til. Uansett om hvorvidt vi kommer fra India, USA, Europa, Afrika eller Australia – fra en storby eller en liten landsby, fra en rik eller fattig familie, alle er utrustet med denne kunnskapen. Hvis dette er en felles kunnskap av alle, da blir det en universell verdi og burde forme grunnlaget for vår atferd.

Problemet er at vi alle strever å følge disse verdiene. Vi kan ta et eksempel om en offentlig ansatt, som har muligheten til å ta imot bestikkelse, han ville kanskje si til seg selv at ved å lyve, ville han oppnå et stort pengebeløp, og nekte for bestikkelsen. Han velger å ta pengene. Mange av oss ville kanskje se på dette på samme måte. Å gi råd til å følge universelle verdier vil sannsynligvis endre vår atferd. Eneste måten noen kan påvirke endring i vår atferd er å sette noe annet i likningen for å få oss til å se den enorme størrelsen av tapet ved å ikke følge den universelle ærlighetsverdien. Bhagavad Gita peker på at når vi går mot en verdi, uansett hvor mye vi prøver å rettferdiggjøre det, kan vi ikke unngå en skyldfølelse. Skyldfølelse skaper en konflikt og gjør oss urolige og bekymret. Hvis det er en kortvarig skyldfølelse, kan vi lett avlede vår oppmerksomhet ved å se på tv eller lytte til musikk eller gå på kino. Men virkeligheten er ikke så enkelt. Når vi går på akkord med en verdi, er det sannsynlig at vi vil gjøre det igjen. Denne repeterende feilen til å rette seg etter universelle normer vil få oss til å holde på skyldfølelsen og dette leder til mer problemer slik som lav selvfølelse, som igjen leder til at vi er mindre lystig og glad.

Å gå på akkord med verdier påvirker også vår verdensvisjon. Vi blir mer bevisste på faktumet at vi kan overskride verdiene, og andre kan gjøre det samme. På denne måten kan vi bli mistenksomme eller kyniske om verdenen generelt sett. Det er vanskelig å leve i verden hvor vi tror vi ikke kan stole på noen eller noe. Slik at ved å akseptere bestikkelsen, når den dukker opp på overflaten for å oppnå noe, er egentlig et stort tap. Analysene overfor foreslår uunngåeligheten av tapet på det psykologiske nivået. Imidlertid utfordrer mange dette synet ved å peke på at de vet at mange mennesker, som ikke følger verdiene, men ser ut til å ha et veldig lykkelig og komfortabelt liv med en stor bil, et stort hus og alle andre gleder. Virkeligheten er at vi kan oppnå mange ting kortsiktig ved å svindle, men objektsakkumuleringene er ikke alltid likestilte til lykke. Ingen kan gå inn i sinnene på mennesker for å se hvilke typer konflikter, prøvelser og lidelser som skjer. Poenget er ikke at en ikke burde ha bekvemmeligheter og rikdom. Spørsmålet er hvordan vi oppnår dem. Hvis rikdommen er oppnådd gjennom etiske lovlige midler og hardt arbeid, da er det ingen problem.

Det er ikke sånn at rike mennesker er ulykkelige og fattige mennesker er lykkelige. Hva som avgjør vår kapasitet til å nyte og ha et godt liv er i hvilken grad vår sinn er fri fra konflikt. Dess mer vi overskrider universelle verdier, dess mindre er vi i stand til å nyte

livet selv om vi kan være omgitt av mange dyre eiendeler. Her kommer, forståelsen av Det Totale Sinnet i formen av dharmaordenen eller universelle verdier, som hjelper oss til å forstå at erfaring av konsekvenser av hver handling, som vi har valgt er uunngåelig. Ingen kan unnslippe eller slå lovene, som er av natur ufeilbarlige. Bhagavad Gita snakker også om de usynlige resultatene av våre handlinger, som kommer til individet på et tidspunkt i fremtiden. Det betyr at hver handling har to typer av resultat: Synlige (som skjer umiddelbart) og usynlige (som ikke er kjent nå siden det vil produseres i fremtiden). De usynlige resultatene er videre delt opp som punya (behagelige hendelser eller situasjoner, som stammer fra passende handlinger) eller papa (vanskelige hendelser som er resultat av verdioverskridelser). Hver gang vi går imot en universell verdi, resulterer det ikke bare i skyldfølelse, lav selvfølelse og et negativt verdenssyn og så videre (synlige resultater), leder det også til å møte motgang eller hindringer i fremtiden.

Skeptikere argumenterer mot de overnevnte premisser på at våre handlinger leder til tilsvarende resultater i fremtiden, som er kjent som karmateorien, og hevder at slik forbindelse ikke kan bli bevist. Selv om det ikke er noen bevis for at alle handlinger, resultater som føres videre og oppnådd i fremtiden, er det veldig sannsynlig fordi hvert fag: Om det er fysikk, fysiologi, biologi, aksepterer tilstedeværelsen av årsak-virkningsforholdet.

Siden det er tilfellet, er det ingenting som kan hindre oss fra å akseptere tilstedeværelsen av den vedvarende årsaksskjede (handling) og virkningsforhold (resultater) med referanse til hendelser i vårt liv. Hvis vi aksepterer tilstedeværelsen av ekstra kausalitet i formen av ugunstige usynlige resultater, da vil naturligvis det å gå imot den universelle ordenen av etiske verdier eller dharma være en veldig dårlig avtale.

Universelle verdier er ikke absolutte, men relative.

Bhagavad Gita forteller oss at verdier er universelle, men ikke absolutte og det betyr at det er ekstraordinære omstendigheter hvor disse verdiene trenger å bli tolket forskjellig. Det vanlige eksempelet på denne relativiteten handler om en tyv som jakter en uskyldig person. Denne uskyldige personen kommer til vårt hus og spør om overnatting og vi lar han komme inn. En tyv banker på døren og spør om vi har sett noen løpe bort. Hvis vi forteller sannheten, vil tyven bedra en uskyldig person. Å lyve er å foretrekke for å beskytte denne uskyldige mannen for å bli skadet. Det er mange slike saker hvor verdier må bli tolket. For eksempel hvis noen er uhelbredelig syk, og kommer til å dø snart. Burde vi fortelle dem om dette? Det vil avhenge av flere faktorer slik som den psykologiske sammensetningen og situasjonene som personen er plassert i.

Vår evne til å tolke verdiene riktig er kritisk for å leve effektivt. Et eksempel på en manglende evne til å tolke verdier nøyaktig kan lede til feilaktige handlingsvalg er veldig innlysende når vi ser på valget av Bhishma til å slå sammen med Duryodhana i Mahabharata. Bhishma har gitt et løfte til å beskytte mot hvem som ville okkupere tronen til Hastinapura. Han holdt på dette løftet helt til slutten, uten å tolke den og som resultat endte han å støtte Duryodhana, som ledet kongeriket dårlig. Til å komme til den rette

beslutningen, måtte han ha vurdert at Duryodhana okkuperte tronen ulovlig, derfor hadde han ingen forpliktelse til å beskytte han. Bhagavad Gitakonteksten har også et annet klassisk eksempel hvor behovet er for tolkning. Lord Krishna ba Arjuna om å krige. Selv med den generelle ikke-skadeloven, i disse spesifikke situasjonene, var det å krige nødvendig. Denne handlingen var ikke rettferdiggjort på bakgrunn av å ta personlig hevn, men fra ståstedet av fellesskapets ve og vel. Lord Krishna argumenterte med at hvis vi forlater en korrumpert og en grådig person i en maktposisjon ville mange mennesker lide. Arjuna ble plassert i en unik situasjon hvor han var født inn i en kriger (ksatriya) familie, og hans hovedansvar var å beskytte hans folk, opprettholde lov og orden, og beskytte tronen som lovlig tilhørte han og hans brødre. Derfor var krig på alle disse punktene berettiget.

Analysene overfor gjør det klart for behovet av verditolkninger til tider. Imidlertid, er faren for tolkning at vi subtilt sett kan tolke en gitt situasjon på en måte som passer en selv. For eksempel, om vi går tilbake til den offentlige ansatte som kan rettferdiggjøre å ta penger ved å tro at det ikke gjør noe siden sjefen og alle andre rundt han også gjør det og kanskje for større beløp. Vi kan alltid komme opp med noe logikk til å overbevise oss selv at samme hva vi gjør er det rette. Tolkning kommer med stort ansvar. Slik at hva er kriteriet vi burde bruke for å tolke dharma nøyaktig (passende) og ikke som et middel til våre egen selvinteresse? Lord Krishna antydte til Arjuna at det å lede slike bedømmelser ikke burde være vår personlige egen nytte, men til fellesskapets beste. Hvis vi vurderer konsekvensene av våre handlinger på andre, og ser på helhetens nytte involvert for maks antall numre av personer, er vår tolkning mer sannsynligvis i tråd hva som burde gjøres. La oss si at vi gjør forretninger i et land, hvor alt inkludert konsesjoner for å starte forretninger eller eksport, er tett regulert av myndighetene. Det er en norm å bestikke disse offentlige ansatte for å få de jobbene. Hvis vi ikke bestikker mister vi mange muligheter for å gjøre forretninger. Ville det være riktig å bestikke i disse situasjonene? Det er ingen kategorisk svar på dette spørsmålet. Det avhenger av den spesifikke saken, miljøet og alternativene som er tilgjengelig på det tidspunktet til å gjøre det passende. Hva som generelt skjer er at vi, uten å gjøre ting direkte, søker tilflukt i å gjøre ting på enkel måte ved å si at det ikke kan bli gjort på en annen måte. Den passende responsen vil bli det første steget, for å følge regler og holde fast på anstrengelsene for å få ting gjort uten å overskride lover og regler. Bare når vi har gjort nok og grundige forsøk på å være ærlig og alle muligheter feiler, kan vi vurdere å gjøre ting med så lite overtredelser som mulig. En offentlig ansatt fra den Indiske Administrative Tjeneste (IAS) brukte innovative måter å overvinne problemet av bestikkelser, ikke som en som gir, men som en mottar. Han var plassert til en av de mest gammeldagse og korrumperte stater i India, hvor de tok imot bestikkelser, som var normen. Han var en veldig ærlig person. De ansatte, som var korrumperte så den nye ansatte som en trussel, siden sett fra deres ståsted skapte hans tilstedeværelse muligheter for dem til å bli avslørt. Snart ble den ærlige ansatte utsatt for press fra de andre ansatte til å slutte seg til dem i deres overtredelser. Han innså at hvis han insisterte på å opprettholde hans standpunkt, ville de andre rotte seg sammen mot han og få han overført til et annet sted.

Denne ærlige ansatte ønsket å bevare hans integritet og etter refleksjon fant han ut en innovativ måte å opprettholde hans ærlighet og ikke bli et mål for hevn fra hans kollegaer. Han startet å akseptere penger, men den neste dagen, gikk han til forretningsbyggene fra hvor pengene var blitt tatt fra, og returnerte til dem og spurte dem å dele dem ut til mennesker som hadde behov for dem, deres ansatte eller fattige mennesker, og forsikret at dette egentlig var gjort av forretningsbyggene. Denne innovative måten å jobbe på oppnådde mange ting. Han opprettholdt hans ærlighet, hans kollegaer følte seg ikke lenge truet av han, og han steg i anseelse av forretningsbyggene, og noen mennesker i nød ble gagnet fra pengene de mottok. Historiens moral er, hvis en tar beslutning om å holde seg til oppriktighet, kan en finne mange innovative måter uten å gå på akkord med ens verdier. Tilliten til ordenen vil utvilsomt øke ens forsøk på å gjøre det flere ganger.

Universelle Verdier - Samanya Dharma

Fordi virkeligheten er ikke-dualistisk er det bare en person, bevissthet med tre kropper. Den underforståtte meningen med denne erklæringen uttrykt i verdier er åpenbar: Du og jeg er ett. Hvis vi er ett spirituelt sett, er tilsynelatningen skapt av Maya motsatt uansett, jeg burde verdsette deg, som jeg verdsetter meg selv. Og siden mine handlinger reflekterer mine verdier så bør jeg behandle deg som jeg behandler meg selv. Jeg behandler meg selv bra, fordi jeg elsker meg selv og du fortjener det samme.

En atferdsbasert norm på den ikke-dualistiske naturen av virkeligheten blir kalt en dharma eller passende handling. Hvordan jeg ikke vil bli behandlet blir kalt adharna, upassende handling. Jeg lyver ikke til deg, fordi jeg vil ikke at du lyver til meg. Jeg skader deg ikke, fordi jeg vil ikke at du skal skade meg. Dharma og adharna er universelle og stammer fra sunn fornuft, som gjelder for ens beste. De varierer litt fra kultur til kultur.

Situasjonsbetinget Etikk – Visesa Dharma

Selv om dharmar og adharmar er mer eller mindre universelle så er de ikke absolutte. Konteksten som påkaller en respons spiller en viktig rolle i å avgjøre hvordan jeg oppfører meg. Hvis jeg har en sprukket blindtarm så vil jeg overgi mine verdier til ikke å skade og gå under kniven uten å overgi min generelle verdi for ikke-skade til andre. Selv om mine standarder for oppførsel og holdning kanskje ikke er subjektive, er mine tolkninger av disse verdiene det sannsynligvis. For eksempel, kan jeg strengt tatt anvende min verdi for sannferdighet til ordene av andre, men ikke så strengt til min egen.

Verdier kan ikke bli avvist, og de kan ikke bli imøtegått med urenheter. En tyv låser inne hans stjålne eiendel, fordi han kan ikke flykte fra verdien av ikke-stjeling. Hvis han ikke var opprørt så ville han ikke gjemme hans tyvegods. Universelle verdier er bygget inn til grunnstoffet av skapelsen og mitt sinn er en essensiell del av det. Å feile å leve opp til en verdi gjør at jeg er i konflikt med verden og med meg selv. Det skaper skyldfølelse og skyldfølelse er ikke til hjelp til selvkunnskap.

For å assimilere undervisningen av ikke-dualitet så må jeg følge dharma. Hvis jeg forstår at både gode og dårlige handlinger er tilsynelatende virkelig så er ikke verdier noe problem for meg. Imidlertid betyr det ikke at mine handlinger overskrider dharma og adharna. Det betyr at mine handlinger i den tilsynelatende virkeligheten vil være dharmiske fordi jeg har ikke noe å vinne på eller tape på å overtre (bryt) mot dharma. Bare når jeg forestiller meg at den tilsynelatende virkeligheten ikke eksisterer er det mulig for meg å bryte mot dharma, å forstyrre mitt sinn og andres sinn. Et konfliktfylt sinn hjelper ikke. Det produserer kontraproduktive emosjoner: Sinne, tristhet, anger, lav selvspekt og sansen av å feile.

Når mine verdier er de samme som andre, som opererer i miljøet så skaper de ikke konflikt. Men hvis jeg ikke er villig til å oppføre meg ifølge andres forventninger kan jeg ikke forvente at andre oppfører seg etter mine. For eksempel, selv om jeg har en verdi for ikke-skade, universell verdi nummer en, og jeg liker ikke å bli kritisert selv om jeg kritiserer andre, så vil jeg være konfliktfylt. Hvis verden forventer at jeg er sannferdig, som det gjør og jeg forventer at verden å være sannferdig vil det å være sannferdig være i konflikt med en personlig verdi til penger, men når de er i strid med universelle verdier, er det en rekkevidde for lidelse, fordi universelle verdier går ikke bort når jeg overskrider dem for å vinne nytelse: De er bygget inn i grunnstoffene av mitt vesen.

Faktumet er at mine personlige verdier ofte er kilden til betydningsfull agitasjon uansett korrekthet av min atferd. Min verdi for ren luft eller helsemessig mat setter meg mot hele verden, fordi i realiteten er alt forurenset. Hvis jeg er spesielt bekymret for rettferdighet, som er basert på ikke-dualitetsnaturen av virkeligheten så vil jeg være urolig når noen behandler meg urimelig eller til og med hvis jeg tror de behandler meg urimelig. Spirituelle verdier for sannhet, skjønnhet og rettferdighet kan skape mye ugagn, som med trivielle jordiske verdier.

En Kjenner-Handler Splittelse

Hvis jeg verdsetter sannhet, men lyver føler jeg skyld, fordi jeg har skapt en splittelse mellom kjenneren og handleren. For eksempel, kjenneren går på diett, men handleren har hjelp: kjenneren bestemmer seg for å stå opp tidlig og gå en spasertur, men handleren slår av alarmen. Det gjør kjenneren sint, som starter å fordømme meg, gjør at jeg føler meg unyttig og ukomfortabel.

På samme tid så gjemmer forstyrrelsene den dypere årsaken til mine handlinger. Jeg vil aldri ha det som jeg tror jeg vil ha det. En ubevisst kraft er alltid i arbeide. De situasjonene som jeg verdsetter er ikke verdsatt for deres egen regning bare hvordan de får meg til føle for sansen av sikkerhet, nytelse eller dyd. En vegetarianer verdsetter ikke grønnsaker for grønnsakene sin del, men for følelsen at hun eller han gjør for dyrene sin skyld. Så hva jeg virkelig verdsetter er å føle meg komfortabel med meg selv. Hvis jeg forstår dette og setter pris på det faktumet at det er en oppside og bakside til hver handling, så kan jeg

granske direkte i selvet, fordi lykke, som kommer fra å fullføre noen verdier, personlige eller universelle, kommer fra det. Ikke desto mindre, denne analysen av verdier har sin intensjon å helbrede kjenner-handler splittelsen og få gransking til å fungere.

Swami Dayananda sier: «Kilden til en situasjonsverdi er at jeg forventer å føle meg bra gjennom å velge basert på den. Når jeg ser klart at et spesielt valg vil føre til at jeg lider, så vil jeg ikke velge den. På den måten, når jeg blir grundig overbevist om å handle i strid med en generell verdi vil det føre til lidelse i meg, min ettergivenhet med den verdien blir valgløs, som et svar til spørsmålet: «vil du ha lykke eller ulykke?». Hvis det å si sannheten for deg er en verdi for meg, og jeg er fullstendig overbevist at ikke-sannhet gir lidelse, da er det ingen valg å prate sannheten. Å snakke sant blir naturlig, spontan og det jeg foretrekker for en universell verdi har nå blitt en velassimilert personlig verdi.

«Når jeg vil ha spesielle uassimilerte universelle verdier til å være en del av min verdistruktur, må jeg vise modenhet i å følge dem inntil jeg er overbevist om deres verdi uttrykt i kunnskap. Når jeg er overbevist, da blir det å observere dem spontant. For personen med assimilerende etiske verdier så blir livet veldig enkelt. Ingen konflikter skygger over sinnet. For nettopp det, blir undervisningen av Vedanta som møte mellom gass og ild. Kunnskap tennes med en gang.»

«For at verdier skal bli verdsatt for meg så må deres oppside og bakside bli forstått og ikke ganske enkelt bli påtvunget uten iform av religiøs eller sosial dogma. Derfor kaller Vedanta disse verdier kunnskap. De følgende verdier er linket sammen og angir en harmonisk sinnsstemning hvor kunnskap kan inntreffe. Hvert emne framhever en spesiell holdning, verdien som en må oppdage personlig, slik at holdningen blir et naturlig aspekt av granskerens sinnsstemning.»

En Bedre Person?

Vedanta har ikke med selvforbedring å gjøre. En gransker prøver ikke å bli perfekt eller bedre person, fordi både bra og ikke så bra mennesker lider av en sans for begrensning og lengter etter frihet. Han eller hun prøver å realisere hans og hennes primære identitet, alltid fri, selvet, det ikke-erfaringsbaserte vitnet av personen. De fleste tilnærmingene til opplysthet involverer fornektelse av personen, avstraffelse av personen, overskriding av personen, eller tankeløs transformasjon av personen, kanskje fordi det er veldig vanskelig å akseptere personen til han og hun. Men det er personen som ønsker frihet og det er personen som trenger å søke det slik at vi tar personen med i betraktning.

Vår diskusjon av verdier er utfordrende, fordi det viser klart at vi kan bli salet opp med verdier som forhindrer oss fra gransking, som sier at vi ikke er gode nok spirituelt sett, som igjen får oss til å tenke at vi ikke er gode nok mennesker. Undersøkelsen av verdier har bare til hensikt å legge til rette for sinnet klar nok for diskriminasjon og ikke bedre oss. Imidlertid, opp til et visst punkt er en person ikke mer enn hans og hennes prioriteringer og verdier, og endringer i ens verdistruktur vil være jevngodt med en endring

i (den tilsynelatende) personen. Generelt sett så er en god person hvor ens tanker og handlinger er i samsvar med universelle verdier og en dårlig person som ikke er det. Så hvis du har en følelse av utilstrekkelighet og lav selvrespekt og vil bli en bedre person vil følgende analyse av den moralske dimensjonen av virkeligheten være nyttig, hvorvidt eller ikke om du er en søker av frihet.

Å Forstå Verdier:

1. Undersøkelse inn i stolthet, forfengelighet, hovmod, selvforherligelse

En enkel, saklig selvanstendighet er en god kvalitet. Imidlertid har de fleste av oss tvil om vår tilstrekkelighet. Vi frykter i all hemmelighet at vi ikke er gode nok og ikke er istand til å gi oss selv den selvtilitt vi trenger for å være lykkelig med våres liv. Vi ser til andre for å bekrefte oss. For å oppnå bekreftelse er vi fristet til å overdrive våre kvalifikasjoner og ferdigheter slik at andre tror vi er spesielle og glorifiserer oss. Jeg er fullstendig sikker på mine talenter og egenskaper slik at jeg tar dem for gitt og trenger ikke bekreftelse eller støtte.

Å kreve respekt fra andre inviterer til endel uro, fordi den som ber om respekt har ikke kontroll på resultatene. Mennesker gir det bare for grunner kun kjent av dem. Når sinnet deres endres, blir bekreftelsen trukket tilbake og smerte dukker opp. Hver form for smerte skyldes stolthet, et oppblåst ego, et som er overdrevent bundet til hva det tenker det har kjennskap til, tror, være i besittelse av eller hvordan det ser ut. For eksempel, kroppsbevisste individer som tilbringer overdrevent mye av tiden til å pleie eller påkalle oppmerksomhet til deres kropp med dyre klær, uvanlige frisyre, tatooveringer, piercinger gjør det ofte for å tiltrekke seg oppmerksomhet, som de ikke er i stand til å gi seg selv. Slike egoer oppblåst av stolthet og forfengelighet, konstant ender opp redusert. Ofte kaster de bort tid og energi for å redde ansikt eller å pønske på revansje. I tillegg er det ikke alltid enkelt å avgjøre andre personers sanne følelser. En person som lever av meninger fra andre, sløser hans eller hennes verdifulle mentale ressurser og er ikke kvalifisert for gransking.

Løsning – Gransking i Det Totale Sinnet

Det tar tid å analysere faktorene som er involvert så vil jeg se at det å kreve respekt fra andre kan ikke bringe med seg komfort og tilfredsstillelse, selv om jeg er en høyst dyktig person. Først bør jeg undersøke grunnlaget for faktorene som motiverer meg til å kreve respekt fra verden. Svaret er at jeg tror jeg er forfatteren av mine handlinger, produsenten og eieren av mine gaver og ferdigheter. Men er dette sant? Hva skapte jeg egentlig? Det er tydelig at jeg ikke skapte kroppen min. Jeg kom til syne en vakker dag omsluttet i et kjøttør uten anstrengelse fra meg selv. Jeg skapte ikke min personlighet heller. Den kom sammen med kroppen og verden hvor kroppen eksisterer, en verden som jeg definitivt ikke hadde skapt. Spesielle tendenser: ferdigheter og egenskaper spiret inni meg

uten noe vilje fra meg selv. Jeg kan bruke dem, men jeg kan ikke påberope meg forfatter-skapet av dem. Hvilke prestasjoner jeg påberoper meg avhenger av muligheter, som var gitt av livet selv. Jeg lagde dem ikke. Jeg var bare til riktig sted på den rette tiden. Hvordan jeg kom der er et mysterium.

Hvis jeg er en fornuftig person så burde jeg konkludere med at hva enn talenter, ferdigheter og gaver jeg nyter er gitt av Det Totale Sinnet. Jeg burde sette pris på dem og bruke dem eller ikke uten fanfare. De burde snakke for dem selv. Hvorvidt de er eller ikke blir lagt merke til og satt pris på av andre burde ikke bekymre meg. En blomst i et ledig parti i en slum blomstrer, som ikke er lagt merke til for ingen andre grunner enn at dens natur er å blomstre. Stolthet opphører å være viktig når jeg ser at det er en falsk verdi, som ikke virker.

Med en gang jeg forstår psykologien av stolthet, bør jeg være årvåken og når den hever sitt stygge hode bør jeg undersøke min tenkning objektivt uten en sans av skyld eller selvfordømmelse. Hvorfor bryr jeg meg om hva folk tenker? Fordi jeg føler meg utilstrekkelig. Er det sant at jeg er utilstrekkelig? Vil oppmerksomheten av andre fjerne min sans av utilstrekkelighet? Selv når jeg er bekreftet av mennesker, sansen av tilfredsstillelse det fremkaller varer ikke og jeg er tvunget til å søke bekreftelse enda en gang. Når slutter det? Er det fornuftig å påberope seg disse tingene når det er tydelig at jeg ikke skapte dem? Er hele dette samskara virkelig? Hvem er dette for? Det er for mitt ego. Er mitt ego virkelig? Det er ikke en gang tilsynelatende virkelig, fordi det forsvinner når jeg ser på det. Hvorfor investerer jeg i så mye energi i noe som ikke er virkelig?

Jeg kan ikke bare droppe mitt stolte ego uten å møte det, da ser jeg hvor meningsløst mine forventninger er og etter en stund, så mister samskara dens kraft til å forstyrre mitt sinn. Vanen av å søke bekreftelse vil eventuelt falle av og jeg blir en ukomplisert person.

2. Pretensjon, affektasjon

Stolthet er basert på resultater eller egenskaper, men pretensjon er selvglorifisering uten en årsak. Jeg vil gi et inntrykk at jeg er noe jeg ikke er. Hvis jeg kler meg selv ut som en prins og min bankkonto er overtrukket og jeg unnviker de som oppkrever regninger, så er jeg pretensios. Hvis jeg hevder å ha gods i Sør-Frankrike når jeg lever i en lånt kontrollert leilighet i ghettoen, så er jeg pretentiøs. Hvis jeg ikke kan svare på ringeklokken uten først å ha ryddet stuen i frykt for at noen tror at jeg er en rotete person eller ikke kan vise meg offentlig i et upassende antrekk uten leppestift og alle hår på plass, er jeg en posør. Hvis jeg ikke har gjort noe meningsfylt åndelig arbeide, men har på meg oransje kjole/ drakt, barbert hodet mitt, bærer stav og vandrer rundt åndelige sentre med en helgenlikt smil limt på fjeset mitt til å overbevise andre av min mystiske realisering, er jeg ikke Mahatma – jeg er en bløffmaker.

Alle usunne samskaraer stammer fra samme grunnleggende årsak, forståelsen av noe som ikke skulle være langt fra mitt sinn. Det er: Jeg føler at jeg ikke har det bra med meg

selv. Jeg kan ikke akseptere meg selv. Jeg ønsker å være annerledes. Jeg er så utadvendt at jeg ikke kan se min egen psykologi og ta ansvar for det så jeg liter på andre til å gjøre det jeg burde ha gjort med meg selv, f.eks. å få meg til å føle meg bedre. Jeg trenger å imponere mennesker slik at de kan bekrefte meg.

Dette er spesielt et vanskelig problem, fordi jeg har ikke tilfredsstillelsen over å ha kjennskap til å si om meg selv er sant. Jeg er derfor forpliktet til usannhet og finner meg selv direkte i konflikt med sannhet. Denne holdningen er spesielt irriterende, fordi det finnes ingen måte å tvinge andre til å respondere velvillig til mine løgner. Fordi jeg trenger andre desperat til å respondere og fordi når som helst vil min løgn bli avslørt. Jeg er utsatt for overrettergivelse og stress. For å få det til å fungere så trenger jeg å være veldig årvåken, holde alle vennene mine atskilt og ha et veldig langt minne. Det er en tro på at karma yoga: la ansvaret på resultatene til Det Totale Sinnet fungere i denne situasjonen, men det gjør ikke det fordi karma yoga antar at ens verdier er i orden. Den får ikke dine verdier i orden. Den er ikke vant med til å skjule et psykologisk problem eller håndtere en adharmisk situasjon.

Tydeligvis, er det sinn som praktiserer usannheter for opprørt til å granske objektivt. Det forteller meg at jeg er uakseptabel og Vedanta forteller meg at jeg er akseptabel både som individ og som bevissthet. Det er en blendende frakopling mellom hva jeg jager: Gyldighet for en del av meg selv som ikke er egentlig virkelig og hva jeg sier jeg ønsker: Frihet fra lidelsen produsert av min identifikasjon med den ikke-helsemessige delen.

Løsningen er å innrømme problemet, å akseptere skriftens ideer om hvem jeg er og være villig til å vurdere andres syn, fordi de ser hva jeg ikke ser om meg selv. Eller jeg burde ha selv tilliten til å se bort fra deres syn, fordi jeg vet de projiserer et falskt bilde av meg, som har med deres manglende klarhet.

Det er ingen læring eller utvikling for posører. Jeg kan ikke løse selv grunnleggende problemer av begjær og sinne hvis jeg er en stolt, pretensios person. Uten det blir jeg et enkelt individ kapabel av ærlig selvundersøkelse.

3. Ikke-skade (Ahimsa)

Jeg har en verdi for ikke-skade, fordi jeg ønsker ikke å bli skadet. Det er det samme for alle levende vesener. Ikke-skade er en nyansert verdi vanskelig å anvende på grunn av den tilsynelatende verdens natur, som vi lever i. Tre kategorier av skader er rådende: handlinger, ord, dyder og tanker. Det mest åpenbare uttrykket av en skadelidende handling er fysisk vold.

Det er synd at siden 60-tallet, når hedonistisk individualisme ble akseptabelt hvis det føles godt, gjør det! Samfunnet ble økende forstyrret og tradisjonene av høflighet, spesielt manerer avtok gradvis. Løsningen til negative tanker og handlinger er å utvikle det å sette pris på følelser av andre, fordi vurdering av ikke-dualistiske virkelighetens natur er

at det er ikke noen andre. Andre er bare en ide i et ignorant sinn. For å utvikle det å sette pris på trenger jeg å se bakenfor mine behov. En slik holdning fremmer til selvgransking så langt at både indre og ytre konflikt ikke fremmer til selvgransking.

Psykologien: Når jeg føler meg liten, utilstrekkelig og ikke kapabel av å få det jeg ønsker kan jeg ty til vold for å oppnå det.

Løsningen: Utvikle det å sette pris på av følelser for andre.

4. Tilpasning, Akseptere mennesker og situasjoner som de er

Å gladelig og rolig akseptere enhver type person eller gitt situasjon: ikke resignere likegyldighet er å vise tilpasningsdyktighet. Det er basert på en klar forståelse at, på grunn av karmaloven kan ikke ting bli forskjellig fra måten de er. En persons atferd er en konsekvens av hans eller hennes omstendigheter og er ikke under forutsetning av viljekraft. Mennesker er inkarnert til å jobbe ut karma, ikke for å gjøre meg til lags. Situasjoner er resultatet av alle faktorene i dharmafeltet og er bakenfor kontrollen av individer. Det er latterlig å like eller mislike dem. Alle suksessrike forhold avhenger av at en er i stand til å tilpasse seg andre. På liknende måte kan jeg ikke bli forskjellig fra hva jeg er og min situasjon er resultatet av min karma så jeg burde gladelig tilpasse min tilsynelatende selv, ikke ønske om å være annerledes eller stritte imot for å endre dens forhold. De som avslår å tilpasse til virkeligheten er konstant forstyrret og ikke skikket til gransking.

For å utvikle denne viktige kvaliteten så burde jeg sette pris på variasjon, kultivere en holdning av mangfold og konstant overvåke mitt sinn for en sans av utilfredshet, så burde jeg redusere mine forventninger. Det hjelper å se meg selv som hjelpesløse idioter eller livløse objekter. Jeg har godt forhold med livløse objekter, fordi jeg forventer ikke noe av slike ting. Jeg lider idiotisme gladelig, fordi jeg vet at de ikke kan være annerledes.

Nøkkelen til tilpasningsdyktighet er å respondere til og identifisere med personen og ikke deres handlinger. Å forstå at personen er selvet midlertidig forhekset av Maya. Prøv å huske på at Det Totale Sinnet er bak utbrudd av sinne, sjalusi, herskesyk og handling og sette pris på som om de ikke har kontroll, jeg har det til og med mindre. Med denne forståelsen så er det lett å være tilpasningsdyktig.

Mekaniske reaksjoner kveler tilpasningsdyktigheten. Å være fri til å respondere til personen må jeg handle bevisst og ikke reagere som robot ifølge mine vasanaer. Swami Dayananda: «En reaksjon er en mekanisk, ikke-bevisst handling, en preget respons lånt fra tidligere erfaringer, en som ikke er gitt forut tillatelse av min vilje. Det skal sies, det er en respons som jeg ikke måler mot verdistrukturen, som jeg prøver å assimilere, men som jeg tillater å skje.

Reaksjoner kan gå mot all min visdom og erfaring: Disse faktorene blir forvist i bakgrunnen og reaksjon kommer. Jeg kan ha lest alle skriftene av verden: Jeg kan være en

veldig bra student av etiske systemer: jeg kan ha en profesjonell gradsholder, som gir råd og veiledning til andre, men når det kommer til en reaksjon, min reaksjon vil være mekanisk som alt annet.

Derfor inntil universelle verdier blir møysommelig assimilert og skaffer et grunnlag ut av hvilke rette holdninger og handlinger dukker opp spontant, må jeg bevisst unngå reaksjon og bevisst velge min holdning og handlinger.»

Holdning av ksanti – tilpasning, å romme andre og aksept

Holdningen av ksantih (tilpasning, å romme andre og aksept) betyr at jeg med glede, rolig aksepterer atferden og de situasjoner, som jeg ikke kan endre på. Jeg gir opp forventninger eller krav som den andre personen eller en situasjon burde endre for å være i samsvar til hva som ville glede meg.

Jeg aksepterer med glede og tilpasser meg situasjoner og mennesker. Alle forhold krever tilpasning. Denne verdien må bli bygget på forståelsen av menneskets natur og forholdene mellom dem. Jeg vil aldri finne i en person alle kvaliteter jeg liker eller misliker. Enhver person vil være miks av ting som vil være tiltalende eller ikke tiltalende.

På samme måte vil ikke alle like meg. Når jeg gjenkjenner disse fakta ser jeg at alle forhold krever noe tilpasning fra min side. Jeg vil aldri finne et forhold, som ikke vil kreve en viss tilpasning. Jeg bør møte personen som den er. Jeg kan ikke forvente verken at verdenen eller mennesker vil endre seg for å gjøre meg lykkelig. Hvis jeg ønsker forandring hos andre vil de naturlig nok ønske forandring i meg.

Min holdning burde være at jeg er forberedt til å tilpasse og akseptere alle overraskelser. Jeg liker ikke å bli solbrent, men jeg spør ikke solen om å slutte å skinne. Jeg kan ikke stoppe solen fra å skinne.

Jeg ber ikke bier om å slutte å stikke, men heller setter pris på deres rolle og honningen. Vi kan si at verdenen er stor nok til å romme alle oss. Variasjon gjør livet mer interessant. En holdning av ksantih, evnen til tilpasning og aksept utvider hjertet. Hjertet vil da romme alle mennesker og situasjoner. En har ikke behov for å endre på dem.

Tilpasning – Forståelse - Medfølelse – Objektivitet av Swami Dayananda

En person som er dedikert til Vedanta gir løfte om å ikke skade (ahimsa) andre. Å være årvåken gjennom tale, ord, dyder og handlinger. Og være bevisst når en tenker. Det åpner opp for medfølelse til å manifestere seg. Medfølelse kultiverer følelsesmessig vekst i en person. Alle andre verdier blir naturlige og medfølelse gjør at du blir forståelsesfull. I tillegg til at du tilpasser deg lettere mennesker og situasjoner.

Medfølelse gjør deg også veldig objektiv og at det reduserer noe subjektivitet. Det gjør at en er mer bevisst og oppmerksom på hva som er. Verden ser ut til å være en prisme av dine frykt og bekymringer. For å redusere dem – vær objektiv. Å være objektiv er det samme som å være oppmerksom på hva som er. Hva er Det Totale Sinnet? Å være oppmerksom og observant på Det Totale Sinnet vil si å være medfølende og objektiv. Jo mer objektiv du er dess mer fornuftig er du.

Å la Det Totale Sinnet komme inn i livet ditt er å gi slipp på min versjon av verdenen og min subjektivitet. Å oppdage Det Totale Sinnet fører med seg personlig vekst til en viss grad i personen. Fullstendig oppdagelse betyr at Jeg og Det Totale Sinnet danner en helhet. Å analysere verdier vil hjelpe på dette.

Å leve utifra å ikke-skade andre er å leve i tråd med Det Totale Sinnet (Isvara). At alt som er her er Det Totale Sinnet. Det er virkelig ikke noe som er mitt. Alt er gitt til meg. Hva er en moden person? En som ikke krever respekt fra andre, fravær av å late som (være pretensios) og skader ikke andre. Hvis ikke-skadeholdning er der er medfølelse naturlig. Hvis medfølelse er der er det også naturlig at en har evne til tilpasning, ksantih. Tilpasning har med å forstå den andre personen og la personen være som den er i sitt eget rom så lenge ikke personen står på dine tær. Vi trenger å lære å gi slipp på bindinger.

Ikke-skade er en dynamisk verdi. Det trengs å praktisere den i hverdagen. Vi trenger å lære å gi slipp på bindinger til meg selv og bindinger til andre. Da er ikke-skade en akseptabel verdi. Når du forstår andre tilpasser du deg til andre i livet ditt. De er i deres rom og du har evne til å tilpasse deg. Du gir dem muligheten også til å tilpasse deg. La mennesker og ting være utenfor deg selv. Alle som du liker, misliker og som du ikke kan like m.m. er også utenfor. Å holde mennesker utenfor deg selv krever en slags forståelse og medfølelse fra din side.

Vi gir som regel ikke slipp på mennesker, men holder på dem. Jeg ønsker at de skal være slik og slik. Hvordan kan de bli slik som dette? De burde ikke være slik. Men de er sånn som de er. Hva skal du gjøre? De er sånn som de er i din persepsjon. Din persepsjon kan være feil. Eller blanding av rett eller feil. Hvis du er overbevist om du har rett så be for personen og at den skal endre seg. La Det Totale Sinnet hjelpe den personen. Personen skal bli forstått, som de er. Persepsjonen kan være feil og kan bli endret på.

La personen være i sitt eget rom og la den være som den er så lenge den ikke står på tærne dine. La den ytre verden være der ute og det er bare mulig når man er medfølende. Og forstå hvor viktig medfølelse er. Jeg kan tilpasse meg og romme personen som den er.

5. Oppriktighet, Ærlighet

Plassering i rak linje av tanke, ord og dyder er oppriktighet. Å si en ting og gjøre noe annet og gjøre noe og si noe annet er ikke noe som bidrar til fredfullt sinn eller gransking.

Oppriktighet inkluderer ikke bare ærlig tale, men også tanker og handlinger. Ikke-plasering i rak linje fragmenterer personen, underkaster ham eller henne til et rastløst sinn forstyrret av mange konflikter.

6. Tjeneste til læreren

Dette er en kinkig verdi, som krever en del diskriminasjon, spesielt for vestlige individer som med god grunn er ikke vant til ideen av å overgi seg til noe. Tjeneste antyder en sinnstemning, som betegner å ville overgi seg, underordne liker og misliker, villighet til å gi uten å kreve noe tilbake og en generell holdning av respekt. Tjeneste bør ikke bli gitt lett og bare gitt til en lærer av høy integritet, som ikke etterspør den, fordi han eller hun ikke har bruk for det. Hvis en lærer krever overgivelse, er ikke han eller hun en sann lærer og studenten som overgir seg til en slik person ber om lidelse. Bare studenten bør ha fordel fra overgivelse.

Tjeneste er en sinnstilstand, som ikke krever en fysisk handling, bare villighet til å handle. I et ideelt student-lærer forhold er det ikke noe gi og ta som i andre forhold. Det er bare å gi for studenten sin del. Læreren er en reserve for selvet og tjener ved å levere et objekt av meditasjon for studenten. Hvis læreren er etablert i selvet som selvet og har jobbet ut alle hans og hennes personlige ting, er muligheten for å tjene en lærer den største velsignelse.

7. Renhet

Verdien av ytre renhet og god orden er tydelig, så langt det gjør livet behagelig og det bringer med seg oppmerksomhet av sinnet. Dayananda igjen: «Som med hverdagen når jeg skal jobbe så setter et støvkorn på min hud, noe skitt som er gnidd over klærne, så blir mitt skrivebord rotet til og mitt sinn samler støv i mine transaksjoner med mennesker. Flekker av misunnelse setter seg, en flekk av irritasjon lander, striper av begjærighet viser seg og overalt et fint støv av selvkritikk, skyld og selvfordømmelse sprer seg. Hver dag helt til min falske identifikasjon med sinnet løser seg opp og selvkunnskap dukker opp så må sinnet bli renset. Hva er vaskemiddelet for sinnet? Det er å anvende motsatt tanke. Det burde anvendes selv om min negative holdning virker å være rettferdig av omstendighetene.»

Et sinne setter seg i sinnet mitt selv om jeg var legitimt behandlet urettferdig. Hvis det er tillatt å forbli så kan det bygge seg opp til hat. Jeg ser bevisst på grunner til å like personen, som skadet meg. Han er likt av andre, elsket av sin kone, tar vare på barna skikkelig, gir til veldedighet og går til kirken på søndag. Hvis jeg ser på en eller annen person vil jeg finne kjærlighet. Jeg er kapabel til å elske og alle er kapabel til kjærlighet. Selv en kriminell har inni seg elementer av kjærlighet og sympati. Det kan være at kapasiteten for kjærlighet er så dunkel at det bare manifesterer i sympatien han viser seg selv når han ved et uhell slår på tommelen med en hammer, for eksempel. Men det er der for å

bli gjenoppdaget. Tilsynelatende eller ikke, alle har helgenaktige kvaliteter – medfølelse, nåde, kjærlighet, harmløshet. Derfor, for å rense sinnet av sinne og forskjellige misliker, som vil stivne til hat eller andre følelser, så må jeg bevisst søke for de tingene som antyder menneskelighet og det å være helgenaktig. Når du gjør det, tilskriv de dårlige tingene til feil tenkning, dårlig oppdragelse eller dårlig miljø. Ta det som en velsignelse at du ikke er i hans sko. Med en lignende bakgrunn så ville du ha gjort de samme tingene. Helgenaktige kvaliteter tilhører selvet og betegner menneskenatur. Negative kvaliteter er tilfeldige: de kommer og går.

Så når sinne, misliker og hat mot noen dukker opp, så se personen bak den adharmiske handling fra en motsatt synsvinkel og du vil oppdage noe sympati eller forståelse. Din holdning bør være tilpasningsdyktig. På denne måten så blir sinne og hat rensset daglig.

Egoisme er kanskje den mest vanlige urenheten. Når jeg oppdager at jeg er fanget i utelukkelse for ønsker, behov og lykke for andre. Så burde jeg gjøre en bevisst uselvisk handling. Når en besluttsomhet til å rense opp på uselvisk måte er støttet opp om en handling så er det hardt for en egoistisk vasana å bestå i seg selv. Det er mange muligheter hver dag til å legge ned hva du gjør og gi en hjelpende hånd.

Selvfordømmelse, som egoisme, er bare en uren tanke. Hvis noe ikke går ifølge planen eller jeg finner meg selv i konflikt med en universell verdi og føler en skyld, utilstrekkelighet og selvdømming dukker opp så kan jeg motarbeide det ved bevisst å bringe selvkunnskap til sinnet, «Jeg er hel og fullstendig alltid-ren bevissthet.»

Her er en erklæring som burde bli snakket høyt hver dag, som vil hjelpe å utrydde negative tanker om en selv: «Kropp-sinn komplekset, handleren, som jeg tror er meg, kan ikke bli fordømt fordi alle deler er livløse (døde). De gjør deres jobber automatisk etter diktering fra sinnet. Den er uskyldig. Sinnet er også uskyldig. Det er bare en alltid-endrede tankeopphopninger i bevegelse, programmert av vasanaer som er født ubevisst ut av ubevisste handlinger og holdninger. Det er bare et dødt/ livløst instrument. Jeg kan ikke fordømme det. Jeg kan ikke fordømme en uren tanke fordi det tilhører ignoranse, ikke meg.»

Å rense skyld og anger gjør sinnet oppmerksom på ytterligere overtredelse av dharma. Hvis jeg tror jeg er handleren så vil anger dukke opp. Hvis en spesiell tanke er ansvarlig, så er jeg ute av en knipe. Uten emosjonell forstyrrelse kan jeg adressere ignoransen som har produsert tanken.

Her er et mantra som burde bli chantet hver dag: «Begjær gjør det. Begjær er handleren. Jeg er ikke handleren. Begjær forårsaker handling. Jeg forårsaker ikke handling. Hilsning til deg, begjær. Sinne gjør det. Jeg gjør det ikke. Mine utmattelser til deg, Sinne. Ignoranse forårsaket det. Jeg er ikke ignorant. Troskap til deg, O Ignoranse.» Den plasserer skylden hvor det hører hjemme og på samme tid erkjennelse av overtredelsen frigjør sinnet til å kontempler på selvet. Hvis du er fryktbasert, bytt ut ordet frykt for begjær.

En annen verdi som faller under denne overskriften er uskyld, som er det samme som en respektfull holdning mot det motsatte kjønn og ikke mangel på fysisk intimitet.

8. Sjalousi og Misunnelse

En av de mest vanlige og ufornuftige urenheter er sjalousi, en skadelig form av dualitet. Det eksisterer fordi verden er enorm, fylt av millioner av entiteter som bringer med seg utallige muligheter, virkelig eller forestillinger for selvydmykende sammenlignbare dømming. Sjalousi og misunnelse er transformert sinne som vanligvis leder til depresjon. De er produsert av en sans av mangler forårsaket av sammenligning med noen jeg tror er overlegen meg på en eller annen måte. Det er ikke virkelig for denne grunnen: Jeg er aldri jalu av den hele personen, bare en del av den. Han eller henne er mer intelligent, vakker, rik eller populær enn meg. Faktumet at jeg vil bli lik den personen viser at det er noe sympati for han eller henne. Kvalitetene som påkaller sjalousi kan ikke være separert fra hele personen. Fordi hele personen, som egentlig er selvet, kan ikke bli fullstendig et objekt av misunnelse, fordi det er ikke noe virkelig plass for mine dårlige følelser til å binde seg selv. Tilslutt, det er også klart at det er spesielle ting i den personen jeg ikke ønsker. I tillegg, hvis jeg er ærlig, vil jeg finne ut at jeg også ikke er perfekt og er eier av spesielle uønskete kvaliteter, og vet at det er vanskelig å dømme andre. Hvis skoen passer, ta den på.

Sjalousi er en ufornuftig reaksjon til den tilsynelatende virkelighetens natur. Det er fullstendig uten fortrinn. Med andre ord så er sjalousi projeksjon som dekker til utilstrekkelig takknemlighet av min egen natur og overflod av gode kvaliteter som kommer ut av det. En selvrealisert person er aldri jalu, fordi han og hun er oppmerksom av hans og hennes fullstendighet.

Selv om Bibelens erklæring at Gud er en jalu Gud betyr at når du kjenner Gud, kan du ikke elske noe annet, mange mennesker tror at Gud er et supervesen sittende et eller annet sted, som er utrustet med spesielle menneskelige kvaliteter hvor en av dem er sjalousi. Men Gud er ingen person underkastet til noe form av begrensning. Det er skaperen og eier av alt, og som en opplyst person kjenner til at det er fullkommenhet i seg selv. Sjalousi og andre følelser, positive og negative, angår ikke Gud.

Når jeg føler sjalousi bør jeg anvende den motsatte tanken og nappe av knappene for at ikke det degenerer til skadefryd, fryder seg over andres elendighet, en virkelig foraktelig følelse. Jeg burde tenke, «Jeg er glad for den gode lykke av personen. Jeg beundrer hans og hennes gode kvaliteter. Jeg er glad over at hun og han er glad.»

Enhver negative følelse som går imot fred kan bli nøytralisert ved å anvende den motsatte tanken. Først kan det virke som uærlig å tenke slik siden jeg ikke føler det, men bevisst daglig praksis vil rense sinnet og forberede det for selvkunnskap.

9. Stødighet, vedvarenhet, utholdenhet

En vedvarende anstrengelse for å oppnå et erklært mål er ønskelig for selvkunnskap, fordi selvkunnskap er ikke delvis kunnskap, som verdens disipliner. Den er absolutt, essensen av all kunnskap. Spesielle handlinger flyter fra enhver forpliktelse til mitt mål og jeg bør gjennomføre det stadig. De fleste av oss er fullstendig besluttet i begynnelsen av ethvert forsøk, men vi mister raskt interesse når vi er konfrontert med størrelsen med oppgaven og holder fast ved unnskyldninger til å trekke ut av forlangte dharmar. Stødighet blir kalt for hengivenhet, antyder en alvorlig takknemlighet av kraften av rajas og tamas, for å distrahere og skape latskap. Å hengi seg i dem er å generere en sans av skyld som vil eventuelt paralisere sinnet og som fører til fiasko.

10. Sinnsmestring

For å verdsette et kontrollert sinn er å forstå måten sinnet tenker og bringe det på linje med måten selvet vil tenke hvis det var en person, som lever i den tilsynelatende virkeligheten. Det betyr at selv om sinnet er lunefull slik at jeg ikke trenger å fullføre dets fantasier og overgi seg til dets påfunn. Det betyr at jeg er sjefen, ikke sinnet.

Det er fire grunnleggende tenkemåter, som er nødvendig å forstå og mestre hvis jeg vil forberede mitt sin til selvkunnskap.

- 1) Impulsiv. Ikke-undersøkte tanker født ut av instinkter dominerer sinnet. Jeg gjør hva jeg føler uten å tenke over det.
- 2) Mekanisk. Tanker som jeg er bevisst på, men har ingen kraft til å kontrollere fordi det er produsert av bindende vasanaer.
- 3) Bevisst. Tanker under forutsetning av diskriminasjon som er akseptert eller avvist med referanse til min verdistruktur.
- 4) Naturlig (spontan). Uten å evaluere mine tanker tilpasser de automatisk til universelle verdier og mine handlinger er alltid passende og i rett tid. Denne måten å tenke på angår til dem som selvkunnskap har ødelagt bindende vasanaer og benektet handlerskap.

Spontan tanke er ikke inkludert i denne verdien fordi det angår bare selvaktualiserte individer. Hvis min tankegang er impulsiv, betinget (mekanisk) eller bevisst så er jeg ingen mester, men med bevisst tankegang kan sinnet bli kontrollert. Relativ mestring er årvåkenhet (sattva), og involverer bevisst å innordne seg alle tanker og følelser til rasjonell gransking og bytter inn den passende logikken når hver gang ignoranse-fødte mekanisk tankegang dominerer sinnet. Hvis jeg er bevisst om mitt sinn kan jeg lære fra mine feil og øve valg på den måten jeg tenker, å tillate å fullføre mine forpliktelser til mine mål overfor varierende distraksjoner og for å endre min atferd slik at det tilpasser med universelle verdier.

Sinnskontroll, sansekontroll og konsentrasjon var listet opp som kvalifikasjoner til gran-

sking. I dette kapittelet presenterer vi dem som verdier. Her er sinnskontroll disiplin over ens tankegang på et nivå hvor tankene dukker opp, sansekontroll indikerer diskresjon på sansenes nivå og konsentrasjon er den konsekvente kapasiteten til å holde seg til undervisningene overfor lite behjelpelige tankemønstre... å anvende den motsatte tanken, for eksempel. De to første får sinnet til å være kapabel av konsentrasjon.

11. Sinnsro overfor sanseobjekter

En veldig viktig verdi, som er det samme som ekstensiell modenhet, objektivitet/ sinnsro var definert i kapittel en som en klar verdsetting av to harde til å assimilere fakta:

(1) Gleden, som jeg søker, finnes ikke i objekter og

(2) livet er et null-sum spill.

Den fjerner falske emosjoner skapt av mine vasanaer og presenterer verden som en objektiv fakta til mitt sinn. I kapittel tre var det presentert som likeglad til resultatene av mine handlinger. Hvis du ikke er klar om viragya så vær så snill å repetere disse kildene. Gransking er som en annen natur til et objektivt sinn.

12. Avkall, nøysomhet

Det vil være vanskelig å finne mer spirituelt nyttig verdi enn avkall. Etter 2 verdenskrig skapte velstandsamfunn propfulle av behovsbegjærende skapninger. Jeg ønsker hva jeg ønsker meg på den måten jeg ønsker meg og jeg ønsker det NÅ! Denne holdningen, inspirert av omfattende spirituell tomhet, som har produsert en intensitet og mengde av forstyrrende tanker, som er uten sidestykke i menneskets historie. Løsningen: Kultivere en verdi for avkall. Det hellige mantra av avkallet er «Mindre er mer.» Dess mindre stort og subtile objekter jeg lengter etter og er i besittelse av dess mer fred nyter jeg.

13. Fravær av egoisme

Fordi vi diskuterer emnet av verdier er fravær av egoisme ikke fullstendig frihet fra sansen av lokalisert «Jeg-er/eksisterer» tillatt av selv-kunnskap. Det er ganske enkelt gjenkjennelse mellom egoet og selvet.

Stolthet er litt mer enn bare ignoranse av forholdet mellom individet og verden. Individet er et ego, et bevisst vesen som er bragt her for å fullføre dets skjebne. Egoisme er en ide av selv, en ren oppfatning av det å være atskilt. Det er født ut av ignoranse og det er stor bokstav med Jeg-ego, som begynner livet og vil tilbringe rikelig fra begynnelsen til slutt. Det er jevngodt med ikke mindre enn grunnleggende å gjøre krav på eierskap av forskjellige objekter, talenter og egenskaper som tilhører Det Totale Sinnet, og ikke det tilsynelatende individet. For en forståelse av denne verdien så refererer det til analyse av stolthet fordi stolthet og egoisme er mer eller mindre synonymt.

Swami Dayananda presenterer en interessant undersøkelse, kontemplasjon som vil gjøre absurditeten av egoisme mer klart. Han sier: Selv om jeg er velsignet med fri vilje og har styrke til å velge mine handlinger, har jeg ingen kraft over resultatet, som ikke er mer enn en mulighet blant muligheter. Resultatet over enhver handling er utfallet av mange omstendigheter, fortid og nåtid, kjent og ukjent, som opererer samlet. Hvis min sterke ferdighetsmessige arm kaster den vinnende pasningen i finalesekundene av en fotballkamp så er det mange materielle og omstendighetsfaktorer, som kommer sammen for at seieren er vurdert for at det er en sak for personlig stolthet. Jeg er verken skaper av fotballen og ei heller min atletiske kropp. Mange erfaringer bidro til utviklingen av ferdigheten i armen som kastet fotballen. Jeg er ikke ansvarlig for å renske unna før kampen regnstorm slik at hendelsen kunne skje eller til det skarpe jordskjelvet, som skjedde to sekunder før jeg kastet. Ei heller kan jeg gjøre krav på kreditten til ferdigheten av min lagkamerat som fanget den vinnende pasningen. Når stolthet og ego er undersøkt så blir de tøysete slik at ydmykhet virkelig ikke kan vurdert som en dyd. Ydmykhet er enkelt og greit forståelsen av verden, inkludert meg selv, fordi jeg er en del av verden, som nettopp den er. Fravær av egoisme tillater meg å sette pris på alle de vidunderlige mulighetene, som verden tillater seg, muligheter som gir en kilde av læring og en mulighet til å kaste lys over min ignoranse.

14. Verdssettelse av tid

Objektene som jeg er avhengig av for min lykke er tydeligvis utsatt for tid. For å få Samsara til å fungere for meg så trenger jeg å være bevisst ignorant av dette tydelige faktum. Ignoranse av det forhindrer gransking, fordi det holder meg bundet til objektene. Denne verdien er litt mer enn å se på bakdelen av prosessen av livet selv. Fødsel er kanskje vidunderlig, men det minsker å være så vidunderlig når du vurderer døden. Og rommet mellom fødsel og død er ingen røde roser heller; vi er alle behandlet for forskjellige fysiske og psykologiske smerter daglig. Det kan være at du er glad i dag, men det kan være at du lider i morgen. Tid er en skrubbsulten munn, forbruker alt, inkludert smerte. Ingenting kan gjøres med det, så hold ditt mål i sinnet. Ikke sløs det bort. Lag bevisst bruk av det til å gjøre hva som kan bli gjort. Bli en tidsmester og skynd deg langsomt.

15. Fravær av eierskap

Denne verdien er lignende til fravær av stolthet og fravær av egoisme. Her er en annen smart analyse av Swami Dayananda: «For noen år siden så fortalte en ung venn av meg at han hadde bragt med seg nytt sted i Bombay, som han inviterte meg til å se. Når vi ankom huset, så jeg på en 7 etasjer struktur. Siden denne unge mannen har en relativ beskjeden posisjon var jeg overrasket.»

„Du kjøpte dette“ sa jeg,
„Ikke alt“, lo han. „Jeg eier leiligheten i 3 etasje“.

Vi gikk til tredje etasje og han viste meg på plass ved å si: „Dette er mitt. Dette er leiligheten jeg eier.,,

Dette var første gangen jeg hadde hørt om en slik avtale, var jeg fortsatt satt ut.

„Eier du landet? Spurte Jeg

„Nei“, sa han. Han forklarte at en samarbeidsvillig ledelse i samfunnet eier landet. Alt han eide var en ganske liten leilighet – to rom og en kjøkken.

Jeg spurte: „Eier du etasjen?“

Nei, min etasje er taket av kollegaen under.

„Eier du taket?“

„Nei, taket er gulvet for familien oppe.

„Hva med veggene?“

„Vel, de indre veggene er delt opp med andre leiligheter. Den ytre veggen, selvfølgelig tilhører hele bygningen som en del av strukturens støtte.

Hva eier du?

Well, Swamij, jeg eier rommet.

Er kroppen min? Moren min kan kreve det så langt det er laget ut av hennes kjøtt. Faren kan kreve det så langt det ikke kunne komme uten hans sæd. Den kan ikke overleve uten foreldrene for å ta vare på det. Familien har et krav, samfunnet også, banken som holder dine penger trygg for eksempel. Utallige skapninger, bakterier av ulike slag: luft, ild, vann og jord, sol og måne, og så videre har alle krav. I beste fall er jeg en forvalter, oppsynsmann eller en turist, som tar opp midlertidig bolig helt til karma for denne inkarnasjonen spilles ut. Uten ideen om eierskap er mitt forhold til objekter rent faktum og i fraværet av binding blir sinnet mitt mer beroliget og kapabel av gransking. Det Totale Sinnet eier alt.

To positive verdier, som korresponderer med fravær av eierskap er veltedighet og generøsitet. Spirituelt liv har med å gi og ikke motta. Hjertet som gir, plukker.

16. Fravær av overdrevet tilknytning til de kjære

Jeg ønsker å tillegge en verdi til skapelsen; De jeg elsker er ment å være elsket av meg. For samme grunnen at jeg ikke eier noe og har ikke skapt noe, vanskelige bindinger til de kjære er ikke forsvarlig. Imidlertid bør jeg se etter dem på en omsorgsfull og objektiv måte.

17. Uforanderlig sinn i alle situasjoner

Basert på en forståelse av Det Totale Sinnet (Isvara) er denne verdien en variant av objektivitet. Det er en sinnstilstand, som ikke svinger mellom oppstemthet (rajas) og depresjon (tamas). For å oppnå denne tilstanden trenger jeg å fjerne mine projeksjoner fra objektene, vanligvis mennesker, inkludert meg selv, og se på dem som faktiske. Med en gang subjektive følelser er redusert til fakta, vil sinnet anta kroppsholdning, som gjør det

enkler å sette pris på Vedantavisjonen. Det stemmer at Vedanta avslører fakta til å være mithya, tilsynelatende virkeligheter, men for å forstå hva mithya betyr og fri meg selv, er det nødvendig til å fjerne subjektivitet.

18. Konsekvent ikke-dualistisk hengivenhet til Gud

Vi referer til bevissthet som Isvara, Gud, ikke ren bevissthet, i diskusjonen av verdier fordi verdier er bare et debattertemne for noen som ikke vet hvem de er. Hengivenhet nevnt her er ikke fast og solid selvkunnskap. Det er en forståelse om at individet søker frihet og vil være klokt så lenge det produserer et stabilt sinn, som er nevnt i den forrige verdien.

Det er karma yoga, en holdning av takknemlig aksept bragt med seg ved å se på Det Totale Sinnet som bidragsyter av resultater til handlinger. Som gransking, frigjør det sinnet av projeksjoner og bringer det på lik linje med objektiv virkelighet, som gjør assimilering av undervisningen mulig.

19. Å elske ensomhet

Å elske ensomhet er en åpenbart verdifull verdi så lenge en ikke kan granske når sinnet er forbundet til og omringet av andre travle sinn. Å elske ensomhet er ikke virkelighetsflukt, fordi behovet for å flykte er indikasjoner på en manglende evne til å møte seg selv. En aktivitet som gjør at du føler deg ufullstendig når du ikke kan det og det har blitt en virkelighetsflukt. Å elske ensomhet er et sinn hvor en nyter det å være med seg selv og det er det perfekte miljøet for selvgransking.

20. Fravær av krav for selskap

En ledsagers verdi til å elske ensomhet. Et rolig sted inn og av seg selv er ikke essensielt bra ei heller selskap av andre er dårlig. Frykt for mennesker og jage etter selskap er ikke sunne verdier. Verdien som en prøver å selge her er en verdi for en lykkelig, ikke-unnslipende sinn, som nyter sitt eget selskap.

21. Vedvarende praksis av selvkunnskap

I hvert våkne øyeblikk tenke over at alt jeg virkelig ønsker meg i livet er frihet og vite at ignoranse av virkeligheten blokkerer min erfaring av frihet er verdien som er antydnet her. Videre, å ha kjennskap uten tvil at selvkunnskap: Kunnskap om meg selv som bevissthet, er den eneste løsningen. Denne overbevisningen bør være så stødig at samsariske mål: sikkerhet, nytelse og dyder ikke snur opp ned i hodet. Når denne verdien er assimilert er neste og siste verdi enkel å forstå.

22. Beslutning, gjennomføring

Overdreven rajas er banen av det spirituelle livet. Mens individer med tamasisk sinn finner det vanskelig å sette i gang prosjekter, individer med hovedsakelig vimsete (rajasisk) sinn finner det ikke vanskelig å starte prosjekter og til å avslutte prosjekter. Om du ikke følger gjennom en beslutning så vil sinnet ditt blir mer og mer forstyrret siden ufullførte vasanaer bygges opp. Så det er nødvendig å ha en sterk verdi for å avslutte prosjekter. Til å mestre denne verdien gjør en ting av gangen. Ikke multi-tasking! Bare når et gitt prosjekt er avsluttet så tar jeg opp det neste. I tillegg til karma yoga er det nødvendig å undersøke kilden av mine mange behov for overflod av aktiviteter, identifiser for hva det er, en feilaktig ide av hvem jeg er og nøytraliser det med kunnskapen: «Jeg er hel og fullstendig. Ingenting hva jeg gjør vil endre på hvem jeg er. Og med en gang jeg er forpliktet til frigjøring og forstår verdien av gransking så holder jeg meg til praksisen helt til jeg er fri.»

23. Forsiktighet, overveielse og avhold

For å korrigere tilbøyeligheten til impulsive igangsettende prosjekter så er det viktig å verdsette forsiktighet. Jeg bør bevisst tenke gjennom tingene forsiktig og vurdere oppsiden såvel som baksiden før jeg hopper i med begge føttene. Med en gang jeg er forpliktet, bør jeg jobbe tålmodig. I navnet av tempo og følelsen: Jeg gir overdrevet tid til rajasiske individer og anstrengelse på unøvendige handlinger.

12. Å VÆRE EN VIS PERSON, FRIGJØRING OG KJÆRLIGHETENS NATUR

Oppsummering i Bhagavad Gita og Upanishadene om det å være en vis person:

1. Alle problemer relatert til menneskelig utvikling stammer fra ens projeksjoner

Alle vanskelige problemer, som med vår manglende evne til å takle ens begjær effektivt, velge passende handlinger, takle handlingens resultater, relatere til mennesker, håndtere endringer, frigjøre oss fra det som holder igjen fra fortidens problemer, har en enkel kilde, og det er vår subjektivitet. Manglende objektivitet i å tolke hendelser som skjer og å vurdere passende handlinger sammensatt av våre forvirringer og som gjør livet vårt komplekst og tungt.

Hovedproblemet er at vi ikke vet vår sanne natur og ser på oss selv som begrensede individer. Denne feilaktige visjonen som forutsetningen for alle våre transaksjoner i verden, kan vi ikke totalt fjerne sansen av at jeg ikke er god nok, jeg har ikke oppnådd nok

og at jeg er mislykket. Disse grunnleggende konklusjoner øker videre antallet av følelsesmessige problemer, som leder til sorg, sinne, sjalusi og hat. Presset av disse følelsene kan være så sterk at det forvrenger vår visjon i den grad at det leder til atferd og handlinger, som er uetiske, egoistiske og kortsynt. Senere må vi møte konsekvensene av disse upassende handlinger.

Disse uvelkomne episodene forverrer vår følelse av skuffelse, som leder til videre sorg, hat og sjalusi. Syklusen fortsetter og hver forvrengning blir styrket og forsterket med videre feilaktig atferd og respons, som gjør at vi forsterker vår subjektivitet.

Disse upassende holdninger og oppfatninger sprer videre til våre meninger om verdenen og mennesker generelt sett. Vi konkluderer med at verdenen er urettferdig, farlig eller kaotisk, mennesker er ikke til å stole på, slemme og uetiske. Med en slik grunnleggende trossystem, blir livet selvfølgelig elendig og vi gjør desperate forsøk til å finne glimt av glede og oppdagelse av varig frihet.

Bhagavad Gita utfolder en helt annen visjon. Den stiller spørsmål ved konklusjonene om at jeg er begrenset, som former grunnlaget av vår følelse av utilstrekkelighet. Den viser oss gjennom en høyt utviklet analyse, at Jeg faktisk er grenseløs bevissthet. Denne korrigeringen av den grunnleggende feilen er absolutt essensiell hvis vi skal korrigere våre misoppfattelser og villedete atferd. Faktumet er at hele verden er designet på en slik måte at vi er ledet til grenseløshet hvis vi analyserer våre liv og problemer på en passende måte. Så lenge den grunnleggende feilen ikke er identifisert og korrigert, kan vi ikke finne fullstendig tilfredsstillelse.

2. Å løse problemet av den konstante søkeren gjennom virkelighetens kunnskap

Å oppsummere visjonen, som Bhagavad Gita avslører er at «Jeg» er grenseløs, må vi se på alle implikasjoner av denne erklæringen. For at Jeg skal bli grenseløs, må det være eneste tingen i universet, det kan ikke være to, fordi hvis det var to ting, en begrenser den andre. En ting kan være veldig stor, den andre kan være veldig liten. Grenseløshet betyr at det er bare en. Hvordan er det holdbart? Bhagavad Gita utfolder at hele verden utgjør av forskjellige navn og former, som ser ut til å være virkelig, håndgripelig, bestemt og i stand til å produsere varierte erfaringer for meg, som oppløser i former inni former inni former.

Dette inkluderer vår kropp-sinn-sanse komplekset, som hver levende organisme, planeter, solen, månen og galaksene. Hele universet avhenger til slutt av bevissthet for dets eksistens. Denne bevissthet viser seg i forskjellige navn og former ordnet gjennom en serie av fysiske, biologiske, anatomiske, psykologiske, økologiske ordener slik at vi kan erfare vår lykke, nytelse, utfordringer, sorger, begjær, frykter osv. Disse forskjellige ordensnivåer er mulig på grunn av den alt-intelligente kapasiteten vi kaller for Isvara (Det Totale Sinnet). Denne alt-intelligensen er også avhengig av bevissthet, som betyr at «Jeg»

er virkeligheten av alt.

Bare når Jeg kjenner min grenseløshet kan denne konstante søkeren i meg forsvinne fullt ut en gang for alle. Faktumet er at søkeren og den søkte er for alltid oppløst, fordi det er ikke noen andre, noen søkt, noen søker. Når alt er mithya, som er avhengig for noe annet for dens eksistens, og hva den avhenger av er «Jeg» subjektet, da er søkeren og den søkte delingen som Jeg prøver å løse gjennom å oppnå lykke i verdenen for alltid løst i min forståelse. Det er når vi avtar å være avhengig av noe for vår tilfredsstillelse: vår tilfredsstillelse stammer fra vår forståelse av virkelighet.

3. Behovet for ledsagende oppmerksomhet til psykologisk vekst

Å korrigere denne grunnleggende visjonen om vår virkelige natur er ikke så enkelt. Hvis det er et rep og på grunn av manglende lys, ser Jeg at det er en slange, kan mine usanne konklusjoner bli fjernet av noen som gjenkjenner virkeligheten. Personen må bringe med seg fysisk lys, slik at konklusjonen om at det er en slange, er korrigert for alltid. Ved å kjenne virkeligheten, vil våre frykter umiddelbart forsvinne. Å korrigere feilaktige oppfatninger av vår begrensning er mer komplekst enn vi aner. Hva som gjør det så vanskelig er det komplekse vevet av subjektiviteter, som filtrerer hvert aspekter av mitt liv. Det er en lang prosess og det krever selvfølgelig en bevisst anstrengelse og forpliktelse.

De tidligere delene av dette kapittelet viser oss hvordan oppnå modenheten, som gjør at det å gjenkjenne vår grenseløshet blir en mulighet og ikke bare en uklar og fjern urealisert utopi.

Vi vil diskutere hva som kreves for å bli en vis person, som har assimilert virkeligheten fullstendig. Beskrivelsen av holdningen og atferdstrekk av en vis person i Bhagavad Gita vil forhåpentligvis gi deg, som leser en oversikt og leverer en meningsfull retning i forsøket på å vokse for å bli en vis person.

4. Ingen blanding mellom forskjellige virkelighetsordener for en vis person

Til slutt, det som gjør en person vis er fullstendig klarhet med referanse til tre virkelighetsordener: subjektivitet (pratibhasika), empirisk (vyavaharika) og det absolutte (paramarthika). Tilstedeværelsen av subjektivitet betyr at vi opererer fra våre projeksjoner, feilaktige oppfatninger og trossystemer. Det kan bli beskrevet som, «Jeg» ser derfor er det sann. Hva Jeg ser svarer kanskje ikke til den utvendige virkeligheten i det hele tatt. Den empiriske virkeligheten på den andre siden er definert som, Det er derfor jeg ser det. Når jeg ser en blomst som en blomst, er Jeg i kontakt med den empiriske virkeligheten. Den absolutte virkeligheten er den bevisste eksistensen, som ikke er avhengig av tid, rom eller noe annet objekt for dens eksistens, og er derfor grenseløs. Hele den empiriske verdenen, så vel som våre projeksjoner inni den, avhenger av den absolutte virkelige-

ten, satya for dens eksistens.

Vi lever våre liv for det mest ved å ikke gjenkjenne det absolutte (grenseløs bevissthet/selv) i det hele tatt. Det er vanlig når man først studerer Bhagavad Gita at disse blandingsene av virkelighetsordenene er hverdagslig. F.eks. hvorfor blir mennesker som hevder de har klarhet i denne kunnskapen syke? Spørsmålet antyder at en vis person ikke vil lide noe kroppslige eller mentale lidelser. Dette antyder en blanding mellom virkelighetsordenen. Den korrekte forståelsen er at kroppen har sin egen programmering og, som med andre kropp, vil en vis persons kropp gå igjennom sykdommer, aldring og smerter forbundet med en aldrende kropp. Hva som gjør en person vis er å klart gjenkjenne at Jeg er uavhengig av kroppen. Den vise personen har fullstendig klarhet med referanse til hva som er subjektiv, empirisk og absolutt.

Den vise personen vil respondere til utfordringer i den empiriske verdenen med kløkt og praktisk nytte. For eksempel, hvis noen går til en vis person og uttrykker dyp sorg, på grunn av tapet av et familiemedlem, ville ikke personen gi noe råd om siden den virkelige naturen av Jeget er udødelig, ville vi ikke være triste. Selv om faktumet er at Jeg ikke er underordnet døden er sann, når en person har behov for støtte, omsorg og validering, er denne type erklæring ganske ubeleilig og nytteløs.

Når Bhagavad Gita avslører at Jeg er fri for sorg (absolutt virkelighet), vil ikke den vise personen likestille det med sinnstilstanden (som er empirisk) og forestille at kunnskapen vil lede til et sinn, som er fullstendig fri fra sorg hele tiden.

Når hver virkelighetsorden er gjenkjent, erkjent og taklet på en passende måte uten å hoppe over noe, kan vi si at den personen nyter klarhet i visjonen. Den endelige kunnskapen betyr at alt er satt i perspektiv. Det betyr ikke at den vise personen bare er i kontakt med den absolutte virkeligheten og uoppmerksom på alt annet.

For å oppnå denne klarheten, som en vis person oppnår, må denne personen jobbe med stor forpliktelse og oppriktighet gjennom følelsesmessig vekst. For å oppnå denne klarheten, som en vis person oppnår, må denne personen jobbe med stor forpliktelse og oppriktighet gjennom følelsesmessig vekst, som rommer tilstedeværelsen av denne altgjennomtrengende årsaken. Hvis ens psykologiske tilstand ikke er adressert, vil det fortsatt forurense ens visjon og forvrengte ens forståelse over hva som er foran deg. Med denne type sinn, som er et offer av villedet tenkning, er det umulig å oppnå klarhet i Bhagavad Gitavisjonen.

Vi kan konkludere med at en vis person utviser sunne holdninger og handler fra veldig høye moralske standarder i hverdagen. Det er fra dette perspektivet at Bhagavad Gita beskriver den vise personen fra deres atferdstrekk. Denne beskrivelsen av en vis person tjener også en nyttig veiledning til de som er interessert i å oppnå kunnskap og forberede dem selv tilstrekkelig for den.

5. Beskrivelse av en vis person

Disse modenhetsaspektene er nevnt i Bhagavad Gita, som den vise personen har oppnådd, som vi kanskje trenger å jobbe med:

Ikke plaget med diverse motsetninger (smerte og nytelse osv.)

Vi kan ikke ta denne betydningen av verset bokstavelig og forestille oss at den vise personen er den samme med venner og fiender, i smerte og nytelse, eller varme eller kulde. Hvis vi tilskriver fullstendig likegyldighet fra den vise personens side, da ville den være som en robot.

En vis person, som alle andre er også underordnet fysiske vanskeligheter som sykdommer og utfordringer med kroppen i dens aldringsprosesser, men en er i stand til å møte dem på en objektiv måte.

Det samme med det mentale oppsettet. Situasjoner som leverer oss glede (sukha) og sorg (dukha) fortsetter å skje i alles liv, og for en vis person er det også slik. Imidlertid med en intim verdsettelse av faktumet at alt som skjer i verdenen er arrangert av en stor altgjennomtrengende ufeilbarlig orden, gjør at den vise personen ikke kommer i ubalanse, er deprimeret eller underordnet lignende følelser.

En vis person viser en passende balanse mellom å være sensitiv til andre og på samme tid er han/hun uavhengig i deres vurdering og handlingsvalg. Nesten alle engasjerer seg i verden ut ifra at det mangler noe. Mens derimot en vis person er i stand til å bidra i verdenen ved å bevare fullstendig objektivitet ved å være tilstede i det som skjer. Den vise personen handler ut ifra fullstendighet, forståelse og ansvarlighet.

Glemmer aldri ens forhold til Det Totale Sinnet, universets årsak

Vise personer mister ikke synet av deres forbindelse med det totale siden de lever i Det Totale Sinnets tilstedeværelse, årsaken, i og gjennom hver form. Denne forbindelsen gjør alt i livet betydningsfullt, unik og at det er mening.

Dessuten er den vise personens visjon av verdenen mer i tråd med empirisk virkelighet siden den personen har redusert de subjektive personlige projeksjoner og tolkninger. En vis person vil ikke overdrive dette med å vedlikeholde kroppen og sinnet på grunn av helsemessige fordeler.

En vis person vil ikke miste å nyte musikk, dans eller annen kunstnerisk form. Men de gjør det ut ifra mer sattviske preferanser.

En vis person ser klart at selvkunnskap er det eneste middelet til fullstendig tilfredshet. Andre mål, uansett hvor edelt det er, har deres iboende begrensninger, som gjør at en ikke blir fullt ut tilfreds med.

Krishna erklærer til Arjuna i Bhagavad Gita at den vise personen ikke bare er veldig viktig for meg, men er meg alene. Fra den absolutte visjonen, er den vise personen og Det Totale Sinnet ett, slik som både bølge og hav ikke er noe annet enn vann.

Å leve med full oppmerksomhet på hva verden kan by på av skjønnhet og mirakler

Det er en tendens i noe Vedantalitteratur å understreke gjentatte ganger at den vise personens natur er å gi opp jakten i verdenen og svekke den vise personens karakteristikk som å være full av glede, nyte miraklene av ens tilstedeværelse i verdenen.

På grunn av bildet av en vis person av å være asketisk, velger få personer å dvele dypere inn i denne veldig rike og livstransformerende undervisningstradisjonen. Vi trenger å vise et mer positivt og dynamisk aspekt av det å være en vis person. En person som er velsignet med visdommen er i stand til å leve til det fulle, og ingen problemer i verdenen forblir skremmende for dem. En slik person viser kvaliteter som entusiasme, nysgjerrighet og friskhet og nyter det å sette pris på det vakre i livet, om det er i form av naturfenomener som sola, månen og stjerner eller andre oppnåelser av mennesker i områder av kunst, vitenskap og litteratur.

Den vise personen ser vidunderet som er i skapelsen og alle de villedete reaksjoner slik som hat, sinne, smerte og sjalusi smelter naturlig bort, og som et resultat har de en kraftfull tilstedeværelse som tiltrekker andre mennesker til dem. Siden den vise personen ikke er manipulativ og folk føler seg trygg og avslappet i deres tilstedeværelse.

Mennesker er inspirert av en vis person av ulike årsaker, som avhenger deres modenhet. Noen søker hjelp, veiledning eller rådgiving mens andre er tiltrukket av å lære fra den vise personen. Uansett hva mennesker har som meninger, vil ikke undringen i livet avta for den vise personen.

Å utvise objektivitet og frihet

Den vise personen har meninger og dømmekraft, men anerkjenner de som provisoriske og underordnet til endring, fordi verdenen er full av nyanser. For å fange de subtile nyansene, engasjerer de seg i verdenen med et åpent sinn og ikke fra noe fordomsfull oppfatning.

Den vise personen har et passende forhold til alt i verdenen, inkludert penger, makt og anerkjennelse. De trenger ikke å unngå noe av dem, men de blir heller ikke fanget i dem. Denne holdningen har de til alt inkludert forhold, vennskap og suksess.

De har konstatert at det ultimate målet i livet er selvkunnskap. Selv om den vise personen lever et liv med modenhet, utviser kvaliteter som medfølelse, tilpasningsdyktighet, kjærlighet og omsorg, forstår de at det å ha noble menneskeverdier ikke er slutten, men heller middelet for å nå målet.

Objektivitet antyder også at den vise personen ikke tar holdningen om at jeg er mer hellig enn deg. Det er upassende å tro at de som følger det spirituelle er modne og at andre som ikke har valgt dette er tapte sjeler. Hvis en virkelig har utviklet seg vil en ikke ha behovet for å vise at en er overlegen andre.

Frihet fra bekymringer, angst og frykt for det ukjente

Mennesker tror at hvis en person er ett med årsaken (Det Totale Sinnet) vil den ha all-kunnskap, slik som universets årsak. Det er ikke slik. Empirisk sett forblir personen den samme med sitt kropp-sinn sanse kompleks. Det er hvorfor skriftene gjør en distinksjon mellom individet og det totale på det empiriske nivået. De sier at individet er altpå, istand til å ha kjennskap til ting som er programmert som er mulig i et menneskesinn og Det Totale Sinnet (Isvara) er sarvavit. Det er all-kunnskap som skaper, vedlikeholder og oppløser skapelsessykluser.

Når personen realiserer eller kjenner til ens identitet med årsaken, blir personen sarvajnah. Det vil si at den personen vet at Jeg er bevissthet, på grunn av min individuelle kunnskap eksisterer. Den virkelige naturen av Det Totale Sinnet, all-kunnskap er også grenseløs bevissthet og derfor er det fullstendig oppløsning av individualitet og totalitet i en bevissthet. Den vise personen blir aldri Det Totale Sinnet, som har kjennskap til alle detaljer i skapelsen.

Klarsynte kan oppfatte mer enn hva som er generelt vanlig i menneskepersepsjonen. Denne type egenskap kan bli feilaktig sett på som visdom. Vise mennesker kan ha psykiske egenskaper eller ikke. Å være klarsynt er ikke ensbetydende med at det er en vis person. For alle andre, gjenstår fremtiden ukjent også for den vise personen.

I tillegg, er den vise personen som alle andre født ifølge lovene, og det inkluderer punya og papa, som bringer med seg behagelige og ubehagelige situasjoner. I denne fødselen er den vise personen velsignet med kunnskapen å oppdage en selv som fri fra alle former for sans for handleren og nyteren. Når kunnskapen er stødig i den vise personen, kan ordenen få bruk for den vise personen til å oppnå ting som undervisning og det å hjelpe andre, men fortsatt kan fortidens akkumuleringer (karmastrøm) produserer ubehagelige situasjoner.

Den vise personen har lite eller ingen frykt eller bekymringer for fremtiden og stoler på at ting skjer som det skal i denne livsordenen vi lever i. Den vise personen fryder seg ved å oppnå frihet gjennom det å sette pris på deres ikke-separate forhold med det totale.

Å anerkjenne begjær som en rettighet

Den vise personen forkaster ikke begjær (ønsker) som noe uønskelig eller la dem styre for mye av dem. Begjær blir sett på som en rettighet av dem. Den vise personen er i stand til å håndtere hvert begjær med objektivitet og tilbakeholdenhet, uten å undertrykke eller nekte det. Uttrykket av begjær for vise personer er fra et større perspektiv. De ser deres rolle i det store bildet og er i stand til å gjøre et betydelig bidrag til samfunnet. En vis person kan leve et rolig liv, eller være en offentlig person, en med familie eller en som lever alene. Disse rollene kan variere, men den ene tingen som er den samme for alle disse, det er ingen tvetydighet om livets mening og begjærets rolle i den. Å ikke bli fanget inn i det man liker eller ikke liker, men heller gjøre ting bevisst og uten anstrenge.

Frihet i handling

For mange av oss, det å utføre handlinger gjennom livet involverer betydelig anstrengelse, strev og stress. Den vise personen viser seg som et eksempel om hvordan en kan leve et aktivt liv uten at det følger med seg smerte og stress. Denne friheten når man utfører handlinger kan være relative eller absolutte.

Hvis det grunnleggende problemet er uadressert, fortsetter vi å se verdenen fra vårt eget perspektiv, som ikke er noe annet enn snever. Med denne visjonen, uansett hvor mye vi forsøker å oppnå frihet, vil vi fortsette å utvise forvrengninger i vår forståelse og atferd. Man kan bli veldig selvkritisk. Andre kan bli for perfektjonistisk og bli frustrert mot samfunnet. Det disse ikke har realisert er at ingenting på det empiriske nivået, inkludert seg selv kan være perfekt. Det er perfekt som det er og ting spilles ut som det skal på den måten det skal.

Det er bare når det er total klarhet om virkelighetsordener at personen kan eliminere alle former for utilfredshet og skuffelser fullstendig og oppdage total frihet i handling.

6. Siste kommentarer

Vi mennesker har fått en stor gave i menneskehjernen, som også har potensialet til å granske sannheten av ting og oppdage den ultimate virkeligheten. Å gjøre det passende ut av livet, oppnå krevd modenhet og være kvalifisert til å oppdage vår essensielle identitet med Det Totale Sinnet (Isvara).

Et fullstendig paradigmeskifte er essensielt i vår forståelse av ting. Det er bare ved å oppdage den grenseløse naturen av Jeget og vår identitet med universets årsak at vi virkelig kan finne sann frihet. Bhagavad Gita tjener som en uvurderlig veiledning, fordi den avslører ikke bare den endelige sannheten, men diskuterer grundig hele menneskets vekst og følelsesmessig modenhet, som gjør oss i stand til å forstå og holde på denne visjonen.

For å forstå denne visjonen fullstendig, må undervisningen trenge inn i hvert område av vårt vesen, og gå bakenfor overfladiske forståelser av konseptene. Følelsesmessig vekst rommer tilstedeværelsen av Det Totale Sinnet er hva som må bli en virkelighet, faktumet er at vi er tilstede i hvert øyeblikk i livet som det er. Det er ingen forestilling her og ei heller blind tro. Det er heller en prosess av å avsløre sannheter og gi slipp på våre falske oppfatninger, som blir en katalysator for en stille revolusjon inni oss. Vi må realisere at det empiriske nivået, som er den verdenen vi lever i, er det ingen fullkommenhet. Vi tar det første steget og ordenen tar oss videre.

Med engang klarhet er oppnådd, engasjerer den vise personen seg i verdenen med et totalt annerledes syn. Det er derfor Bhagavad Gita sier at hva som er natt for andre (Jegets natur), er dag for den vise personen (personen lever slik som virkeligheten er), mens derimot hva andre lever mot (sans av ens separasjon fra alt annet), er natt for den

vise personen (siden personen ser slike forskjeller som tilsynelatende (mithya) og ikke absolutt virkelig). Det betyr at hele livslikningen til den vise personen er fullstendig uforliknelig til alt annet.

Disse vise personene vil ikke komme og banke på vår dør og insistere at vi lærer denne store visdommen. Vi må gjøre valget selv og lære å være en person, som kvalifiserer seg for denne kunnskapen. Mange ganger feiler vi å bruke de mulighetene som er gitt oss og fortsetter å klage på vårt snevre definerte liv, som ikke har noe oppfyllelse. Hvordan vi navigerer våre liv er i våre hender. Kunnskapen eksisterer, lærerne med klar forståelse er tilstede, men vi må velge og gjøre de nødvendige anstrengelser for å utvikle oss som et menneske.

Opplysthet

Opplysthet er ingen spesiell status, en erfaring eller tilstand.

Opplysthet, frigjøring (moksha):

- 1) Min essensielle natur som lys (Bevissthet/Selv).
- 2) Det som skaper erfaring og den som erfarer.
- 3) Frihet fra binding til objekter for min lykke/ glede.
- 4) Frihet fra handleren og handlingens resultater.
- 5) Frihet fra lidelse-hjulet (frykt)
- 6) Disidentifikasjon fra jiva, personen som jeg viser meg som i verden.
- 7) Total identifikasjon med Selvet (grenseløs bevissthet eksistens), også kjent som SatChit Ananda: kilden av skapelse og objektene i skapelse.
- 8) Å stå stødig i Selvet som Selvet.
- 9) Assimilere og aktualisering av kunnskapen: Jeg er handlings-løs, alltid tilstedeværende, alt gjennomtrengelig, ordinær, ikke-dual kjærlighet
- 10) Total tilfredsstillelse (tripti) - har ikke behov for å søke etter lykksalighet i objekter eller endre på seg selv, andre eller verden.

Oppvåkning - Frihet - Opplysthet

I Vedantas visjon og ståsted handler opplysthet og oppvåkning om dette:

- 1) **Opplysthet:** Vi er alle opplyste i utgangspunktet ut ifra det vi er essensmessig (identitet som ufødt, uforanderlig og alltid tilstedeværende bevissthet/ selv/ kjærlighet). Men vi er jo født ignorante om hvem vi er og det gjør alle når vi fødes, selv om vi har ulik karmisk bagasje.

Vi kan realisere hvem vi er på ulike måter - men det handler hovedsakelig om at vi trek-

ker ut kunnskapen om hvem vi er og når den er integrert /stødig i oss og at vi ikke er i tvil om hvem vi er - så er vi fri.

Vedanta bruker egentlig ikke ordet opplysthet siden vi alle egentlig er «lys» essensmessig som nevnt. De bruker, som noen kjenner til, ordet moksha (frihet - frigjøring). Vi som følger vedanta tuller og tøyser med at vi også sier frihet fra opplysthet. Da mener vi oppfatningen av opplysning eller opplysthet de fleste har i verden.

2) Spirituell oppvåkning. Her bruker Vedanta ordet gjenoppdagelse. Vi fødes inn i verden ignorant om hvem vi er og hva virkeligheten er. Når vi realiserer og aktualiserer (integrerer kunnskapen om hvem vi er), som nevnt, vet vi hvem vi er. Når vi realiserer hvem vi er, gjenoppdager vi hvem vi er. Det vi er essensmessig er ufødt og uforanderlig som nevnt - det betyr at det har aldri egentlig skjedd at vi våkner, fordi vi har egentlig aldri sovet. Vi har alltid vært våken og tilstedeværende. Veldig subtil lære, som krever mye kontemplasjoner, refleksjoner, undersøkelser på egen hånd og at man lytter til en lærer blant annet. Slik at vi får lære metodikken om å fjerne ignoranse om hvem vi er.

Vi kan også si at vi våkner opp av en drøm, som er skapt av Isvara/ Gud/ Det totale/ Maya/ Makrokosmisk kausal kropp. Vi lever i en drøm i en drøm er et kjent sitat fra Upanishadene og når man realiserer at verden er en drøm, forstår og realiserer vi hvem vi er bakenfor vår persepsjon og dualitetens verden. Mandukya Upanishad og Gaudapada's Karika er en kilde man kan undersøke nøye til at verden er en drøm utifra ikke-dualitets ståsted/ Selvets ståsted.

Når man har realisert, forstått og integrert kunnskapen om hvem vi er, noe som kan ta endel år, avhenger flere ting om hvor klar vi er til å integrere realiseringen osv. på ulike måter. Blant annet så er også det vi har med i karmisk bagasje og avgjør, men det er jo det totale/ upersonlig skaper/ Gud eller hva man vil kalle det for som avgjør hvem som blir fri (moksha) - det kalles for Guds nåde.

Når vi vet hvem vi er til det fulle og det ikke er noe tvil: Integrert kunnskapen om hvem vi er i livet betyr ikke det at vi vet «alt». Det totale/ Upersonlig skaper vil alltid vite alt om verden, universet osv. Mens vi lever fortsatt som tilsynelatende individ. Det vil alltid være ting vi ikke vil ha kjennskap eller kunnskap om som er et mysterium, men hva er større mysterium enn å vite hvem man er forøvrig? Da blekner alle andre mysterier for å si det sånn.

Forskjellen er for denne jnani, som det heter på sanskrit av en frigjort person er at den «vet» med urokkelig selvtilit hvem han /hun er. Og lever som før. Før opplysthet så hugger man ved, etter opplysthet hugger man ved - har man jo hørt før - og det er en fin metafor i dette. Ikke alle som blir frigjort - vet hvem de er til det fulle uten å være i tvil - vil bli lærere dog. Vi hører dermed ikke så mye om de fleste av disse «jnanis».

Ordet tripti er også nevnt som total tilfredsstillelse når vi er frigjort og vet uten tvil

hvem vi er. Vi er den vi alltid har søkt etter (lykksalighet, glede, kjærlighet, sannhet, lys osv. osv.). Den som er frigjort er for det meste tilfreds om hvem han /hun spiller ut som person i verden og har ikke behov for å endre på noe i seg selv, andre eller verden. Men møter verden som den er og følger sin livsvei rimelig naturlig.

Vi har eksempler som **Osho** som en fallen guru eller lignende som indirekte eller direkte hevdet at de var opplyste, men de var egentlig bare realiserte og hadde ikke integrert eller aktualisert selvkunnskapen om hvem de var. Det vil si å fjerne/ rense programmeringer, vaner, tendenser og så videre, som ikke tjener dem. De trodde de kunne overskride dharmafeltet (verden), som inkluderer universale etiske lover blant annet. Det fikk de smertelig erfare at vi ikke kan det, selv om man har opplevd noe som kan kalles for oppvåkning eller opplysthet, men det er bare en erfaringsbasert opplysthet og ikke hva frihet egentlig handler om hvis man stoler på vedaene som vedanta. De fleste mennesker som er opptatt av opplysthet følger erfaringsbasert opplysthet sin kunnskap eller holdning.

Om noen spør om du er opplyst (fri) vil det være det samme som å si at «alle» er det essensmessig.

Og at det er noe som bare er mellom meg og Gud/ det Totale, som gir resultater om opplysthet (frihet for individet).

Frihet fra opplysthet er også en fin metafor fordi det forskjellig myter om opplysthet. Mye subjektive oppfatninger om det emnet. Det er strategisk å følge noe som er mer objektiv og som man naturlig nok må undersøke selv har noe for seg.

At noen sier at de er opplyst så bør man absolutt være skeptisk. Om noen sier de er fri, er det egentlig noe «annet».

På et forum på facebook hvor man diskuterte emnet Oppvåkning og Opplysthet var det en person som lurte på om Opplysthet var uoppnåelig, som mål siden få har klart eller vil klare det. Det er jo det ultimate målet (valgløse mål), som vi mennesker ubevisst eller bevisst jobber for. Å forstå og integrere kunnskapen om hvem vi er.

Det er mange som prater om oppvåkning, men som nevnt før er det egentlig ikke noe vi våkner opp fra, men ordet gjenoppdagelse er et bedre ord. Å gjenoppdage vår natur - hvem vi er.

Summasumarum når vi reflekterer om ordene Oppvåkning og Opplysthet, er det bedre å bytte dem ut og erstatte dem med GJENOPPDAGELSE og FRIHET/ FRIGJØRING.

Hva er kjennetegn til en fri og en vis person?

Det er at den tilsynelatende personen ikke er i tvil om hvem han/hun er, Bevissthet/ Selv. Og for det andre har den personen også en urokkelig selvtilitt. Nå vil ikke disse persone-

ne være fri av Dharma-feltet (verdenen) og nullsum-spillet hvor vi erfarer både opp- og nedturer. Men de er ikke bundet av dem siden de også lever et sattvisk; fredfull, intelligent, moden, kreativ livsstil, som gjør at de ikke har behov for å endre på noe i seg selv, i andre mennesker eller i verdenen. De følger sin livsvei (svadharma) akkurat som de er ment å gjøre og det som er naturlig for dem.

Du vil også merke at de er veldig generøse mennesker, som liker å gi tilbake til verdenen på ulike måter. De har hengivenhet til skapelsen, verdenen, mennesker/ personer - alt levende og naturen. De har også god dose med medfølelse for alt det mennesker går igjennom i verdenen av utfordringer og lidelser. Men de gir ikke noe eller hjelper ikke til for at de skal bli bedre mennesker. De vet jo at de er fullkommen og ingen handlinger kan gjøre dem mer «fullkommen» eller «bedre». De tar heller ikke livet så seriøst og har også en dose med selvhøytidelighet.

Opplyste mennesker, som ordinære mennesker er ikke noe mer enn grenseløs bevissthet, som viser seg som mennesker. Eller, hvis du foretrekker litt mindre radikal oppfatning, og kan ikke akseptere at mennesker er bare en ide i bevissthet og vil tenke annerledes da kan du si at alle er opplyste, som betyr at hver og en av oss er opplyst av bevissthet, i lyset, så og si. Faktumet er at hver levende organisme er opplyst ifølge denne definisjonen, fordi uten bevissthet så eksisterer det ingenting.

Lykksaligheten er Det Totale Sinn som underviser gjennom deg hvis du er en lærer. Hvis du tar æren for den og gjør mennesker avhengig av deg uten å anerkjenne kilden så bryter du dharma. Hvis du åpner opp munnen din og snakker om opplysthet og din erfaring av den trenger du å være veldig forsiktig å snakke sannheten, ikke din ide av den, ellers vil du villedde mennesker, uansett hvor glad de føler i din tilstedeværelse. Opplysthet uten kunnskap av Det Totale Sinnet er ingen opplysthet, fordi kunnskap av Det Totale Sinnet gjør deg ydmyk. Sannhet som er talt av en ydmyk lærer oppklarer alltid, oppbygger og opprettholder dharma. Sannhet som kommer fra et urensset sinn tjener bare å forvirre og fører til adharma.

«Kjærlighet er ikke en følelse, det er selve eksistensen»
- Rumi

Å vokse til en kjærlig person av Swami Dayananda

Som et individ for i det hele tatt å få innsikt i denne virkeligheten, sannheten av en selv, trenger en å være kjærlig.

Hva er det som gjør at en person er hel og fullstendig er kunnskap, det er noe som skal bli oppdaget.

Når jeg antar at jeg grunnleggende er en ufullstendig person og denne ufullstendigheten aksepterer jeg ikke gladelig og jeg forsøker dermed å bli fullstendig.

Heldigvis er selvet allerede fri. Alt annet et er synspunkter. Et synspunkt er bare gyldig når visjonen, synet er veldig klart for deg.

Selvfornektelse, selvignoranse leder til selvforvirring. Først skaper jeg problemer på grunn av ignoranse og deretter løser jeg problemet.

Tilslutt sier Vedanta at du er fri. Det er en helt annen visjon. I Vedantavisjonen (ikke-du- alitetsvisjonen) er du fri og du er helheten. Jeg kan raskt gi deg en enkel logikk: Hvis det er noe som eksisterer som helhet, vil det ekskludere deg? Vil det være et hele pluss deg? Helhet pluss deg er umulig. Helhet betyr at det er helhet, uten deler. Dette er eksakt sannheten om deg selv. Hvis det er slik, da er tilnærmingen annerledes. Å forsøke å opp- dage her at jeg er helheten (fullstendigheten), som jeg ønsker å være og at jeg fri fra alle begrensninger er en helt annen jakt. Selv en innsikt til dette faktumet er flott.

Vi trenger ikke negativ tenkning og vi trenger ikke positiv tenkning. Vi trenger korrekt tenkning, som gjør at du er i live til hva som er.

Jeg løser ikke et problem. Jeg ser at det ikke er noe problem. Jeg prøver å forstå for å holde på undervisningsvisjonen, mangelen av et problem. Å være sentrert på deg er ikke et problem. Slik at en person må forstå: «Jeg er prosjektet i mitt liv. Alle andre prosjekter er bare ment for meg alene. Alt er sammenkoblet til meg, selvet. Jeg er prosjektet. Atma (Selvet) er prosjektet. Derfor er du prosjektet».

Faktumet er at du er meningen med alt som er. Oppdagelsen av deg er oppdagelsen av meningen for hele verden. Det er i virkeligheten hva sannheten er. Når du setter pris på dette, er det en visshet om hva du er for om hva du gjør. Det er bare denne oppdagelsen.

Hva du ønsker å vite, selvet, fullstendigheten, helheten er eksakt hva du ønsker å være: fri fra å være liten, med andre ord, helheten. Ser du forskjellen? Hva jeg ønsker å vite er hva jeg ønsker å være. Til dette kreves en viss forberedelse. Adhikari betyr at en person er klar for denne kunnskapen.

Du er helheten og undervisningen er tilgjengelig og derfor bør kunnskap ta plass om du er klar for det. For å oppdage at du er fullstendig (helheten), hva er forberedelsen? Jeg vil si at det er en person som har vokst følelsesmessig og kognitivt. Du har et modent sinn og er kapabel til å forstå hva som er sagt. Det betyr at du har modnet med tanke på et spesifikk forhold til verden, til å være medfølende, til å være kjærlig. Egentlig er det å være medfølende det samme som å være naturlig. Å være sympatisk er naturlig. Å være kjærlig er å være veldig naturlig: Det er hovedfølelsen.

Hva er kvalifikasjonen? Hvem er personen som er kvalifisert for denne oppdagelsen? Det er den kjærlige personen, den medfølende person, den sympatiske personen, den generøse personen, den forståelsesfulle personen, den personen som tilpasser seg men- nesker og er imøtekommende.

En 75 år gammel mann klagde til meg: «Swamiji, jeg føler meg trist og ensom.» Jeg spurte han hvorfor. Han sa «fordi mine barn ikke bryr seg om meg.» Jeg spurte han «Hvordan vet du det?» Det er en tolkning. Hvordan vet du at de ikke bryr seg om deg?» «Fordi, de skriver ikke til meg i det hele tatt. Selv om jeg skriver. Skriver de ikke til meg.»

Denne tolkningen er problemet. Du tolker fordi det er ingen egenkjærlighet. Du tolker alltid feil og lider, og håndterer et problem som ikke eksisterer, fordi det er ingen egenkjærlighet. Derfor, for å oppdage egenkjærlighet, er selvtilfredshet den veksten som må skje og det er i dine egne hender.

Med mindre du ikke tar initiativet vil du forbli barnslig, som denne 75 årige mannen.

Alle trenger å bli modne, å være sentrert i seg selv og være avslappet til tilstedeværelsen. I morgen er ikke et problem lengre. Det tar en plan for din modenhet og din egen vekst. Det er den største pensjoneringsplan til menneskeheten tilbudt enhver tenkende person. Å vokse til et punkt at du ikke trenger noe emosjonell støtte til å vokse. Du har gjort din oppgave.

Å nyte er å elske seg selv. Du trenger å oppdage den kjærligheten for deg selv. Bare da kan du nyte eller være tilfreds. Det betyr at du må vokse en del. Hva er nytten av å tjene penger, oppdra barn i verden og fortsatt være ensom hele tiden i en alder av 75 år?

Bhakti Yoga og Kjærlighetens natur

Kjærlighet er ikke en følelse eller tanke. Tanker/ følelser er bare refleksjonen av kjærlighet, og de er egentlig ikke kjærlighet, slik som din refleksjon i speilet er deg, men ikke deg. Kjærlighet som din natur betyr at du er hel og fullstendig. Det involverer ikke en annen, siden alle andre er på samme måte sett på som kjærlighet, selv om det ikke er uttrykt som en følelse til andre. Objektet er elsket for ens egen skyld, og ikke for hvordan objektet får subjektet til å føle. Ekte kjærlighet ønsker ingenting og frykter ingenting. Det er selvtilfredsstillende. Begjær føles som kjærlighet, fordi når dens behov og betingelser er møtt, er sinnet beroliget og lykksalig. Når dens behov og begjær ikke er møtt, er det virkelig stormfull.

Verdslig kjærlighet blir kalt for kama og dens natur er begjær. En verdslig elsker (kami) elsker et objekt med begjær og tilber ikke objektet. Han eller hun ønsker noe fra objektet, som produserer begrensede følelser forårsaket av atferden av kjærlighetsobjektet. Kama er et høyt vedlikeholdt av kjærlighet og tilsvarende en sans av eierskap. Å eie et objekt gjør at elskeren føler seg trygg. Karma blir kalt for kjærlighet, men det er egentlig dens motsetning av kjærlighet, fordi ekte kjærlighet er fri og subjekt-avhengig. Kama, begjær, er gjeldende av samsara.

I diskusjonen om kjærlighet er det alltid vanskelig å forstå likningen mellom bevissthet og kjærlighet. Dette er fordi bevissthet er fri for følelser, mens derimot kjærlighet ser ut til å være en følelse ganske separat fra bevissthet. Men det er egentlig ingen forskjell,

fordi virkelighet er ikke-dualistisk, og følelser er aldri atskilt fra bevissthet: de dukker opp ut av bevissthet og er laget av bevissthet, slik som edderkoppens vev er laget av edderkoppen.

Ikke-dualistisk kjærlighet, parabhakti, kjærlighet er kjent til å være deg, din sanne natur, som betyr bevissthet. Det er å ha alt du kunne ønske deg og vite at det vil aldri forlate deg. Det er kjærlighet som elsker seg selv. Det er grenseløs tilfredsstillelse. Parama sukka er ordet brukt i vedatekstene. Selvets natur er parama prema svarupa. Parama betyr grenseløs; svarupa betyr natur; og prema er kjærligheten som gjør kjærlighet mulig. I dens tilstedeværende blir selv spirituell kjærlighet levende. Spirituell kjærlighet, uansett hvor ren, er dualistisk, en transaksjon mellom et subjekt og et objekt, en kjærlighetsfølelse, for eksempel. Når jeg vet at Jeg er bevissthet, Jeg er prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærlighet er kunnskap, fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når handleren har blitt fullstendig negert av Selvkunnskap.

Bhakti – Hengivenhetens yoga

Hengivenhet eller bhakti, er et viktig emne i Sanatana Dharma. Bhakti er vanligvis definert som kjærlighet og hengivenhet til et høyere prinsipp, spesielt Guds kjærlighet.

Den sterkeste kjærligheten er alltid kjærligheten til seg selv. Vi jakter kjærlighet på grunn av ulike årsaker som komfort, trygghet og lykke. I Upanishadene sies det: «Ingen elsker ens ektefelle for ektefellens skyld. Alle elsker ektefellen for ens egen skyld. Vi elsker våre elskede, ikke for dem, men fordi det gleder oss å elske dem.»

Vi trenger å forstå definisjonene av Gud (Isvara/ Det Totale Sinnet) gradvis og systematisk frem til vi kan se hele visjonen, hele Eksistensens Mandala. Måten jeg definerer Gud vil avgjøre min *bhakti*, min hengivenhet.

- 1) I det første forståelsesnivå, vil min hengivenhet vies en personifisert guddom: en personlig Gud.
- 2) I det andre forståelsesnivå, vil jeg tilbe Gud i alt, inkludert naturen.
- 3) I det tredje og siste forståelsesnivå, ser jeg Gud som den formløse essensen av alt, både som manifestert og ikke-manifestert. Det siste nivået utelukker ikke de to forrige; de bare utfyller hverandre og utgjør et helhetlig bilde.

Når vi vurderer *Isvara* som både form og formløs, kan vi gjerne tilbe Gud/ Isvara som en personifisert guddom, som totaliteten av naturen og som den formløse essensen av alt. Akkurat som kvantefysikk ikke erstatter Newtons fysikk, er begge forståelser gyldige i sine respektive nivå.

Disse tre definisjoner av Gud eller de tre stadier av forståelsen av Guds natur kan ytterligere brytes ned til fire hengivenhets faser:

- 1) I den første fasen: Gud skaper verden.
- 2) I den andre fasen: Gud er verden.
- 3) I den tredje og høyeste forståelse ser vi at Gud viser seg som verden i sine mange former, men blir ikke dem. Akkurat som et spindellev kommer fra edderkoppen, lages av edderkoppen, avhenger av edderkoppen, men er ikke selve edderkoppen. Disse tre første stadier av Bhakti, eller hengivenhet i praksis, kalles *dvaita bhakti*; alle tre innebærer fri vilje og *jiva*, personen. Det er grunnen til at disse stadiene kalles dualistisk tilbedelse. Hensikten med disse tilbedelsesstadier eller bhakti, er at disse praksisene minsker subjektiviteten og nøytraliserer vasanaer (liker og misliker), så vel som de benekter handlingen. De tar vare på det barnslige egoet. Disse tre stadier er byggesteiner for det fjerde nivå.
- 4) Det fjerde og siste nivå av hengivenhet kalt ikke-dualistisk *advaita - jnanum bhakti*, inntreffer med det samme handleren er benektet, og baserer seg på kunnskap. Bhakti yoga er Karma yoga, en holdning av ren takknemlighet.

Utdrag fra Narada Bhakti Sutraene om emner som hengivenhet, kjærlighet og bevissthet – Swami Paramarthanandas kommentarer

Noen stiller spørsmålet ved Guds eksistens. Moderne vitenskap utvikler seg og advarer oss om å aldri stole på noe blindt. Det var lettere å ha tiltro i fortiden, men i disse dager er mennesker mer skeptisk. Mange mennesker stiller dette spørsmålet: «Er det virkelig Gud?» Og hvis ja, hva er beviset, fordi vitenskap tilbyr ingen bevis? Hvis du svarer at vedaskriftene snakker om Gud, vil de si: «Hvorfor vil jeg ha tiltro til skriftene, som ble skrevet av noen ukjente mennesker?»

Kanskje de ikke hadde noe bedre å gjøre? Hvorfor skulle jeg lese skriftene av noen hjemløse mennesker, som levde ved elvebredden av Ganges? Slike argumenter presenterer en utfordring. Uten å kjenne til at Det Totale Sinnet (Gud/ Isvara) eksisterer og at Det Totale Sinnet er kjærlig, kan jeg ikke ha bhakti til Det Totale Sinnet. Til dette, kreves det kunnskap av original bevissthet og reflektert bevissthet og uten begge er det ingen mulighet for kjærlighet.

Dvaita Bhakti krever kunnskap om Det Totale Sinnets lavere natur og advaita bhakti krever kunnskap av Det Totale Sinnets høyere natur; I begge tilfellene er kunnskap absolutt nødvendig.

Først vet jeg noe (jnana shakti), og så ønsker jeg den tingen (iccha shakti), og deretter, setter jeg i gang en handling og anstrengelse (kriya shakti) til å få tak i den: i den orden. Jeg vet, Jeg ønsker, og Jeg strever. Her, stammer ønske fra kunnskap, og kunnskap er arbeide (sadhana) for hengivenhet/ kjærlighet (bhakti).

Sutra 29 – Andre mennesker vurderer hengivenhet og kunnskap til å bli gjensidig avhengig av hverandre som årsak og virkning.

Andre mennesker presenterer det forskjellig. Vismennene som holdt på dette synet sa:

«Du kan ikke si at kunnskap er arbeidet (selvdisiplin) og hengivenhet er konklusjonen (målet), fordi vi finner ut at hengivenhet er også arbeide. Vi har sagt at på grunn av kunnskap er det begjær, slik at kunnskap er årsaken og ønske er virkningen. For å skaffe kunnskap i første omgang, trenger du begjær. Et begjær om å vite. Hvis du går i en klasse for kunnskap, skyldes det ditt begjær, eller kjærlighet, kunnskap. Derfor er kunnskap årsaken av begjær og begjær er kunnskapsårsaken.

Uten begjær kan du ikke en gang forsøke å vite noe. Forskjellige mennesker tar forskjellige emner i skolen, fordi de ønsker kunnskap av et spesifikt emne: Kunnskapen av dette emne stammer fra begjær. Derfor kan en ikke si hva som er årsak eller hva som er virkning: kunnskap og begjær er gjensidig avhengig av hverandre som årsak og virkning. Det er som å si at du må øve en del for å bli sunn. Men du trenger også å være sunn til å øve. Slik er øvelse på grunn av helse eller er det helse på grunn av øvelse? De er sammenkoblet.

Kommer rikdom på grunn av kunnskap eller kommer kunnskap på grunn av rikdom? Hvis du ønsker kunnskap fra en hederlig institusjon, må du betale, faktumet er at noen mennesker begynner å spare for barnas utdannelse før de har barn. Du trenger penger til å kunnskap, og senere hvis du ønsker å tjene penger, trenger du en eksamen. Derfor, er kunnskap resultatet av penger og penger er resultatet av kunnskap: alt er avhengig av hverandre. På samme måte, på grunn av hengivenhet, kommer kunnskap og på grunn av kunnskap kommer hengivenhet.

I tidligere sutraer sa vi at selvkunnskap er årsaken og hengivenhet (bhakti) er virkningen, og her sier vi at hengivenhet er også årsaken. Hengivenhet bringer med seg mental renselse, en passende lærer, og kapasiteten til å forstå vedaskriften, som leder til selvkunnskap og advaita bhakti. På denne måten er begge erklæringene like sanne: Selvkunnskap er årsaken og hengivenhet er virkningen, og hengivenhet er årsaken og selvkunnskap er virkningen. De er gjensidig årsak og virkning. Vi kan gjøre det enda klarere til og med ved å spesifisere typer av hengivenhet til hva vi refererer til: Dvaita bhakti leder til selvkunnskap, som igjen leder til advaita bhakti. Reisen er fra dvaita bhakti til selvkunnskap til advaita bhakti. Punktum. Det er ingen andre steder å gå: Det er slutten på reisen. Derfor er både sutraene 28 og 29 korrekte, sett fra dens synsvinkel. Narada kommer da inn og presenterer hans eget syn, som også er korrekt om det er forstått fra en enda synsvinkel.

Sutra 33. Ene og alene av den grunn. Burde frigjøringsøkere ta hengivenhet. Det er interessant at til tross for den nødvendige rollen av kunnskap, gir Narada ikke uttrykkelig æren til den

Dette bekymrer oss ikke, fordi vi vet fullt ut at kunnskap spiller en rolle, og vi vet også at kunnskap verken produserer advaita bhakti eller omdanner dvaita bhakti til advaita bhakti. Rollen til kunnskap er enkelt og greit å fjerne hindringene som forhindrer dvaita bhakti fra å bli advaita bhakti, som er vår natur. Hvis ikke-dualitet er vår natur, da er også sat-chit-ananda vår natur. Og hvis sat-chit-ananda er vår natur, er også kjærlighet vår natur. Derfor er advaita bhakti vår natur. Kunnskap spiller mer en gjenopprettel-

se-rolle ved å fjerne hindringene til vår oppdagelse av denne. Når hindringene er fjernet, er advaita bhakti realisert. Det samme gjelder for moksha (frihet). Vi gjør et slags pr-stunt og sier at kunnskap leder til frihet, men vi trekker senere denne erklæringen ved å si at kunnskap ikke egentlig gir frihet.

Er kunnskap nytteløst? Nei, kunnskap gir ikke frihet, fordi frihet trengs ikke å bli gitt: frihet er vår natur. Hva er da rollen til kunnskap? Den fjerner hindringer for å hevde vår natur og det ultimate målet av advaita bhakti. Det er derfor Narada konkluderer med i den 33 Sutraen at advaita bhakti alene må bli søkt etter og oppnådd av alle frigjøringsøkere. Det neste spørsmålet som dukker opp er: Hvordan kan Narada si at frigjøringsøkere burde søke advaita bhakti? Frigjøringsøkere burde søke frihet. Narada ville respondere på denne måten: Advaita bhakti og moksha (frihet/ frigjøring) er det samme. Advaita bhakti er kjærlighet til Det Totale Sinnet, som er lik kjærligheten av meg selv, som igjen er lik kjærligheten til verdenen. Advaita bhakti er definert som kjærlighet til Det Totale Sinnet, som er lik egenkjærlighet, som igjen er lik universell kjærlighet, som er like sterkt og uten gradering.

Jeg har like mye intens kjærlighet til Det Totale Sinnet, som jeg har for meg selv og for hele universet. Advaita bhakti er fullstendig og ubetinget kjærlighet for individet, verdenen og Det Totale Sinnet, og er født ut av beundring. Kjærlighet forutgår alltid av beundring. I advaita bhakti, beundrer jeg Det Totale Sinnet (Gud) og Jeg har lik beundring (respekt) til meg selv. Jeg degraderer aldri meg selv. Hvis jeg kan chante en hyllest til Gud, kan jeg gjøre det samme til meg selv, uten å reservere meg. Jeg kan på samme måte beundre dette universet også. Slik at advaita bhakti er den samme kjærlighet og beundring av individ, verden og Det Totale Sinnet, fordi jeg vet at de er bare navn for den samme sat-chit-ananda brahma (eksistens – bevissthet - grenseløs lykksalighet). Jeg elsker Gud fordi kjærlighet er min natur. Flytende lykksalighet er kjærlighet og lagret kjærlighet er lykksalighet. Dette er advaita bhakti. Dette er frihet eller frigjøring (moksha).

Og Narada sier: «Du kan jobbe med å oppnå den.» Bhagavad Gita 3.17: «Anta at det er en person som elsker selvet alene, er lykkelig med seg selv alene, og er tilfreds med selvet alene. Det er ikke noe å oppnå for denne personen.»

Og Mundaka Upanishad (3.1.4): «Med hver pust ser et individ det iboende selvet, som ikke er noe mindre enn det universelle selvet.»

Kapittel 4: Definisjonen av Kjærlighet; Narada Bhakti Sutraene 51-66 Sutra 51. Den essensielle naturen av ren kjærlighet til Gud er bakenfor beskrivelse

Vedanta sier at kjærlighet er ikke noe annet enn lykksalighet (Ananda eller bliss) uttrykt utvendig. Fordi lykksalighet og kjærlighet er det samme, og fordi lykksalighet er av to typer, må også kjærlighet være av to typer. For å forstå kjærlighet må vi først forstå lykksalighet. Med en gang vi forstår lykksalighet, kan vi utvide alt av dens preginger og regler til kjærlighet. Det er en analyse i Taittiriya Upanishad av de to typene av lykksalighet. Den første type er original lykksalighet (bimba-ananda), som er min egen natur. Når den samme lykksalighet blir reflektert i sinnet under gunstige forhold, er den reflek-

tert lykksalighet (pratibimba-ananda). På den måten er lykksalighet to typer: atma-ananda, selvets grenseløse lykksalighet og kosha-ananda, lykksalighet erfart i lykksalighetssliren eller kausalkroppen. På samme måte, er kjærlighet to typer. Den ene er original kjærlighet, eller (bimba-prema), som er selvets natur, sat-chit-ananda. Når denne kjærligheten, som er min natur, blir reflektert i sinnet under gunstige forhold, er den erfart som reflektert kjærlighet (pratibimba-prema).

Når vi analyserer naturen av den reflekterte lykksalighet, finner vi ut at den har tre definerte egenskaper. Den er erfaringsbasert, som betyr at det trengs et objekt. Den er midlertidig og skjer bare i tilstedeværelsen av spesifikke gunstige betingelser. Den er grader: for eksempel, det er Priya, lykke som dukker opp fra det begjærte objektet; moda, lykken en erfarer for å oppnå det begjærte objektet; og pramoda, lykken en får fra nytelsen av det begjærte objektet. Derimot med original lykksalighet gjelder ikke disse betingelser (preginger): erfaringsbasert, midlertidig, graderte. De samme prinsippene kan bli utvidet til reflektert kjærlighet. Når original kjærlighet er reflektert i sinnet, er det også erfaringsbasert, midlertidig og gradert.

På denne måten er original ikke erfaringsbasert, fordi det er mitt eget selv. Original kjærlighet er også ikke midlertidig, fordi det er selvets natur, som er evig. Ikke spør om hvordan en skal erfare original kjærlighet, fordi i det øyeblikket du snakker om erfaring, har den blitt et midlertidig objekt. Erfaringsbasert kjærlighet er midlertidig, selv kjærligheten vi har for vår egen kropp. Vi vil bare elske den så lenge den tjener våre mål.

For å definere original eller ren kjærlighet, som er selvets natur, kan vi bruke fem bestanddeler

- (1) Ren eller original kjærlighet er ikke en del, produkt eller sinnets eiendel.
- (2) Ren kjærlighet er et uavhengig prinsipp som gjennomtrenger sinnet når betingelsene er ideelle, som gjør at sinnet er et kjærlig sinn.
- (3) Ren kjærlighet er ikke begrenset av sinnets grenser.
- (4) Ren kjærlighet fortsetter å eksistere selv etter at sinnet har blitt oppløst. Det er derfor i dyp søvn vi har kjærlighet. Kjærlighet av hva? Kjærlighet av dyp søvn. Erfarer noen sorg i dyp søvn? Både lykksalighet og kjærlighet fortsetter i dyp søvntilstanden, fordi begge er min natur.
- (5) Ren kjærlighet er utilgjengelig for oss, ikke fordi det er fraværende, men fordi det ikke er et medium for oss til å uttrykke ren kjærlighet, som er min sanne natur. På denne måten, må vi bli klar over forskjellen mellom reflektert kjærlighet (pratibimba prema) og ren eller original kjærlighet (bimba prema). Bare da gir det mening å si at selvets natur kan bli beskrevet med ord.

Som det sies i Taittiriya Upanishad (2.9.1): «Sinnet og talen kommer tilbake fra den forbløffete siden de ikke er i stand til å fatte og beskrive den.»

Hvis selvets natur er uforklarlig, er eksistensens natur (sat), bevissthetens natur (chit),

lykksalighetens grenseløse natur (Ananda), og kjærlighetens natur alle uforklarlige. Vi kan bare erfare original kjærlighet når den er tilgjengelig i dens reflekterte form. Jeg kan ikke se mitt originale ansikt, men jeg kan se den når den er reflektert i et speil. Når kjærlighet ikke kan bli uttrykt, hvordan kan jeg uttrykke reflektert kjærlighet for Det Totale Sinnet? Og hvordan kan vi senere uttrykke reflektert kjærlighet når det er oppdaget å være ingenting annet enn den originale kjærligheten, som er min sanne natur? De er alle bakenfor beskrivelse.

Derfor, den originale kjærlighetens natur, som er selvet (sat-chit-ananda) er ubeskrivelig. Grunnen til dette er enkelt og greit: Ifølge Vedanta, er ren kjærlighet ingenting annet enn selvet. Slik som selvet er ren eksistens, ren bevissthet og ren lykksalighet, må ren kjærlighet bli forstått som selvet.

Slik at neste spørsmålet er: «Hvis ren eksistens, ren bevissthet, ren lykksalighet og ren kjærlighet ikke kan bli definert, kan vi erfare dem?» Det er et sensitivt spørsmål. Svaret er at disse fire som er selvet, det-alltid-erfarende subjektet, kan ikke bli tilgjengelig, som et erfaringsobjekt. Ren kjærlighet kan ikke bli erfart som et objekt, men må bli hevdet som subjektet. Hvis du er desperat over å erfare eksistens, bevissthet, lykksalighet og kjærlighet, sier Vedanta at du ikke kan gjøre det gjennom deres originale versjon, men heller i deres reflekterte eller manifesterte versjoner, like mye som vi erfarer refleksjonen av vårt fjes i et speil. Vi kan aldri erfare vårt eget originale fjes, men hvis vi er villig til å inngå kompromiss, kan vi erfare det i dens reflekterte form.

Reflektert eksistens er alltid overalt. Når du sier at veggen er, stolen er, bordet er og så videre, erfarer du selvet i form av reflektert eksistens; Eksistensen av et bord er en refleksjon av selvet i navnet og formen av et bord. Slik at den reflekterte væren (eksistensen) er tilgjengelig til å bli erfart i verdenen. På samme måte kan reflektert bevissthet bli erfart i den fysiske kroppen. Reflektert lykksalighet kan også bli erfart. Når erfarer vi reflektert lykksalighet? Når jeg er lykkelig. Når jeg er lykkelig over å erfare enhver velsignete ting, selv sjokoladecake, erfarer jeg lykksalighet av selvet alene. Ifølge Vedanta inneholder ikke sjokoladecake lykksalighet; den inneholder bare sukker og kolesterol. Slik at når du erfarer lykksaligheten av en sjokoladecake, er det ingenting annet enn selvets lykksalighet reflektert i kaken. Reflektert eksistens, reflektert bevissthet, reflektert lykksalighet og reflektert kjærlighet er alle erfaringsbaserte. Når noen elsker noe eller en person, erfarer hun eller han reflektert kjærlighet.

Forskjellen mellom en ignorant person og en vis person er at når en ignorant person erfarer noen av disse reflekterte versjonene, gjenkjenner han ikke disse at de er reflekterte versjoner og attributter lykksaligheten og kjærligheten til objektene i seg selv. Derimot, når en vis person nyter noen av disse fire erfaringene, skylder han ikke på lykksaligheten til objektet, men heller forstår at han erfarer eksistensen, bevisstheten, lykksaligheten og kjærligheten av han selv alene: En jnani ser selvet overalt erfart i formen av reflektert eksistens, reflektert bevissthet, reflektert lykksalighet, og reflektert kjærlighet. En jnani sier: «Jeg erfarer selvet overalt.» Som det sies i Bhagavad Gita(6.29):

«Han oppfatter alle vesener i selvet og selvet i alle vesener. Og hvordan sier han at han erfarer selvet eller ren kjærlighet overalt? Ved å forstå at enhver kjærlighet overalt og enhver lykksalighet overalt tilhører selvet. Med denne kunnskapen, hvor enn han ser, ser han selvet, eller eksistens-bevissthet-lykksalighet-kjærlighet overalt.»

Sutra 52. Å forsøke å forklare erfaringen av ren kjærlighet av Gud er som en stum persons forsøk på å forklare hva han smaker.

I denne sutraen, gir Narada oss et veldig interessant eksempel på ubeskriveligheten av original kjærlighet. Han sier at det er lik en stum persons erfaring av noe ekstraordinært, en ekstraordinær form, smak, lukt eller undring av verdenen. Antar at du kan snakke, og etter å ha erfart slike ting ville du sagt: Vidunderlig! Vidunderlig! Vidunderlig!, men du kan ikke si mye mer. En stum person kan til og med ikke si det en gang. Som med en vidunderlig erfaring for en stum person, kan aldri original kjærlighet bli beskrevet, men den kan bli oppdaget i formen av den stødige overbevisningen aham brahmasmi (Jeg er selvet). Det er noe som kan bli hevdet, men noe som ikke kan bli kjent eller erfart som et objekt. Hvis du ønsker å erfare kjærlighet, er det en mulighet, men det vil ikke være erfaringen av ren eller original kjærlighet: det vil bli reflektert kjærlighet og det vil være avhengig av mange betingelser. Det er derfor erfaringsbasert kjærlighet alltid er midlertidig. Dvaita bhaktaer, som objektiviserer Gud (Det Totale Sinnet) strever med dette problemet. Du vil finne iblant deres sanger, at det er mange skjønn, fordi reflektert kjærlighet betyr at det vil være underordnet til ankomst og avreise.

Sutra 53. I sjeldne saker er denne rene kjærligheten av Gud avslørt i en kvalifisert person.

Slik at den høyeste kjærlighet, som er permanent, ugradert, ikke-erfaringsbasert er min sanne natur, og kan bare bli oppdaget eller hevdet gjennom et passende middel. Hvis jeg oppdager meg selv som ren eksistens trengs et middel og hvis det å oppdage meg selv som ren bevissthet krever et middel, da vil også det å oppdage meg selv som ren kjærlighet kreve et middel. Det kan ikke bli oppdaget ved å sitte med øynene lukket eller ved å synge bhajans. Å chante navnene av Gud kan aldri hjelpe meg til å oppdage original kjærlighet; den kan bare hjelpe meg å oppdage reflektert kjærlighet. Dette kan være opprørende nyheter for de som er viet til chanting og har en motvilje mot Vedanta. Og hver underliggende årsak for å si dette? Du erfarer at denne lykksaligheten (bliss), bare ved å synge og senere er du tilbake i samsara (hjulet av begjær og ønsker i verdenen). Dette er bevis for at det å chante navnet på Gud kan hjelpe i oppdagelsen av reflektert lykksalighet, reflektert kjærlighet for Gud, og firedoble kvalifikasjonen, men original kjærlighet, kan ikke bli oppdaget gjennom noen chante-numre. Det er derfor vi på det sterkeste råder mennesker å komme til vediske skriftens studier, fordi det er den sanne selvets natur: Den kommer ikke en gang fra Gud, som et objekt, som er underordnet ankomst og avreise.

Denne grenseløse og ubetingete kjærligheten, som er rettet til alt i skapelsen, inkludert Det Totale Sinnet, er fri for gunaer. Det er ikke sattvisk, rajasisk eller tamasisk, fordi det er oppdaget gjennom selvet, som er fri for gunaer. Som Krishna sier (Gita,14. 19-20):

«Når en forstår handleren til å ikke være noe annet enn gunaer og har kjennskap til selvet, som er bakenfor gunaer, oppnår en min natur. Å gå bakenfor disse tre gunaene, som er årsaken til gjenfødelse, blir en person fri fra fødsel, død, aldring og sorg, oppnår en udødelighet.»

Hvor kommer denne rene kjærligheten fra? Det som er det mest innerste, som er selvet. Derfor, må vi oppdage at det ikke-dualistiske selvet er den eneste kilden av original lykk-salighet og original kjærlighet. Det kan bare bli oppdaget gjennom et passende middel; nemlig vedisk skriftbasert selvgransking. Veldig få mennesker forstår dette og følgelig feiler å komme til Vedanta. De prøver å oppnå evig lykksalighet gjennom forskjellige praksis, men dette virker ikke fordi ingen handling er evig. Ingen bhajan (mantrasanger) er evig. Ingen puja (hengivenhetsarbeide) er evig. Ingen meditasjon er evig. Selv medita-sjon er en handlingsform. De fleste mennesker, som er i hengivenhetsfeltet ønsker ikke å lytte til Vedantainstruksjonene. En som følger Vedanta er villig til å dele, ikke ut av arro-ganse; Han repeterer enkelt og greit den vediske veiledningen, som forteller oss at du må komme til selvet. Og til hvem gikk Narada, den største bhakti til? Sanatkumara. Dvaita bhakti gav han verken frihet ei heller permanent lykksalighet. Hvis dvaita bhakti hadde gitt han permanent lykksalighet, ville han ha gått til Sanatkumara for å lære om selvet?

Det var gjennom Sanatkumara alene at Narada kunne lære om forskjellen mellom satya (uforanderlig virkelighetsorden) og mithya (foranderlig virkelighetsorden) (Chandogya Upanishad, 7,24.1): «Det grenseløse er at det er hva en ser som ingenting annet, hører ingenting annet eller forstår ingenting annet. Det begrensede er i det en ser som noe an-net, hører noe annet, eller forstår noe annet. Det som er grenseløs (uforanderlig) er udø-delig og det som er begrenset (foranderlig) er dødelig. Du noble, hvor hviler den? I sin egen storslagenhet eller ikke i sin storslagenhet.»

Selvgransking er om de store Upanishadiske mantraene, som er veien for å oppdage at jeg er selvet, den rene kjærligheten, som uttrykkes som kjærlighet til alle fordi alle er det samme selvet. Gjennom selvkunnskap oppdager vi at ren og permanent kjærlighet aldri kan bli oppnådd fra den utvendige verdenen. Kjærligheten, som kommer fra den utven-dige verdenen vil alltid bli betinget, fordi andre vil elske meg bare så lenge de ser meg som en lykksalighetskilde for dem: Som vi har sagt, er kjærlighet definert som vår hold-ning til lykksalighetens kilde. Så lenge andre ser på meg som en lykksalighetskilde, vil livet flyte fra dem. I det øyeblikket jeg stopper å være lykksalighetskilde, eller verre, når jeg blir en byrde for dem, blir deres kjærlighet, som en gradvis uttømt bankkonto, vil også bli tømt. Det er veldig naturlig. Det er ikke deres feil. Det er en universell ting. Vi har den samme holdningen mot en ikke-fungerende bil. Så lenge bilen virker bra og er en lykksalighetskilde, elsker jeg den. Jeg kjører den regelmessig, jeg vasker den og har den på verksted. Men i det øyeblikket bilen blir en hodepine, blir kjærligheten og takk-nemligheten for den borte og jeg er ivrig etter å erstatte den. Det er ikke din egenskap eller min egenskap, det er en universell lov at kjærlighet bare flyter gjennom en lykksa-lighetskilde. Derfor, enhver velsignet person vil elske meg så lenge de synes jeg er inter-essant og nyttig. Når jeg ønsker noen å elske meg permanent, forventer jeg permanent

kjærlighet ut av betinget kjærlighet, som bare vil vare så lenge betingelsene i seg selv varer.

Derfor er det første steget mot Vedantisk modenhet å stoppe å forvente permanent kjærlighet fra andre. Hvis de ikke er i stand til å gi den, er det ikke deres feil. Det er enkelt og greit universets lov. En som følger Vedanta ser etter en permanent kjærlighetskilde og oppdager ingenting i hele skapelsen som kan gi permanent kjærlighet. I beste fall, reflekterer den kjærlighet midlertidig. Slik som objekter ikke kan levere permanent lykkosalighet, men levere den midlertidig, vil også kjærligheten for og fra et objekt være midlertidig. Permanent kjærlighet er oppdaget i et sted alene: meg selv.

Med en gang jeg oppdager meg selv som kjærlighetskilden, vil jeg ha tappet i en grenseløs kilde. Når en oppdager kjærlighet for og fra meg selv, og å oppdage at alt er essensielt meg selv, blir min kjærlighet permanent og universell. Derfor tillater bare selvkunnskap meg å oppdage permanent og universell kjærlighet. Etter å ha oppdaget permanent i meg selv, bryr jeg meg ikke lengre hvorvidt andre elsker meg permanent. Hvis noen sier: «Jeg mister sakte men sikkert kjærlighet til deg», vil du svare: Hvis du kan oppdage et annet sted, er det helt greit for meg. Jeg kan med glede akseptere andres avvisning av deres kjærlighet. Vi må oppdage det uavbrutte kjærlighetsforsyningen. En advaita bhakta er en som har oppdaget lykkosalighet og kjærlighet i seg selv og søker det ikke andre steder. Men selv uten å søke etter kjærlighet utenfra, har den selvrealiserte personen kapasitet til å gi kjærlighet. På samme måte, med en gang jeg oppdager kjærlighet i meg selv uten å spørre om den utenfra har jeg kapasitet til å gi den ubetinget. Bare en vis person kan gi ubetinget kjærlighet, fordi han eller henne har en grenseløs kjærlighetskilde innvendig og forventer ikke gjengjeldelse fra andre.

Derfor vil kunnskap alene gjøre meg i stand til å oppdage ubetinget kjærlighet. Å ha oppdaget denne ubetingete kjærligheten, hvordan uttrykker den selvrealiserte personen den? Som en stum person uttrykker smak, er den ubeskrivelig sier Narada. Og denne ubetingete kjærligheten gjennom selvkunnskap eksisterer bare i sjeldne og kvalifiserte mennesker. Vi snakker spesifikt om de firedoble kvalifikasjonene (diskriminasjon, objektivitet, disiplin og et brennende ønske for frigjøring.) Bhakti filosofiskolene snakker aldri om disse kvalifikasjonene eller kunnskap, på tross av at de lister aller andre slags kvalifikasjoner for ubetinget kjærlighet. Vedanta, derimot, er veldig nøye: Den sier bare at selvkunnskap vil være i stand til å oppdage ubetinget kjærlighet, og den selvkunnskapen er mulig ved å eie disse kvalifikasjonene. Derfor, skinner ren og ubetinget kjærlighet bare i selvkunnskap.

Som det sies i Bhagavad Gita(7.3): «Iblant tusener av mennesker, er det en sjelden person som tilstreber seg frigjøring. Selv blant disse søkerne, som tilstreber seg, er det en sjelden en som har kjennskap til meg i virkeligheten.»

Sutra 54: Denne kjærligheten er av den mest subtile naturen, fordi selvet er det mest subtile og er alltid tilgjengelig som «Jeg er».

Denne kjærligheten er alltid tilgjengelig som «Jeg er», og er derfor alltid-erfart. Alle disse sutraene kan bare bli passende forstått hvis vi husker den grunnleggende Vedantiske likningen. Ifølge Vedanta, er eksistens det samme som bevissthet, bevissthet er det samme som lykksalighet, og lykksalighet er det samme som kjærlighet. Alle disse fire er synonymer; de er ikke fire deler av selvet, de er selvet manifestert i forskjellige medium på forskjellige måter. I den materialistiske verden, for eksempel, er eksistensens aspekt ale-ne manifestert. Du sier at veggen er, dens væren tilhører selvet. Men en vegg kan ikke manifestere bevissthet. Husk, at det er ikke akkurat det at veggen har produsert eksis-tens, men at dens utilstrekkelighet er på en slik måte at den kan ikke manifestere bevisst-het, lykksalighet eller kjærlighet. Når vi snakker om den fysiske kroppen, er både eksis-tens og bevissthet manifestert. Og når betingelsene er gunstige, for eksempel at alle dine familiemedlemmer handler på samme måte som du ønsker at de skal gjøre kan sinnet manifestere eksistens, bevissthet og lykksalighet. Det er ikke sinnets lykksalighet, men lykksaligheten som tilhører selvet og reflektert i sinnet.

I det sinnet, er ikke lykksalighet bare manifestert, men også kjærlighet; kjærlighet mot hvem eller hva som er ansvarlig for å gjøre sinnet gunstig (tilfreds). Derfor har jeg elsket mot hvem eller hva som bringer med seg sinnets tilfredshet. Denne kjærlighet tilhører også selvet, men den reflekterer eller manifesteres i sinnet. Derfor tilhører eksistens, be-vissthet, lykksalighet og kjærlighet meg, selvet, som uttrykker dem til ulike tider og un-der forskjellige betingelser. Denne kjærligheten, er i dens form en direkte og alltid-erfa-rende selvkunnskap.

Denne ubetingete kjærligheten øker hvert øyeblikk. Når selvkunnskap blir mer og mer stødig, som en innsikt inn i ens sanne virkelighetsnatur og blir omdannet til stødig vis-dom, som kunnskap blir omdannet til stødig og urokkelig overbevisning «Jeg er selvet», så lenge min arrogante binding til egoisme minsker og kunnskapen blir klarere og klare-re, blir også oppdagelsen av lykksalighet mer utdypet og kjærlighet vokser naturlig. Fak-tumet er at det ikke er lykksalighet og kjærlighet som egentlig vokser (fordi de er grense-løse), men heller at de vasanaer (tendenser), som hindrer trekker seg tilbake. De ser bare ut til å øke på grunn av mine misoppfattelser, forventninger, villedinger og forvirringer, som alle minsker.

På en fullnattsmåne, er månen og månelysen der i horisonten, men månen ser ikke så skinnende tidlig på kvelden. Men når solen trekker seg tilbake i bakgrunnen og natten faller på, blir månen klarere og klarere. På en midnatt og på en fullmånekveld, ser må-nen ut til å være på det mest lyssterke. Mellom tidlig kveld og midnatt, kan vi si at lys-styrken av månen har økt? Nei, månen har samme lysstyrkemengde, men når sollyset trekker seg mer tilbake, ser månen sin lysstyrke til å øke. Vi er kjærlighetens legemlig-gjørelse, sinnets defekter, slik som binding, motvilje, begjær, sinne, grådighet og så vide-re, alle hindrer denne kjærligheten. Når de blir trukket mer og mer tilbake, øker vår kjærlighetsmanifestasjon. Kjærlighet er en oppdagelse, aldri en produksjon. Jeg produse-rer ikke kjærlighet, Jeg oppdager kjærlighet. Oppdagelse betyr å fjerne hva som hindrer min naturlige kjærlighet. Narada sier at denne kjærligheten manifesterer mer og mer

hvert sekund. Den er uavbrutt, eller permanent, fordi lykksaligheten eller selve kjærlighet er ubrutt.

Vi taper aldri synet av faktumet «Jeg er bevissthet, som er kjærlighetens natur og fullstendighet.»

Som det står i Brihadaranyaka Upanishad (2.4.6): «Alt dette er selvet. Hva kan en jnani søke når han eller henne vet at; Jeg er fullstendig, jeg er hel, Jeg er komplett.» Derfor er det ingen streben eller søking til å forurense en jnanis bhakti. Det er ingen sans av det å være liten eller utilstrekkelig, som er bare en overlapping av ignoranse.

Som Shankaracharya sier i Atma Bodha (Vers 4): «Dette selvet viser seg å være begrenset på grunn av ignoranse. Når ignoranse er fjernet, er det ene selv selvlysende, slik som solens utstråling er kjent når skyene går bort.»

Realisering (Akhandakara vritti)

Realisering er bortenfor ord og tilslutt bortenfor sinnet, selv om det (og hva det er referert av dens tilsvarende terminologier, oppvåkning og opplysthet) først inntreffer i sinnet, et tilsynelatende individuelt sinn. Tidløshetens mysterium stammer fra, som det var, i tiden, av det umanifesterte som blir til det manifesterte, av det grenseløse som viser seg som å være begrenset. Ord, konsepter, er uunngåelig og i denne konteksten, er erfaring og kunnskap uunnværlig (erfaring-kunnskap som en beskrivelse av hendelsen – chit (bevissthet). Bevissthet, som er det endelige vitne, som oppsummerer det hele, i seg selv er ikke et konsept. Den har ingen beskrivelse og har ingen tilknytning.

Hva betyr Akandakara vritti

Akandakara vritti betyr ubrutt eller evig selvkunnskap som din sanne identitet, og ikke en toppopplevelse. Derfor oppstår det ikke fra et sted, fordi det er ingen steder Selvet ikke er. Det er kunnskapen som viser seg i sinnet, når ignoranse av din sanne natur er fjernet av vedaskriftene, lar bare Selvet være igjen, som alltid har vært her.

Selv om akandakara vrittierfaringen kommer fra selvkunnskap, hvis den fulle assimileringen av selvkunnskap ikke er stødig, slutter erfaringen og kunnskapen er borte. Men hvis det er resultatet av varig Selvkunnskap, som er frigjøring (moksa), som ikke er en hendelse eller noe du kan oppnå. Selvet er ikke et objekt av persepsjon/ erfaring og føler ikke som noe spesielt. Det er mer subtilt enn den som erfarer. Vedantaundervisningene er begrepsmessig, fordi undervisningene er mithya. Men hva de avslører, er at du er Selvet, ikke en begrepsmessig kunnskap, det er sannheten om deg. Selvkunnskap oppløser kraften bak den begrepsmessige definisjonen av deg selv, den objektive kunnskapen om deg selv og setter deg fri. Frigjøringen Vedanta snakker om er frigjøringen fra fengsel-

smurene av bindinger til begrepene om deg selv som den begrensede egoentiteten.

Fengselsmurene er laget av ingenting mer betydelige enn begrensede konsepter, tanker om hvem du er. Hvis Selvkunnskap gjenstår som et konsept for deg, har ikke assimileringen skjedd.

Siden noen konsepter av hvem du er som et individ kan fortsette etter frigjøring, er ingen av dem bindende. De er som en ikke-bindende kontrakt som eksisterer bare for kortvarig bekvemmelighet og for at det skal være enkelt å leve i verden, men den begrenser ikke eller til og med definerer dine handlinger i tanke, ord eller dyd, fordi du vet at verden ikke er virkelig. Hvem er det som ser? Å se fra bevissthetsens ståsted som bevissthet viser seg å være noen ganger mer enn bare litt vanskelig, fordi det er så subtilt. Splittelsen sinnet ser seg selv har en tendens til å hevde å være bevissthet. Men er det ufiltrert bevissthet eller er det en vrangforestilling? Hvordan kan en vite, og hvordan kan en takle det? Å ta et standpunkt er gjort med sinnet og kan lede til en slags selvhypnose som får individet til å tro at det er Selvet uten den fulle forståelsen av hva det betyr å være Selvet. Selvfølgelig, basert på logikk alene (er det en essensiell forskjell mellom en solstråle eller solen i seg selv?), individet kan hevde dets identitet som Selvet, men bare når kunnskapen av satya og mithya er stødig.

Praksisen «Jeg er bevissthet» gir deg ikke erfaringen av bevissthet ei heller gjør deg til bevissthet. Den negerer ideen «Jeg er individet». Når individ-identiteten er negert, burde granskeren være oppmerksom på bevissthetsen som gjenstår fordi å negere individet produserer bare tomrom. Naturen avskyr tomrom. Mange granskere sitter fast her, og depresjon kan komme hvis de ikke kan ta det neste steget, som er forståelsen av at tomheten av tomrommet er et objekt kjent av Selvets fullstendighet, det alltidtilstedeværende vitne. Eller til tider, starter mange granskere å erfare som bevissthet og gjør et stort nummer av det selv om du alltid bare har erfart som bevissthet hele tiden. Diskriminasjonen mellom individets erfaring av bevissthet og Selvets erfaring av bevissthet er essensielt.

Selvets erfaring av seg selv er kvalitativt forskjellig fra individets erfaring av Selvet som et objekt eller som objekter. Det er en ting å si at «Jeg er Selvet» som Selvet, og noe annet å si det er individet. Denne realiseringen kan godt være et smertefullt øyeblikk for granskere som er veldig overbevist om at de er opplyste uten å vite at de er bare opplyste som et individ, og ikke som Selvet.

Sankalpa samadhi eller akandakara vritti ser på alt som Selvet, som ikke-dualistisk. Akandakara vrittierfaringen kommer ut av Selvkunnskapen, og hvis kunnskapen ikke er stødig, vil den slutte, som med alle erfaringer. Full assimilering av akandakara vritti, som betyr ubrutt eller evig, er frigjøring.

Hvordan forårsaker Akandakara vritti frigjøring?

Før vi snakker om hvordan akandakara vritti virker bør vi forsøke å definere hva det er. Det er et stort ord og kan høres gåtefullt ut. Det er det ikke. En vritti er en tanke, en ide og en akandakara vritti er en ubrutt tanke, en fullstendig tanke, eller en grenseløs tanke, en som står på egenhånd og endrer seg ikke. Det er selvets tanke av seg selv.

Den kan forme til ord som «Jeg er hel og fullstendig», grenseløs bevissthet, Jeg er alt som er, det er ikke noe annet enn meg, Jeg er fullstendig i seg selv, Jeg er årsaken til hele universet, ingenting kan bli tillagt meg eller trukket fra meg. Vedantatekstene er fulle av formuleringer av disse tanker. Det er en erklæring av ens sanne identitet. Den tar til og med ikke formen av et ord. Den kan bare komme tilsyne som en sans av fullstendig frigjøring forbundet med en urokkelig overbevisning om at jeg har det bra, Jeg har alltid hatt det bra og vil alltid ha det bra.

Det er to teorier om hvordan akandakara vritti virker til å bringe selvkunnskap – med andre ord frigjøring.

Meditasjonsteori.

Ifølge denne teorien skjer ikke frigjøring med at akandakara vritti oppstår, fordi en tanke er bare kunnskap og kunnskap er alltid avhengig og er i forbindelse med, som betyr at den ikke står alene, men er et abstrakt, noe som er i forbindelse til eller representerer noen objekter. Ideen er at selvet ikke kan bli redusert til en enkel tanke, fordi selvet er grenseløs, umiddelbar og ikke forbundet til noe. Det er sant at du ikke kan pakke inn selvet til en enkel tanke, men en enkel tanke som står for selvet er alt som trengs til å ødelegge selvignoranse, fordi ignoranse er tanken om at du er begrenset. Med andre ord, er du ikke begrenset, du tror at du er det. Hvis du tror at du bare er en person, blir dette kalt for ignoranse i Vedanta.

Det er hardt å fjerne denne tanken/ trossystemet, fordi den har blitt forsterket så ofte at det er begravet dypt inni det ubevisste sinnet. Tanken «Jeg er selvet» kan ødelegge selvignoranse, fordi ignoranse er ikke evig. Den kan ikke ha noen begynnelse, men den slutter helt sikkert når kunnskapen blomstrer. Det er sant av ignoranse av objekter i verdenen og er sant av ignoranse av selvet. Du får ikke selvet når du er frigjort. Du er alltid selvet, frigjort eller ikke. Frigjøring er å fjerne oppfatningen at du er noe annet enn selvet. Og du fjerner oppfatningen med oppfatningen «Jeg er selvet». Det er egentlig ikke komplisert. Uansett er ikke indirekte selvkunnskap dødsbrevet. Imidlertid, sier meditasjonen eller granskingsteorien at et nytt steg er nødvendig for å omdanne den til direkte eller umiddelbar kunnskap. Og hva er steget? Det er meditasjon, eller gransking, eller kunnskapspraksis. Hva betyr meditasjon i denne konteksten? Det betyr at en trenger å oppnå slik selvtilitt i denne kunnskap at en oppgir alt av andre tanker av ens identitet.

Og hvordan skjer denne selvtiliten? Ved å proaktivt bruke denne kunnskap til å ødelegge oppfatningen om at Jeget er begrenset som den oppstår i sinnet og nyter sinnsro av resultatene. Med andre ord, er du ment til å bygge opp en «Jeg er selvet-vasana» slik at kunnskapen blir ubrutt og virker på egenhånd når som helst vi oppfordrer den. Å bygge denne vasana er en kamp, fordi det er alltid binding til troen på ens selv som en begrenset entitet, selv når det er velkjent at det å se på seg selv på denne måten produserer lidelse, oppløser den tilbake til det ubevisste og lar deg leve livet. Med en gang denne tanken er kontinuerlig spiser den dens motsetning.

Ifølge denne teorien er det et mellomrom når akandakara vritti og frigjøring oppstår. Det kan ta noen dager eller uker eller måneder eller år avhenger av hvor dedikert en er til å fjerne røttene til ens ignoranse eller, for å si det på en annen måte, hvor brennende er ens ønsker til å bli fri og hvor rent sinnet er når «Jeg er selvet»-tanken dukker opp. «Jeg er selvet»-tanken kan dukke opp til enhver tid når sinnet er sattvisk for noen minutter. Fordi selv en hovedsakelig tamasiske eller rajasiske sinn erfarer sattva av og til, vil ikke betydningen av denne kunnskapen bli fattet når sinnet er blitt rajasisk eller tamasisk igjen, som den uunngåelig vil bli. Og ofte når akandakara vritti ikke dukker opp igjen når sinnet er sattvisk, en kan glemme det alt i alt, inntil det skjer igjen, som det gjør. Hvis noen er objektiv mot objekter og har et brennende ønske for frigjøring og har gjort bevisst arbeide over lang tid kan betydningen av realiseringen av «Jeg er grenseløs bevissthet» bli fattet umiddelbart og kan bli forankret i sinnet på en slik måte at det tar ut røttene av den gjenstående begrensningssansen med en gang, som det skjedde med Ramana Maharshi.

Selv om han ikke hadde gjort arbeide når han oppfattet betydningen av selv-vrittien, er det ikke vanskelig å forstå at det skjedde med en ung øvre kastegutt i indisk kultur for en stund siden, fordi det ville ha vært veldig vanskelig for han å utvikle bindende rajasiske og tamasiske vasanaer som ville hindre assimileringen av kunnskapen. Og hvis han hadde gjort arbeide i tidligere liv kan han ha nok kunnskap til å fatte betydningen av denne tanken første gang den dukket opp, som det ser ut til at han har gjort. Hans historie illustrer den andre teorien, som er lignende den første.

Teori nummer to sier at sinnet er selvet til å begynne med slik at når tanken «Jeg er grenseløs bevissthet» dukker opp er det ensbetydende til frigjøring, direkte kunnskap av selvets natur.

Den berømte krukke-rommetaforen er brukt til å illustrere hvordan det virker. En krukke laget av leire er fullstendig omsluttet av det altgjennomtrengende rommet med en gang den er laget. Å fylle den med vann er resultatene av anstrengelse. Du kan helle ut vannet, men du kan ikke helle ut krukke-rommet.

Fordi virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet, er det ikke noe annet enn bevissthet når sinnet er laget. Men på grunn av ignoranse er den fylt opp med forskjellige oppfatninger. Hvis de forskjellige oppfatningene en har om virkelighet er fjernet, påvirker det ikke sinnets natur i det hele tatt. Eneste tanken som gjenstår i sinnet med engang den er tømt

for feilaktige oppfatninger er «Jeg er bevissthet» og at tanken umiddelbart ødelegger ideen om at selvet er begrenset. Hvis det var en slags erfaringsbasert løsning til ignoransens problem, som en spesifikk samadhi, ville det ikke være behov for vrittien (tanken akandakara vritti). Men siden ignoranse er problemet, er vrittien nødvendig.

Uansett har ren bevissthet ingen tanke, men sinnet er bevissthet, hvor den naturlige formen er tanken «Jeg er bevissthet». Det er rottanken i sinnet, assimileringen som er frigjøring. Hvorvidt akandakara vritti produserer direkte eller indirekte kunnskap ser ikke ut til å være viktig. Hva som er viktig er sinnets renhet, hvor sulten det er for frigjøring og hvorvidt det forstår viktigheten av selvkunnskap. Mange mennesker, som følger yoga-veien tror at enhver tanke er nytteløst og at alle tanker burde bli avvist. Å ikke realisere at tanken om at alle tanker er nytteløst er en tanke, og den som gjør avvissningen er også en tanke. Og de avviser selv tanken «Jeg er grenseløs bevissthet» og prøver å oppnå et tankefritt sinn.

Dette er en misforståelse fordi tanke er sinnets natur og du kan ikke dreie sinnet inn i selvet ved å fjerne dets tanker. Du kan ikke dreie sinnet inn i selvet, fordi det allerede er selvet. Uansett er sinnet bare bevissthet som tar form. Den eneste tanken som er problemet er tanken om at Jeg er begrenset, fordi det er i motsetning til sannheten. Med andre ord, når du tror du er begrenset er du ute av harmoni med virkeligheten. Er det rart at du lider?

Det virkelige problemet er ødeleggelse av ignoranse. Hvordan blir den fjernet? Er det en slags supermenneskelig viljeshandling; En bare tømmer ut alle begrensede tanker av sinnet, alt med en gang, og lar det ligge i en uberørt tilstand? Krever det en slags fantastisk erfaring, en engangsåpenbaring som på mirakuløs vis dreper sinnet en gang for alle? Eller skjer denne situasjonen gjennom tålmodig anvendelse av kunnskapen «Jeg er grenseløs bevissthet»? Vi trenger igjen å bringe inn meditasjon, eller gransking, anvendelsen av denne kunnskapen. Hvorvidt tanken «Jeg er grenseløs bevissthet» er bare direkte og dukker bare opp når begrenset Jeg-oppfatninger er fjernet eller hvorvidt det er indirekte og krever granskingspraksisen, er det viktige her at du trenger en sann tanke til å fjerne en falsk tanke. Hvis det er mørkt og du vil se, må du slå på lyset.

Uten en enkel akandakara vrittierfaring kan en oppgi ens begrensede selvkonsepter. Hvordan? Rett og slett ved å forsiktig analysere ens erfaringer i verden. Vekst eller modenhet har grunnleggende med å gi slipp av selvoppfatninger som ikke virker. Måten du ser på deg selv i dag er ikke den måten du så på deg selv tretti år siden, ikke det at måten du så på deg selv i dag nødvendigvis er en forbedring på den måten du så deg selv. Imidlertid er poenget at du kan komme til et punkt hvor du gir slipp på alle roller, vil akandakara vritti dukke opp, og du vil intuitivt forstå betydningen av den og eie den.

Du kan ha en tvil når Jeg sier at den dukker opp. Det høres kanskje ut som om at den bare er en spontan handling generert av selvet bare innenfra, noe som trengs å skje før du kan bli frigjort. Det kan skje på den måten, men det trenger ikke å gjøre det. Fordi denne tanken er alltid i sinnet siden den er bare selvet i dens grunnleggende form, selv om den er skjult av andre tanker, kan den våkne enkelt og greit gjennom å lese

sannheten fra skriften eller høre det fra munnen til en jnani eller på andre måter. Når sannheten kommer fra utsiden resonnerer det umiddelbart med sannheten inni deg, og det kan være at det er det eneste som er nødvendig for å fjerne ens ignoranse. På denne måte oppnår mange mennesker, som åpner opp deres sinn til ikke-dualistiske undervisninger, frigjøring uten å ha gåtefulle erfaringer. Fordi vi spiller så mange roller i livet, utvikler vi mange begrensede identiteter. Jeg er kanskje en mor, en søster, en datter, en tante, et søskenbarn, en kone, en eks-kone, en demokrat, en sykepleier, en med profes-sorgrad osv. Selv uten disse identiteter sitter nesten alle av oss fast i menneskeidentite-ten, som er støtten av alle andre, som «Jeg er selvet»-tanken er ment til å avvise. For å oppsummere, hvordan du tenker på det, ødelegger tanken «Jeg er selvet», hva som helst begrensede identiteter som er i sinnet, og at en antar at de ikke lengre bringer med seg tilfredsstillelse – eller det fyller tomrommet for hva det er.

Assimileringen av kunnskapen «Jeg er grenseløs bevissthet» har en veldig positiv virk-ning på hvert aspekt av ens liv på den måten at det ødelegger all usikkerhet. Du realise-rer at ingenting kan påvirke deg og du kan slappe av på en måte at du anstrengelsesløst tilpasser deg til hver livssituasjon som presenteres. Livet skader bare når du motsetter deg. Det er en stor elv, som flommer. Den går tilbake igjen til havet og ingenting står i veien. Assimileringen av selvkunnskap betyr at du ikke lengre er en småbåt, som er underlagt mange farer i ens møter når en seiler over det enorme eksistenshavet. Du er havet i seg selv.

7 trinn av opplysthet – fra Vedantateksten Panchadasi

28. Syv trinn kan bli atskilt med respekt til realiseringen av selvet: ignoranse, tilsløring, projeksjon, indirekte kunnskap, direkte kunnskap, opphør av smerte og perfekt tilfreds-stillelse.

34. Jiva/ Individet, reflektert bevissthet, er påvirket av disse syv trinn. Det første tre trinn skaper binding. De siste fire frigjøring.

A. Binding Trinn 1 til 3

Ignoranse er trinnet karakterisert av Jeg vet ikke hvem jeg er, og den er årsaken til like-gyldigheten til sannhet opprettholdt av manglende gransking.

1. Ignoranse (agnanam). På dette trinnet tror en person at han er hans tanker og tar verden for å være virkelig. Han vet ikke at han ikke vet at det er et selv, mindre at han er det.

Tanker som, Selvet eksisterer ikke eller Selvet kan ikke bli kjent, beskriver tilsløring. De holder fast ved når gransking ikke blir ledet av skriftene.

2. Negasjon, tilsløring, kamuflasje (avaranam) er uttrykket ignoranse. Han tar han selv for å være reflektert selv, tror at selvet er et objekt og sier det, fordi han ikke kan er-fare det, eksisterer det ikke. Eller han aksepterer ideen at det eksisterer og prøver å erfare

det ved å gjøre spesifikke øvelser. Hvis han erfarer hva han tror er selvet vil han tro at han har skjønnet det når å få det, er å vite at du er ikke handleren/ nyteren, den som forstår det.

Han forstår ikke at han trenger å bli undervist og prøver å lese hans vei til frigjøring, tolke undervisningene ifølge hans eget ståsted. Å tolke undervisningene er som å la reven lede kyllingburet. Gransking, diskriminasjon av selvet fra dets refleksjoner, er en grundig upersonlig praksis diktet av skriften.

3. Projeksjon, feilaktige oppfatninger, blir kalt for vikshepa. Han hører at det er et selv, men har ingen ide om hva det er og utvikler alle slags fantasier om det. Han tror han er en handler og strever med å erfare det, men blir frustrert og lider en sans av uverdighet på grunn av hans inkompetanse ved å oppnå det.

38 (vers). Selv om ignoranse og kamuflasje eksisterer før refleksjonen dukker opp i bevissthet, tilhører de det reflekterte selvet, ikke til bevissthet. Denne tilsynelatende ulogiske erklæringen er besvart i neste vers.

39. Før overlapping, eksisterer Individet i en umanifestert tilstand. Derfor, er det ikke selvmotsigende å si at de to første trinnene tilhører Individet.

41 til 42. Jeg er en samsari (3). Jeg har kjennskap til selvet (4), Jeg er selvet (5), Jeg er fri for lidelse (6), og Jeg er oppnådd (7) er trinnene som tilhører det våkne-tilstand Individet, og ikke til bevissthet. De to første trinnene, Det er ingen selv og Selvet kan ikke bli kjent, tilhører også Individet i dens umanifesterte form som Prajna, dyp søvntilstand individ.

43. De eldgamle lærerne sa at ignoranse ikke er mulig uten bevissthet, men ignoranse tilhører Individet, fordi den identifiserer seg med ignoranse. Den sier, Jeg vet ikke hvem jeg er.

B Frigjøring, Trinn 4 til 7

4. Indirekte kunnskap (prokshajnanam). Individet hører om Vedanta, blir nysgjerrig om det og utvikler noe tillit til det. Han lærer at selvet eksisterer, men tror ofte at det er et helt utenkelig objekt, som bare blir oppnådd av store mestre, som han holder fast ved.

5. Direkte kunnskap (aparokshajnanam). Han realiserer at han kan ikke erfare selvet som et objekt, fordi han erfarer alltid det som det bevisste subjektet.

6. Frihet fra begrensning (moksa). Kunnskapen, Jeg er selvet, negerer handleren/ nyteren, og søkingen stopper fordi han forstår at fullkommenheten forebygger behovet for å bekymre seg.

7. Total tilfredsstillelse (tripti). Han realiserer at han har oppnådd alt han trenger å oppnå og er fullstendig tilfreds. (Tilfreds med hva som er inkludert Sattva, rajas, tamas).

44 (vers) til 45. Det fjerde og femte trinnet, indirekte og direkte kunnskap henholdsvis negerer ideen om at selvet ikke eksisterer og at det ikke er erfart. Indirekte kunnskap negerer misoppfattelsen om at bevissthet ikke eksisterer. Direkte kunnskap ødelegger ideen om at bevissthet ikke er manifestert eller erfart.

46. Når det skjulte prinsippet er ødelagt av direkte kunnskap, begge overlappet individualitet, ideen om at Jeg er en person og oppfatningen om sansen av handleren er ødelagt.

47. Når ideen av dualitet er ødelagt av ikke-dualistisk kunnskap, en sans av dyptgående tilfredshet dukker opp og vasker bort lidelse.

48. Skriften sitert i begynnelsen av dette kapittelet refererer til Trinn 5 og 6: direkte kunnskap og frihet for sansen av handleren.

5/10/15 regelen

Gransking er individets natur. Å søke er imidlertid forskjellig fra gransking. Søkingen stopper med selvkunnskap, men gransking varer til den dagen du dør. Mange mennesker tror at slutten av søkingen er slutten for det ikke-evige individet. Det er det, men bare hvis frukten av selvkunnskap – tripti, fullstendig tilfredsstillelse kommer med det. Det er et annet trinn etter frihet fra ignoranse (direkte kunnskap). Trinnet etter stadig direkte kunnskap er kalt for nididhyasana. Det er handlerens forsvinning, den delen av selvet som er deprimert, lei eller ambisiøs, for eksempel. Restene av følelsesmessig utilfredshet antyder ego rester (sattvisk/ rajasisk/ tamasisk pratibandikas) som burde bli fjernet hvis du har medfølelse for individet og ønsker å gi den perfekt tilfredsstillelse.

Nididhyasana, som er sadhana (arbeide) uten søking, er krevd. Den tar vare på enhver rester av mentale/ følelsesmessige urenheter. Det er en grunnleggende formel, 5/10/15 regelen. Det varierer selvfølgelig fra individ til individ, men er ikke nødvendigvis en overdrivelse. Fem år for manana, å høre undervisningen. Ti år for å løse tvil (manana) skapt av undervisningen og femten (nididhyasana) for å fjerne sans av handleren. Tripti er fullstendig tilfredsstillelse. Et mithya individ gjenstår, men det er fullstendig tilfreds med seg selv og verdenen. Den personen har ingen begjær for å være forskjellig fra hva den er. Det blir kalt for Isvara pranidanam, å overgi seg til Det Totale Sinnet, eller ikke-dualistisk hengivenhet.

SELVREALISERING

Selvrealisering er den fulle forståelsen av din sanne natur som bevissthet. Dette betyr at

du bruker kunnskapen i livet ditt og tar et standpunkt i bevissthet som bevissthet. Hvis sinnet er fortsatt agitert av rajas og tamas fordi alle kvalifikasjonene ikke er på plass og bindende vasanaer fortsatt betinger sinnet, må en gå tilbake og rekvalifisere seg. Det er ingen annen måte å benekte handleren og gjøre om bindende vasanaer til ikke-bindende slik at selvakualisering - det siste «nivå» - som er perfekt tilfredsstillende (tripti), kan finne sted.

Og sist men ikke minst, veldig viktig!

Nididhyasana avslutter aldri for jiva/ personen/ individet - det er der de fleste kommer til å stå fast i eller gir opp.

SELVAKTUALISERING OG SELVINTEGRERING - NIDIDHYASANA

Karma yoga er en forberedelse for jnana yoga og jnana yoga fører til selvkunnskap og frigjørelse. Jnana yoga (kunnskaps yoga) er tre disipliner:

- 1) Lytting (Shravana)
- 2) Resonnering (Manana)
- 3) Aktualisering (Nididhyasana)

Lytting er å trekke ut undervisningssessens av Vedanta ved å studere skriftene systematisk og kontinuerlig under veiledning av en kompetent lærer som er i livet. Manana hvi-ler logisk i undervisningen frem til at all tvil om undervisningen er eliminert. Manana er forståelse at Vedanta er feilfri og konkret. Aktualisering er integrering eller assimilering av undervisningen ved å hvile i undervisningen til den er spontan og tilgjengelig i hverdagen.

Frigjørelsesprosessen (moksha sadhana) presentert i Vedanta består av tre faser:

- 1) Frigjørelse mens levetid (jivanmukti)
- 2) Frigjørelse ved døden (videhamukti)
- 3) Slutten av samsara (samsara nivritti) dvs. ingen fremtidige fødsler.

Søkeren starter veien som en handler med sanchita karma, tendenser mot gode og dårlige handlinger akkumulert fra tidligere fødsler (inkarnasjoner). Prarabdha karma er den delen av sanchita som er aktivt fruktbar i den nåværende fødselen, og agami karma er karma, som handleren samler under nåværende fødsel.

Når jiva oppnår selvkunnskap gjennom Vedanta sadhana (arbeide), ødelegger kunnskapen sanchita og agami karma, og lar jnani (opplyst jiva) gjenstå bare med prarabdha karma. Dette kalles Jivanmukti, frigjørelse mens en lever.

Og når denne jnani tømmer hele prarabdha, den nåværende fødsel og kropp forårsaket av prarabdha er ødelagt, det som kalles videhamukti, befrielse ved døden, er det ingen grunn til å komme tilbake. Dette kalles opphør av transmigrasjon (samsara), vandring fra en kropp til en annen kropp.

NIDIDHYASANA

Den endelige fasen av Vedanta sadhana er nidihasana, som har til hensikt å integrere og aktualisere undervisningen - Brahma Satyam Jagat MithyaaJivo Brahmaiva NaaPa-
raha – «**Selvet er reell, verden er tilsynelatende reell. Det er ingen forskjell mellom selvet og jiva.**» Det er et faktum at jeg bare er grenseløs eksistens/ bevissthet, men som jiva er jeg ignorant om dette faktumet, så jeg må:

- 1) Hevde min grenseløshet og
- 2) Benekte misoppfattelsen om at jeg er en jiva.

Å hevde grenseløshet betyr at jeg ikke er en handler (en nyter) alene for seg selv. Hvis jeg ikke aksepterer dette faktumet, selv om jeg vet hva skriftens synspunkt er, er jeg ikke en jivanmukti. Jeg er fortsatt i fasen der tvil fjernes (manana). Men hvis jeg er overbevist om at jeg er det grenseløse selvet og ikke er helt tilfreds med min nye identitet, må jeg aktualisere den.

Jeg må:

A) Bli kvitt ideen at jeg gjorde noe sadhana (arbeid) for å bli frigjort.

Moksaprosessen i sin helhet fra jivanmukti til vidhamukti til opphøret av samsara er basert på ideen om at jeg er en jiva med tre typer karma. Nididhyasana eliminerer ideen om at jeg er en jiva, derfor samtidig må jeg fornekte min sadhana. Ideen om at jeg er en jiva og ideen om moksa er to sider av samme mynt. Jeg burde ikke tro at jeg gjorde sadhana for moksa, fordi jeg var allerede fri da jeg gjorde sadhana.

B) Bli kvitt ideen at jeg er frigjort.

Hvis jeg ikke gjorde noe sadhana fordi jeg alltid var selvet, ble jeg heller ikke frigjort. så jeg må kvitte meg med statusen som frigjort person, fordi dette er en misoppfattelse basert på en feil oppfatning av hvem jeg er.

C) Bli kvitt ideen at jeg ikke vil bli gjenfødt

Hvis jeg aldri var en jiva eller en jivanmukti, gjelder det også for videhamukti og slutten av samsara (samsara nivritti). Så jeg kan ikke si at jeg vil bli frigjort ved døden eller at jeg ikke vil komme tilbake igjen. Disse forestillingene bør avvises under nididhyasana-fasen.

D) Bli kvitt ideen om at kvalifikasjoner er nødvendige for frigjørelse

Ideen om at kvalifikasjoner er nødvendige for moksa, er ubevisst formet under ens sadhana og trenger å bli benektet på en intensjonell måte fordi moksa er min natur, og ikke noe jeg har oppnådd eller noe jeg kan miste. Dette er vanligvis vanskelig for handleren, men det er et faktum. Å fortsette med denne oppfatningen er som å identifisere seg med handleren.

E) Omdefinering av kvalifikasjoner

Selv om kvalifikasjoner ikke er gyldig som et krav for moksa, er sadhana fortsatt nød-

vendig for nididhyasana. Hvorfor? Beholde sadhana når du er frigjort er den beste gaven du kan gi Isvara for å ha ledet deg til Vedanta. Neglisjere det er det verste du kan gjøre. Det er også den beste gaven du kan gi din lærer (guru dakshina). Neglisjere er den verste gaven du kan gi guru. Å beholde din sadhana er også den beste reklame for Vedanta. Og å beholde din sadhana er en velsignelse for hele verden (loka seva).

Du bør beholde kvalifikasjonene - diskriminasjon, objektivitet og så videre, men konvertere ditt ønske om å være fri til ideen, som forresten er et faktum – **«Jeg har alltid vært fri»** Hvis du tror du har oppnådd moksa betyr det at du fortsatt tenker om deg selv som en jiva.

F) Bli kvitt den konvensjonelle erfaringsdefinisjonen av frigjørelse

Ofte vil folk som er overbevist om at de er selvet, lengte etter en slags åpenbaring for å validere det, noe som betyr at de ikke har fullført fase to av Vedanta sadhana (manana). Siden jeg er grenseløs bevissthet, opplever jeg alltid meg selv og jeg trenger ikke å lete etter noen form for eksperimentell validering av min natur.

G) Omdefinere Frigjørelse - Ta en standpunkt som selvet - og gjenta internt identitet mantraer.

Jeg trenger kontinuerlig å tenke på og trygt påstå:

- 1) Jeg er av natur evigvarende eksistens/ bevissthet.
- 2) Jeg er den eneste kilden til permanent fred, sikkerhet og lykke.
- 3) Ved min enkle tilstedeværelse gir jeg liv til denne materielle kroppen og opplever dette materielle universet.
- 4) Jeg er aldri berørt av det som skjer i den materielle verden eller til den materielle kroppen.
- 5) Når jeg glemmer min virkelige natur, gjør jeg om livet til en byrde. Når jeg husker min natur, gjør jeg om livet til underholdning.

Lær utenat dette mantraet fra Kaivalaya Upanishad og gjenta det til det blir en kontinuerlig og automatisk tanke. Når den er kontinuerlig, vil den aldri bli glemt, den vil dette ut av hverdagsbevissthet, men vil alltid være tilgjengelig når den trengs, som ditt navn:

«Alt er født i meg, alt har sin eksistens i meg, og alt oppløses tilbake til meg. Jeg er den grenseløse bevissthet, den ene uten den andre.»

MANIFESTASJON – UPERSONLIG SKAPER - MAKROKOSMISK KAUSALKROPP - DET TOTALE SINNET

Det er flere eksistensielle spørsmål, som noen mennesker i verden stiller seg hver dag og det er:

Hvor kommer jeg fra? Hvem er jeg? Finnes det en skaper (Gud)? Har vi fri vilje? Og så videre.

Det er naturlig å være nysgjerrig på vår eksistens og reflektere om ulike emner som er av eksistensiell art. Når man prater om Gud/Skaper, vil noen mennesker steile og si at det ikke finnes bevis for dens eksistens og at vi alle kommer fra «ingenting» og det er sånn det er slik vitenskapen sier det.

Og de samme dogmene ser man i ulike religioner i forbindelse med skapelsesberetninger om at «vår» Gud/Skaper eller Skapere er den sanne beretningen. Ut ifra mitt perspektiv har jeg ikke vært tilfreds med svarene og logikken i måten å forklare om Gud/Skaper eksisterer fra religioner eller vitenskapen i seg selv. For min del er det ulogisk å si at vi kommer fra ingenting og at vi har blitt til uten en form for skaper/ skapelse i seg selv. Det jeg observerer er at vi er intelligent designet og det samme med hele Kosmos/ Universet, galakser, solsystemet og vår planet Jorden inkludert naturen, mennesker, dyr og så videre.

Så spørsmålet for meg har ikke vært om Gud/Skaper eksisterer, men mer hva ordene Skaper og Skapelse innebærer. I mine undersøkelser, analyser, gransking og refleksjoner har jeg blitt tilfreds med logikken i måten vedaene presenterer det jeg kaller for Skapelse, Upersonlig Skaper og Makrokosmisk intelligens. Veldig sofistikert og intelligente teorier.

Jeg fremlegger ingen bevis, men mer elementer og teorier av hva Vedanta i sine kilder nevner hva det dreier seg om, og religioner er litt inne på at det er skaper i bildet, men ingen utenom vedaene nevner at Skaperen er av upersonlig art og opererer gjennom ulike naturlover, fysikkens lover, karmiske og Dharma (livsvei) lover m.m. Det er en haug av elementer og ting som er med og påvirker handlinger i våre egne liv og verden. Vedantakildene er ikke vanlige dogmatiske religiøse kilder som man skal tro blindt på.

Et av de viktigste emnene i frigjøring (moksha) i forbindelse Vedanta, handler om hvordan vårt forhold og rolle til «Skaper, som er upersonlig» er og kildene kaller denne upersonlige skaperen for Isvara. Det er jo mange navn på Gud, som de ulike religioner kaller denne skaperen for. Jeg liker å forholde meg til Upersonlig Skaper, Makrokosmisk Intel-

ligens og Det Totale Sinnet. Man kan gjerne bruke ordet Universell Orden og Intelligens samt Universets eller Makrokosmisk sinn også. Det er jo det samme på en måte, men hva det innebærer er det jeg vil prøve å forklare i dette kapittelet.

Det er naturlig at det er en del kollektiv ubevisst motstand mot ordet Gud eller Skaper. Fordi det har vært en del kriger i «Guds» navn gjennom historien slik at mange har fått et anstrengt forhold til Gud også når man ser mye elendighet og ondskap i verden. Og hvordan kan Gud/Skaper tillate all ondskap og ikke av det gode? Jeg vil påstå at det er mye ignoranse rundt begrepet Skaper. Skapelse og hvordan verden fungerer eller henger sammen. Hva som fører til at det skjer ulike handlinger i ens liv eller ute i verden.

Jiva handler om oss mennesker/ individuelle personer eller dyr. At vi er en del av Gud/ Isvara (sanskrit betegnelse på upersonlig skaper som nevnt). Vi personer kan ikke være Gud, fordi vi har ikke skapt vår kropp og sinn. Og vi er ikke krefter bak hele Kosmos eller opprettholdelse av at hjertet slår og blodet flyter. Eller at vi våkner i samme kropp i dette livet etter å ha gått i dyp søvn om natten. Det er en intelligens og orden som får ting til å skje i verden. Ingen mennesker har kontroll på dette. Isvara er summen av all kunnskap i Universet og resultater i verden (dharmafelt). Og Dharmafeltet er påvirket av ulike lover av psykologisk, fysisk og etisk art. Det inkluderer også karmalover. Man har med seg i sin «bagasje» når man blir født tendenser og programmeringer (vasanaer). Jeg vil ofte bruke ordet Det Totale Sinnet med tanke på upersonlig skaper, Isvara og Gud. Hovedgrunnen er at Vedanta er opptatt av forholdet mellom oss individer og det totale. Det gjør at ordet Det Totale Sinn er greit å forholde seg til når man driver med selvgransking.

Maya blir nevnt og er et annet ord for skapelse eller skapelseskraft og Mithya er også et annet ord for verden vi lever i som er i konstant endring. Men det eneste som egentlig er uforanderlig utifra ikke-dualistisk ståsted er selvet/ bevissthet. Det er vår identitet - hvem vi er- og vi er fullstendig, hel og komplett og mangler ikke noe. Når man forstår, realiserer det og praktiserer/ integrerer det i ens hverdag rimelig solid er man fri (moks-ha). En viktig nøkkel til frigjøring er å forstå vår rolle som individ og Det Totale Sinnets sin rolle i verden.

Når man ser at media gir oss mye negativitet, elendighet og ondskap i verden gjennom ulike nyhetskanaler så får man ubevisst lyst til å fikse på verden, hjelpe verden, endre på verden og andre mennesker. Men det er jo helt andre krefter som styrer hva som skjer i verden og man bør kanskje mer akseptere at verden og mennesker er slik som de er? Vedanta viser oss at vi gjør det for å opprettholde et fredfullt, modent og klart sinn.

Skapelse – Universets Opprinnelse – Big Bang – Eksistensens Mandala

Tenk på det, hvis du ser på skapelsen, hvor eksisterer den? Har du noen gang egentlig sett en skapelse? Nei, du har bare erfart objektene, som viser seg i deg når som helst og disse objektene er ikke separate fra tankene, som skaper dem. Skapelsen er bare en ide,

en tanke. Når den tanken viser seg i deg, forestiller sinnet objektenes helhet ved slutning, men disse objekter er aldri direkte erfart. Alt som er direkte erfart er deg, bevissthet, og objekter.

Det eneste problemet igjen å løse er hvorvidt bevissthet eller materie er primær. Hva kom først? Når vi bruker verden «først» mener vi: Hva står alene? Eksisterer materie forut til bevissthet slik at vi kan fortsatt ha materie uten bevissthet? Nei, du kan ikke separere et objekt fra objektets bevissthet. Med andre ord, objekter er ikke bevisste. De kjenner ikke dem selv eller andre objekter. Isvara forbundet med maya er bevisst (selv om den ikke er en person) og er ikke modifisert av ignoranse/ maya (gunaer, energier). Isvara/ Det Totale Sinnet er bevisst, fordi med mayas tilsynkomst, er det noe for bevissthet til å være bevisst av, med andre ord objekter. Bevissthet er forut til materie på den måten at materie avhenger av bevissthet. Bevissthet står alene. Det er det første prinsippet hvor alt dukker opp fra.

Tilslutt kan du ikke få noe ut av ingenting. Hvis materie avhenger av bevissthet, må den komme fra bevissthet. Virkningen (materie) er bare en tilsynelatende transformasjon av årsaken, bevissthet. Det er faktisk ikke en transformasjon, fordi hvis det var det, ville bevissthet ha mistet dens grenseløse natur når den har blitt transformert til materie. Den ville ha blitt begrenset, bundet av tid og rom. Den materien (subtile og grove objekter) dukker opp i deg, bevissthet, når du tenker på det er din egentlige (ugranskede) erfaring.

Den logiske tilnærmelsen til ikke-dualitet som et middel til å forklare skapelsen, når det er nyttig, bryter sammen (fra personens perspektiv) år det kommer til analysen av universets årsak. Deduksjon vil bare ta deg så langt, fordi det eneste kunnskapsmiddel tilgjengelig for den er sansene (persepsjon og slutning), som uten selvkunnskap er mithya og sitter fast i mithya. Ikke-dualitet, bevissthet, er ikke et kunnskapsobjekt, og kan ikke bli kjent av middelet til vår disposisjon. Den er altfor subtil og kan bare bli kjent gjennom et gyldig kunnskapsmiddel for bevissthet, som er Vedanta, som er i stand til å fjerne ignoransen, som står i veien for forståelse.

Problemene, som moderne vitenskap har i forståelse av universets opprinnelse er et godt eksempel på dette. Den kan resonnerer seg opp til et visst punkt hvor det forstår at det må være et øyeblikk når skapelsen begynte, men den kan ikke fortelle oss hva skjedde på skapelsens punkt eller før det skjedde. Kvantefysikk, den mest avanserte teorien i fysikken til dags dato, kan ikke gå bakenfor Big Bang, det Store Smellet. Grunnen til dette er at ikke-dualitet, eller singularitet, som er hva vitenskapen kaller ikke-dualitet, er et nivå (det er ingen nivå eller tilstand, men det kan til nød brukes) fra hvor det er ingen informasjon, som en kan resonnerer seg fra. Hvis det er ikke-dualitet, er det ingen objekter. Vitenskapen vil sitte fast på dette punktet til den forstår hva bevissthet er, som den ikke vil gjøre, hvis ikke selvkunnskap fjerner ignoranse for vitenskapsmannen.

Det Totale Sinnet (Isvara) er Varig og Midlertidig

Vedanta lærer: Det Totale Sinnet er ren bevissthet pluss maya. Det er Skaperen. Men når maya viser seg, er rajas og tamas undertrykket, og bevissthet viser seg som ren intelligens, som har fått skjenket blåkopien for skapelsen og alle kreftene som er nødvendig for å bygge den tilsynelatende virkeligheten ifølge blåkopiens spesifikasjoner. Den behandler maya, som en keramiker behandler hans eller hennes ideer av krukken til å skape krukken. Når tamas kommer i forgrunnen, utvikler den materielle verden og når rajas kommer i forgrunnen, viser utallige personer seg.

Personen er bevissthet pluss sattva, rajas og tamas (de tre gunae eller de tre energier). Men tamas og rajas er dominerende og derfor er personen ignorant av dens natur og tar seg selv til å være en av mange. Personen fortryllet av maya, mens Det Totale Sinnet kontrollerer maya (ignoranse). Krishna snakker som Det Totale Sinnet i Bhagavad Gita: «Av min maya villeder jeg alle disse vesenene.»

Student: Hvis Det Totale Sinnet (Isvara) er reflektert bevissthet, hvordan kan det sies å være bevisst, når personen, som også er reflektert bevissthet ikke er bevisst? (Jeg forstår at personen ikke er bevisst).

Vedanta lærer: Dette er vanskelig. Du kan ikke si at bevissthet er bevisst, fordi å si at noe er bevisst har en underforstått betydning av objekt, som er bevisst av. Siden bevissthet er ikke-dualitet, er den ikke bevisst, fordi det er ingen objekter. Det er bare bevissthet. Men når maya opererer, er det noe for den å være bevisst av, med andre ord skapelsen. På dette punktet overgir den tilsynelatende sin status, som bevissthet og blir en bevisst skaper. Fra ren bevissthets ståsted, er Det Totale Sinnet bare maya, et livløst speil (pratibimba) hvor alle skapte objekter viser seg i. Men fra personens ståsted, er Det Totale Sinnet den intelligente arkitekten, skaperen, tilhengeren og ødeleggeren av skapelsen.

En samtale mellom en Vedanta-student og en Ateist om emnet Gud

Ateist: Det irriterer meg at folk bringer opp oppfatningen om at det er en Gud. Hele debatten rundt hvorvidt Gud eksisterer eller ikke er unyttig for meg. Hvorfor tro på Gud?

Vedanta-student: Ja, hvorfor tro på Gud når du kan ha kjennskap til Gud?

Ateist: Fordi det er ingen Gud å ha kjennskap til!

Vedanta-student: Å ha kjennskap til Gud, trenger du Gudskunnskap. Gud gir ingen mening som en tro, fordi ved å si at Gud er en tro erklærer du at Gud kan eller kan ikke eksistere. All tro mangler visshet. Men når folk sier at de ikke tror på gud er det vanligvis den bibelske Gud de refererer til. Med andre ord sier de at de ikke tror på en stor pappa, som sender mennesker til himmelen eller helvete avhengig av hvor mange Vår Fader de har lest opp. Og Gud er ganske upopulær i disse dager med tanke på all den volden, for-

virringen og korrupsjonen han har inspirert så lenge. For å forstå Gud for vestlige som oss, trenger du å nullstille deg og starte fra begynnelsen av.

Ateist: Hvorfor burde jeg bry meg om det?

Vedanta-student: Fordi til tross for all den religiøse bagasjen, er virkelig det å forstå Gud noe om å forstå verdenen. Når du forstår Gud, forstår du alt er på den måten det er og det kunne ikke bli annerledes. Gud er ikke bare et godnatteventyr for å trøste deg når livet ikke gir deg hva du ønsker. Gud er en del av denne likningen, men det er tøft å formulere hvem du er og hva verdenen er uten å ha kjennskap til Gud. La meg prøve å definere det på den måten det gir mening til ditt intellektet, som eksisterer i den moderne verdenen i dag.

Ateist: Overrask meg.

Vedanta-student: Hva er det som har bragt deg inn i denne verdenen? Og ikke fortell meg at det var din mor, fordi din mor har ingen anelse hvordan en skaper et menneske biologisk! Hva er det nå som sirkulerer i ditt blod, som gjør at du er sulten, og som setter tanker i hodet ditt? Hva er det som får alt til å vokse: gress, blomstene, trærne og håret på ditt hode?

Ateist: Hm. Naturen?

Vedanta-student: Ok for nå, si at naturen er virkningen og Gud er årsaken. Gud er ansvarlig for alle objekter inkludert deg og meg. Kort fortalt, Gud er alt. Som en edderkopp som spinner sitt eget nett, er Gud intelligensen, energien og materialet bak all skapelse.

Ateist: Høres mer ut som en stor pappa for meg.

Vedanta-student: Men Gud er ikke en gammel skjeggete mann, som deler ut belønninger og straff. Gud er til og med ikke en person med menneskelige kvaliteter. Gud er et prinsipp, som gravitasjon. Med andre ord, Gud er upersonlig. Gud har bare ansvaret for belønninger og straff så langt hvorvidt eller ikke du følger dharma.

Ateist: Og hvordan definerer du dharma?

Vedanta-student: Dharma er lovene som styrer vår erfaring. Nemlig, de fysiske, psykologiske og moralske lover. Fysiske lover eksisterer slik at ild alltid er varm og sukker alltid er søt. Psykologiske lover eksisterer slik at spesifikke situasjoner, som å bli elsket, gjør at sinnet blir fredfullt; mens andre, som å erfare vold, gjør en opprørt. Moralske lover eksisterer slik at det å lyve, stjele eller skade andre føles galt; og være hjelpsom, munter eller vise medfølelse føles riktig. Når vi alle forstår intuitivt at det er universelle lover, forstår egentlig veldig få mennesker at for å leve et relativt fredfullt liv, trenger du å følge dem! Dharma handler om disse tingene: Respektene naturen, pass på dine tanker og ikke

vær en drittsekk.

Ateist: Og karma?

Vedanta-student: Godt spørsmål. Karma viser hvorvidt eller ikke naturen, Gud, som for øyeblikket er på din side eller ikke. Det er som dette. Å gå imot dharma og naturen vil gå imot din natur, rakke ned på deg og få deg til å føle smerten. Å følge dharma vil være for det meste grei skuring. Derfor er det godt å ha kjennskap til Gud, fordi uten Gudskunnskap er du et skip uten formål. Tilslutt, Gud overvåker deg ikke. Gud deler ut karma, resultatene av dine handlinger. Og igjen, det er bare upersonlig. Lovene er bygget inn i systemet.

Ateist: Hva er systemet?

Vedanta-student: Erfaringsfeltet, Den Kosmiske Ordenen.

Ateist: Ok, om vi holder på at Gud eller naturen eksisterer og at skapelsen er styrt av lover, hva skapte da Gud?

Vedanta-student: Ok, se om du kan følge denne logikken. Gjennom en empirisk prosess kan vi vise at kilden av alt er ufødt, uforanderlig, grenseløs, ikke-dualitets bevissthet. Med andre ord er vi i stand til å vise at alt løser seg inn i bevissthet.

Ateist: Kan du utdype det mer for meg?

Vedanta-student: For nå, la oss anta at alle erfaringer er ikke-dualitet, fordi uten ikke-dualitet vil det ikke stemme, på tross av hva vitenskap sier. Ifølge vitenskap er universet tilfeldig, og dens opprinnelse var en eksplosjon, som kun ut av ingenting, og bevissthet utviklet seg fra noe død materie. Selv for mange vitenskapsmenn er dette temmelig søkt. Fra en persons ståsted, om vi fjerner kropp-sinn sanse komplekset, hvert lem, hver del som du kaller meg og du har bare bevissthet, essensen av hvem du er. Jeg trenger ikke å spørre deg om du er bevisst, fordi det er åpenbart. Fra Guds ståsted, ta bort alle Guds ting, alt i universet og du har også bare bevissthet. Vi sier at universet, Gud er bevisst. Universet er ikke tilfeldig, fordi hvis det var ville ikke vitenskapsmenn være i stand til for eksempel å gjøre utregninger. Det er bare på grunn av konsekvente naturlige lover og mønstre at vi er i stand til å navigere verdenen i det hele tatt.

Du kan konkludere med intelligensen bak all skapelse. Alt som er her er bare kunnskap som er blitt manifestert. Hvordan kan du få et høyt eiketræ fra en liten eikenøtt? Derfor sier vi at universet er intelligent.

Ateist: Mener du intelligent laget?

Vedanta-student: Det stemmer. Det er et område vi egentlig er enig med Bibelen. Vi har

nå lært at Gud er en billedlig entitet, et navn for bevissthet pluss forskjellige krefter inkludert kunnskap, energi og materie til å lage ting. Vi kaller disse kreftene, maya. Da er vi i stand til å erklære: Bevissthet + maya = Gud. Ok, da har vi definert Gud. Men hva med en person? Bevissthet + kropp-sinn-sanse komplekset = person.

Interessant at både Gud og personen har bevissthet. Forstår du? Alt løser seg tilbake i bevissthet, selv Gud og Guds ting. Essensen av universet er ikke mørk materie, det er ren, uten attributter, ikke-dualitets bevissthet. Er du med så langt?

Ateist: Jeg tror det. Foreslår du at vi er det samme som Gud?

Vedanta-student: Ja og nei. Vi deler den samme essensen, som Gud, som med alle leire er krukke laget av leire, men vi kan åpenbart ikke utfolde Gud sine krefter og vi er ikke allestedsnærværende. Vi er Gud fra det perspektivet at vi er et produkt av Gud og det faktumet at vi deler samme essens, bevissthet, men det er så langt det går. Men la oss ikke redusere faktumet at vi deler den samme kilden, det er ganske kult. Det hjelper også å minne oss på at alt er blitt gitt til oss, inkludert denne kroppen, sinnet og intellektet.

Men tilbake til ditt spørsmål: Hva skapte Gud? Hvor det blir vanskelig er når vi ser på alt av Gud sine ting. Vi sier at Guds skapelse er begynnelsesløs. Guds skapelse er begynnelsesløs, fordi det eksisterer i bevissthet og bevissthet, sier vi er årsaksløs årsak. Bevissthet bare er. Den er hva som aldri har vært født og dør aldri. Bevissthet har ingen begrensninger, fordi hvis den hadde det, ville den ikke være hel, fullstendig, uforanderlig eller ikke-dualitet. Vi sier bevissthet er virkelig og alle objekter, inkludert tanker er bare tilsynelatende virkelig. Forresten er virkelig definert som det som alltid er tilstedeværende og endrer seg aldri. Objekter, og det inkluderer tanker og følelser, er alltid i endring og upålitelig. Alle objekter er også laget av andre objekter, ulikt bevissthet som er det hele, fullstendig og uavhengig av deler. Nå kommer den vanskelige delen: Fordi alle objekter bare er tilsynelatende virkelig, som betyr at de endrer seg alltid til noe annet, er de begynnelsesløs, fordi noe som ikke er virkelig kan aldri bli født.

Ateist: Du får hodet mitt til å eksplodere! Objekter eksisterer ikke?

Vedanta-student: Objekter eksisterer fordi de er erfart, men de er ikke virkelig. Det er som med historien om karen, som tror at et kveilet tau er en slange. I øyeblikket av hans mistolkning, er tauet slangen. Slangen blir til tau igjen når feilen er korrigert. Slangen eksisterer, men er ikke virkelig. Objekter eksisterer fordi vi erfarer dem slik, men når vi undersøker nærmere stryker de på testen. De er flyktige, forbigående, noe et øyeblikk og noe annet i det neste.

Ateist: Så, hva er da objekter?

Vedanta-student: Når man ser på det nærmere, er det midlertidig samling av mindre deler, men de er virkelig bare tanker. Alle objekter eksisterer som tanker. Vi sanser

egentlig ikke objekter, bare deres eiendeler, farge, form, struktur, smak, lukt osv. Fra de forskjellige sansepåvirkninger, tar sinnet automatisk eiendommene, samler dem og anvender et navn og form slik at våt og gjennomsluktig blir vann og gult, varm og sprakende blir ild.

Ateist: Så vi lever i et tankeunivers?

Vedanta-student: Korrekt. Det er litt av en ikke-dualitetsvisjon!

Ateist: Hm. Ok. Men du har fortsatt ikke svart på mitt spørsmål.

Vedanta-student: Det stemmer. Hvor kommer Gud fra? La oss se. På grunn av at bevissthet aldri er født og dør aldri, er bevissthet evig; og på grunn av at bevissthet er evig, er også Gud det. Husk at essensen av Gud bare er bevissthet, og på grunn av at bevissthet er begynnelseløs og Gud sine ting eksisterer inni bevissthet, er Gud begynnelseløs. Siden Gud ikke har noe begynnelse, er ikke Gud født. Gud bare er. Men det er et problem. Gud er ikke virkelig.

Ateist: Hva? Vent, det tok deg 15 minutter å argumentere din sak for Gud og nå forteller du meg at Gud ikke er virkelig? Jeg antar at det beviser mitt poeng.

Vedanta-student: Og det er?

Ateist: Det er ikke noen Gud.

Vedanta-student: Husk hva jeg har sagt at vår definisjon er at bare bevissthet er virkelig. Gud eksisterer bare på grunn av bevissthet. Gud er avhengig av bevissthet og er bare tilsynelatende virkelig, som med alle Guds ting. Likevel, erfarer vi fortsatt Guds skapelse. Slik at du ikke kan avskrive Gud. Du er i dette drømmelandskapet hvorvidt du liker det eller ikke. Alt du har blitt gitt til deg, selv om det ikke er virkelig av vår definisjon. Gud skal ikke avvises. Gud skal bli kjent.

Ateist: Men hvordan er Gud i stand til å skape noe og det viktigste hvorfor vil den det?

Vedanta-student: Jeg vet ikke, kanskje Gud kjedet seg? Eller fordi Gud ville vite om seg selv slik at den skapte bevisste vesener med sanser, som tillater Gud til å se, lukte, smake, berøre og høre dens skapelse? Det er et mysterium hvorfor noe eksisterer i det hele tatt.

Dypere du dykker inn i skapelsen, dess mer merkelig blir det. Når en åpner en dør dukker det opp en annen dør og så en annen, endeløs dørspiraler som en skal åpne. Eller du kan se på det som et puslespill utfoldet inni et annet puslespill hvor makrokosmos speiler seg og motsatt. Det er som å se havet i en vanddråpe og hele det.

Ateist: Begrunn svaret.

Vedanta-student: Guds ting er bare mønstre, mønstre overalt, og Gud er veldig nøysom. Se på naturens fraktaler for eksempel. Dine blodårer under huden viser seg som blodårer i et blad, som ser ut som grener av et tre, som viser seg i en elvelaget blodåre funnet på planetens overflate. Naturen er bestemte sett av lover og mønstre anvendt om og om igjen. Fra noen få til vi får mange, som fra alle de bokstavene av alfabetet til vi er i stand til sammenkomster av tusener av ord, artikler og bøker. Hva tenker du om Gud hittil?

Ateist: Til meg høres det ut som du forklarer naturen, men på en måte at det antyder at det er en bevissthet og intelligens bak den.

Vedanta-student: Ja, Gud handler ikke om skyld, frykt og å spørre om en ny HD-Fjernsyn. Gud har med å tilbe, ikke fordi vi skal frykte Gud, men fordi vi vet at vi ikke har ikke kontrollen.

Ateist: Kontroll over hva?

Vedanta-student: Dette, resultatene. Med en gang du kjenner til Gud og hvordan Guds erfaringsfelt virker, gir du slipp. Du har ikke noe valg. Det er fullstendig aksept og med den aksept, en stor lettelse for å være ærlig.

Ateist: Men jeg har fri vilje, og jeg trenger ikke å forhandle med Gud.

Vedanta-student: Selv om du kunne er Gud sine lover ikke-forhandlingsbare, og fra ditt ståsted har du fri vilje og en viss grad av kontroll, men å se den ut ifra den store sammenhengen er du fullstendig avhengig av Gud. Ingen handling tar plass uten velsignelser av alt annet. Det bør være åpenbart at det er et nettverk av konstant støtte, som opererer her. Amerikanere spesielt, er stolt over selvstendighet, mens det er bare en stor vits, noe forfattere romantiserer om den gamle Vesten. Du gjorde ikke noe for å komme der du er.

Ateist: Vent et øyeblikk.

Vedanta-student: Alt har blitt gitt til deg, dine foreldre, ditt husly, din utdannelse, dine klær, din mat, din partner, din underholdning. Ser du ikke de uendelige handlingene som måtte finne sted slik at du kunne være her for å snakke med meg nå? Det er en gammel Zen munk, som likte å si at han kan se hele universet i et enkelt papirark, og han har rett. Se på alt som har skjedd for at selv et papirark skal manifestes, solen, vannet, treet, tømmeret, motorsagen, lastebilen, fabrikken, salgspersonen, forhandleren og så videre. Papiret manifesterte ikke av seg selv og det gjorde heller ikke du eller andre, som du trodde du hadde kontroll over. Din sansekontroll er bare en illusjon, alle resultater fra erfaringsfeltet. Ser du hvordan det fungerer? Ingen handling skjer uten velsignelser av alle ting i feltet. Selv ikke din egenskap til å ta avgjørelser. Hvor mye kontroll har du selv over dine egne tanker?!

Ateist: Hm. Ok. Men hvis Gud eksisterer og er så vidunderlig, hvorfor all ondskapen og

blodsutgytelser i verdenen? Hvorfor ville noen tilbe en slik sadist?

Vedanta-student: Gud skaper ikke verdensproblemer, det er ignoransen av Gud som gjør det. Mennesker handler ut av frykt og begjær og skaper lidelser. Ta bort ignoranse og alt er fullstendig greit. Dessuten, i denne dualitetsverdenen eksisterer ingenting uten dens motsetning. Du kan ikke ha varme uten kulde, søtt uten bitter, eller vakkert uten stygt. Hva ville du skulle være vakkert til å sammenlikne med hvis alt var vakkert?

Ateist: Du har et svar for alt, har du ikke det? Kanskje er det bare en annen omfattende historie oppfunnet av en gammel yogi, som lever i en hule.

Vedanta-student: Det er ingen vinnere. Vi svømmer alle i samme akvarium. Jeg nevner, som alle andre hva vi intuitivt kjenner til. Vi er kanskje ikke i stand til å sette fingeren på det, slik at vi kommer opp med alle slags navn for den, Gud, Isvara, Allah, Jehovah, Han, Henne, Naturen eller hva du vil kalle det for, det spiller ingen rolle. Det er upersonlig, som med været. Men kanskje du finner ut at det er til nytte å ha Gudskunnskap. Det hjelper å redusere ignoranse, årsaken til lidelse og den fremmer sunne vaner som takknemlighet og det å gi slipp, to av denne verdens beste medisiner for redusere stress. Du og jeg kan argumentere hele dagen og natten hvorvidt Gud eksisterer eller ikke, men en ting du ikke kan nekte er denne erfaring. Du kan ikke nekte for at hva du er vitne til samtidig er blitt skapt, vedlikeholdt og resirkulert av en kraft større enn deg. Dette kan du ikke benekte, min venn. Kall det naturen om du vil. Jeg holder meg til Gud.

Big Bang – Det Store Smellet - Materie

Student: Spørsmålet som gjenstår er hvor kom all energien fra? Det åpenbare svaret, Big Bang Det Store Smellet. Nytt problem: Hvordan skjedde Big Bang, siden den er en hendelse i tid?

Vedanta lærer: Hva som blir kalt for energi er egentlig bevissthet som tilsynelatende beveger seg. Den ser ut til å bevege seg (som partikler eller bølger), fordi den er blitt observert gjennom et instrument, som er i tid, sinnet/ sansene. Den «kommer fra», eller er skapt, av sinnet som er ignorant av bevissthetens natur. For å formulere det annerledes, bevissthet fortryllet av maya identifiserer seg med sinnet/ intellektet, som er i tid, og den produserer tilsynekomster av bevegelse.

Dette er drishti-srithi vada, Den er der, fordi jeg er her. Når sinnet er koblet ut, men den sover ikke (samadhi), stopper bevegelsen og når den er gjenaktivert så begynner bevegelsen. Sinnet/ intellektet er en upadhi, en betingelse, eller begrenset tilbehør. Du ser på klart vann i et blått glass og det ser ut til å være blått. Tid er relativt til sinnet. Det er bare et konsept. Når du ser fra bevissthetens ståsted eksisterer ikke tid. Uten tid kan du ikke ha skapelse.

For å repetere, problemet med forholdet materie til bevissthet avhenger av definisjo-

nen av materie. Er materie livløs eller er den bevisst? Hvis den er bevisst, hvorfor ha to forskjellige ord? Materie er livløs. Den er ikke i stand til kunnskap. Den eksisterer (sat), men den vet ikke at den eksisterer (chit). Hvordan kan bevissthet utvikle seg ut av materie? Den vitenskapelige materialistiske evolusjonsideen er ulogisk fra dette ståstedet. Hvis det var en «Big Bang», måtte noe eller noen (Gud) stå for Smellet. Materie er ikke i stand til det, fordi den er livløs. Atombomben er bare farlig når et bevisst vesen trykker på bryteren.

Det er mulig for materie å utvikle seg tilsynelatende ut av bevissthet, hvis vi bringer ignoranse i likningen. Bevissthet er grenseløs. Det betyr at den har alle krefter. Hvis den ikke hadde kraften til å glemme hva den var ville den ikke være grenseløs. Ignoranse imidlertid er ikke grenseløs, som betyr at den slutter når kunnskap gryr. Når en gjennom enten en tilfeldig åpenbaring eller gjennom yoga-praksisen (chitta vritti nirodha) eller gjennom Vedantamiddel, opererer ikke sinnet som enslig kunnskapsmiddel, men den sover ikke, det er tydelig at det ikke er noe skapelse i seg selv, det er bare en sinnprojeksjon.

Når du starter i maya og tar verden for å være virkelig og du følger sporene tilbake til begynnelsen kan du ikke løse forholdet mellom bevissthet og materie, fordi den ene som gjør granskingen, intellektet, er i maya. Dette gjør at den er begrenset i kunnskap (avi-dya). Slik at den ikke kan forstå ens egen årsak, som er grenseløs bevissthet. En lypære skinner, men den opplyser ikke elektrisiteten, som er transformert inn i lyset av pæren. Når ignoranse er fjernet, intellektet, som egentlig er bevissthet hele tiden, kan se klart at det ikke er noe virkelig skapelse. Det er mithya, den tilsynelatende skapelse eller objektenes verden.

Hiranyagarbha – Det Gyldne Egget av Skapelsen

Hiranyagarbha på sanskrit betyr Det Gyldne Egget av Skapelsen og det står om dette blant annet i Rig Veda. Hiranyagarbha betyr også Makrokosmisk Sinn eller Subtil Kropp. Makrokosmisk subtil kropp (hiranyagarbha) er totalsummen av alle subtilkropper. Subtil Kropp gjelder ego, sinn og intellekt. Det er også kalt for drømmetilstand, fordi det inneholder inntrykkene av den våknetilstanden og er derfor kjent som et oppløsende sted for det grove materielle universet.

Avhengig av teksten, er den noen ganger likestilt med Isvara eller den Makrokosmiske Kausal Kroppen. Den Makrokosmiske Kroppen blir presentert da som den umanifesterte virkeligheten av total ignoranse og hiranyagarbha er presentert som den subtile virkelighet av arketypeformer eller frøideer for manifestasjonen, hva vi kaller Det Totale Sinnets vasanaer eller blåkopier for manifestasjonen. I denne betydningen er hiranyagarbha, Det Totale Sinn og er derfor kilden av Det Totale Sinnets skapelse.

I det mikrokosmiske aspektet er tajiasa, som nevnt. Det er den subtile kroppen av den tilsynelatende individet, som spirer alle liker og misliker, som former individets grunn-

leggende verdier. Disse verdier farger individets tolkning av Det Totale Sinnets skapelse og deretter skaper tolkningen hans/hennes erfaring. Denne projiserte tolkningen er referert til, som individets skapelse.

Uansett, hiranyagarbha er den subtile virkeligheten av ideer ut av hvor manifesteringen av de materielle formene, som inneholder det manifesterte universet.

Hele skapelsen er bare en tidløs projeksjon av den lysende bevissthetsskjermen, som et hologram. Når selvkunnskap skjer, kollapser den som en virkelighet og forblir som et speilbilde, som tilsynelatende endrer seg.

Prakriti – Den Subtile Årsaken av Materie og Energi

Materie har tre sider- sattva, rajas og tamas. Fordi de er bygget inni Prakriti. Potensialet til alle former, alle tanker, vasanaer og så videre holdes i frøtilstand i den makrokosmiske kausalkroppen. Prakriti er også den subtile årsaken av materie og energi. Derfor er prakriti materie i form av frø. Den ser bevisst ut fordi den låner sitt lys fra bevissthet. Verden og alle utvendige objekter, enten grovmaterie eller subtil materie, er komprimert av prakriti. Prakriti har tre kvaliteter. De tre gunane som reflekterer selv og ser ut til å skjule det, men skjuler det egentlig ikke fordi ingenting kan skjule det.

Ren makrokosmisk sattvisk prakriti er som et lyst og klart vindu kapabel til å reflektere bevissthet (pratibimba chaitanya). Makrokosmisk sattva er blåkopien (planen) til alle former, hele skapelsen, evige sannheter, krefter, lover, jivaer, karma, tre gunae og 5 elementer (rom, jord, luft, vann, ild). Den vet alt. Den er ikke blandet med rajas og tamas, det er ren kunnskap. Det er bevissthet som viser seg som den som har kjennskap. Det er et objekt kjent av bevissthet og inneholder alle objekter, inkludert energi og rom. Når rajas og tamas oppstår og ren sattva er forurenset, så blir vinduet smadret til utallige småbiter. Maya blir avidya (ignoranse), mange sider, mangfoldig, skaper alle objekter til levende og livløse, inneholder essensen av bevissthet, bevissthet preget av rajas og tamas.

Maya produserer alle substanser ut av tamas, eksistenssiden av bevissthet. Hvis Maya skapte alle substanser ut av sattva så ville alle steiner tenke og snakke. Rajas handler på objektene ifølge deres blåkopi, skaper tilsynelatende bevegelse og endring, individualitet og separasjon.

De 5 elementene er sett på som livløs. Men vi ser at de er i konstant endring, som beviser at de ikke egentlig er virkelig, men viser seg tilsynelatende som. Vedanta lærer om verden at alle deres objekter inkludert individer kan bli endret på. Men selvet alene er virkelig fordi selvet er uforanderlig.

Nøkkelen her er at prakriti, i forhold til Mayadrømmen, utvikler seg gradvis. Vedanta aksepterer midlertidig dette synet, men nekter også det når undervisningen utvikler seg. Maya er egentlig bevissthet, og den utvikler seg egentlig ikke, men det ser ut til at den

gjør det. Hvis vi aksepterer det faktumet at materie ikke i seg selv kan endres, fordi den er livløs, og må derfor bli endret på, da blir spørsmålet hva endrer den? Det ser ut til å bare være to valg: selvet, som sitt lys reflekterer gjennom intellektet (buddhi) via tanker eller de tre gunaene.

Gunaene er imidlertid et annet navn for Maya. Så den andre muligheten er at Skaper opererer gjennom Maya og bruker Mayas projeksjonskraft (rajas) til å skape tilsynelatende bevegelse og endring på pratibasika satyam (jiva sristi, individ skapelse og tolkning av skapelse) nivå. All tilsynelatende materie kan bli endret enten eksternt eller internt på dette nivået. Verken Det Totale Sinnet eller Maya eksisterer på pratibasika satyam nivå av den absolutte virkeligheten. Derfor kan ikke selvet verken endres eller bli endret på.

Den makrokosmiske kausalkroppen er et annet navn for Isvara, som nevnt eller Gud/ Universet/ Det Totale Sinnet. Den tekniske undervisningen på Isvara/ Prakriti/ Maya, eller kausalkroppen, er komplekst fordi alle terminologier er synonyme, men det er også subtile forskjeller mellom alle disse. Isvara er ren bevissthet, som håndterer Maya og er to ting: bevissthet og materie, prakriti. Derfor er Det Totale Sinnet bevisst og som standard får den til å se Maya (materie) ut til å være bevisst, noe den ikke er. Men når vi undersøker materie, finner vi ut at det er også bevissthet, selv om bevissthet ikke er materie. Det Totale Sinnet i rollen som Skaperen, skaper, vedlikeholder og ødelegger alt. Derfor er dyp søvn synonymt med den kausale kroppen og med ren tamas: materie, eller ren ignoranse. Disse er subtile poeng, men viktige for å forstå forskjellen.

Sammendrag - Isvara/ Det Totale Sinnet, Maya og Prakriti er det samme, men er likevel forskjellig

Student: Du nevnte at når maya viser seg, dukker prakriti eller naturen. Er prakriti i maya eller er prakriti det samme som Maya? Noen tekster jeg har sett bruker terminologien og tas for å være den samme.

Vedanta lærer: Først er det ren bevissthet. For det andre dukker maya opp og bevissthet pluss maya er kalt for Isvara/ Det Totale Sinnet i rollen som Skaper, og tilslutt dukker materie opp. Maya kommer først; Prakriti er naturen eller substansen, subtile og grov materie og eksisterer ikke uten maya. Det er ikke noe vits i å snakke om forskjellen mellom dem, fordi prakriti betyr ikke noe uten maya. De er det samme, men de er det ikke.

Eleven: Og er prakriti uavhengig av Det Totale Sinnet? Eksisterer Prakriti uavhengig av Det Totale Sinnet?

Vedanta lærer: Nei, hvordan er det mulig? Hvordan kan det være en skapelse uten bevissthet pluss maya, Skaperen?

Isvara forbundet med maya er uavhengig av prakriti fordi Isvara/ Det Totale Sinnet er trigunatita bakenfor gunaer. Prakriti avhenger av Isvara, og ikke den andre veien. Isvara som ren bevissthet forårsaker skapelsen, men er alltid fri av skapelsen. Disse terminolo-

gier er alle synonymer, men de er litt forskjellige. Det Totale Sinnet er bevissthet forbundet med maya i Skaperens rolle, maya er hva som villeder bevissthet i å identifisere med objekter. Prakriti er substansen, skapelsen. Derfor er maya og Det Totale Sinnet også forskjellig, men det samme.

Elev: Du sier at prakriti som natur eller materie er skapelsen, resultatet av Isvara/ Det Totale Sinnet?

Vedanta lærer: Ja, Skapelsen viser seg når maya dukker opp og bevissthet forbundet med maya antar rollen, som Skaperen (Isvara/ Det Totale Sinnet).

To Skapelsesteorier

Begge skapelsesteoriene er akseptert av Vedanta:

- 1) Evolusjon
- 2) Spontan eller umiddelbar skapelse.

Hvordan du ser på dem avhenger av ditt perspektiv og selvkunnskap. Direkte eller indirekte kunnskap? Hvis du ser på Skapelsen, som selvet, er den spontan og umiddelbar, eller du kan si at det er ingen skapelse, bare deg (bevissthet/ selv). Hvis du ser det som et individ, utvikler skapelsen seg (evolusjon). Selvet utvikler seg ikke, og det gjør heller ikke Det Totale Sinnet.

I Maya, den tilsynelatende virkeligheten, eller Skapelsen, er det to krefter: kunnskap og ignoranse. Ignoranse skaper deltakelse, hvor selvet tilsynelatende er identifisert med materie eller objekter, tilsynelatende fortryllet av ignoranse. Kunnskap skaper evolusjon, forsøket av bevissthet til å frigjøre seg fra materie (med andre ord identifisering med objekter eller ignoranse).

Det Totale Sinnet, ren sattva opererende Maya, utvikler seg ikke og er ikke forurenset eller påvirket av rajas og tamās. Som ren sattva, er Det Totale Sinnet årsaken av Maya, og ikke dens virkninger. Dette er den forvirrende delen, fordi Det Totale Sinnet viser seg også som et individ, eller subtil kropp, og på den måten er den også virkningen av Maya. Derfor utvikler og involverer det begge. Maya sine virkninger blir kalt for mithya, med andre ord det som gjør den tilsynelatende virkeligheten til å se ut for å være virkelig. Det Totale Sinnet er ikke virkningen av ignoranse: den bare viser seg som en tilsynelatende virkning i en forskjellig form.

Prakriti har en tredobbel kraft: jnana-shakti, kraften til å vite, som inkluderer minne: ic-ha-shakti, kraften til vilje, inkludert begjær/ ønske, tvil, følelser: og kriya-shakti, kraften til å handle, inkludert ferdigheter, kreativitet, kraft osv.

Prakriti er grunnleggende maya (de tre gunāer). Det er materiespeil, som er bevissthet pluss materie. Prakriti utvikler seg, men bevissthet gjør ikke det. I dens originale tilstand er prakriti bare ren, reflekterende, lysende materie.

Vedantateksten Panchadasi - utdrag

Før skapelse hviler prakriti (natur) i formen av tre tydelige og forskjellige energier (gunaer) som vil transformere inn i det subtile (ego, sinn og intellekt) og grove objekter, som utgjør skapelsen. Bevissthet i forbindelse med ren sattva (sumava) prinsippet som har kjennskap, som er ansvarlig for den intelligente designet av skapelsen blir kalt for Isvara, Skaperen eller Kausalkroppen. På dette stadiet har ikke rajas (aktivitet/ handling) og tamas (ignoranse) manifestert seg. Når de er manifestert, viser Det Totale Sinnet seg som Subtil Kroppen. Bevissthet pluss Subtil Kroppen blir kalt for et individ (jiva) eller sjel. Som Det Totale Sinnet, bevissthet, som er uskapt, blir ansvarlig for alle objekter som viser seg i den. Objekter er erfaringsbaserte former som viser seg i bevissthet. Det Totale Sinnet/ Maya har kraften til å skjule (avarana) og projisere (vikshepa). Den projiserer de tre gunaene og de fem elementene samtidig.

Fra bevissthetens ståsted er det ingen skapelse. Fra Individets ståsted er Det Totale Sinnet Skaperen og den som regulerer skapelsen, med andre ord objektene viser seg i bevissthet.

Maya refererer til Isvara sin kraft for å villede alle individer, sansende vesener. Både Maya og avidya (ignoranse) har ingen begynnelse, men begge slutter. Ignoranse slutter aldri å komme tilbake når Individet oppnår selvkunnskap. Maya sover i bevissthet når skapelsen har kommet til veis ende og viser seg igjen etter milliarder av år. Den er evig.

31. Det er to typer objekter, materielle og mentale. Den materielle verden er skapt av Det Totale Sinnet, og den mentale verden er skapt av Individet, på grunn av dens skjulte ønske for nytelse.

Kommentar: Individet ønsker å nyte fordi den tror den er ufullstendig, på grunn av ignoransekraften. Den lever i sin egen innvendig væren.

32. Individets mentale skapelse forårsaker bindinger, fordi når mentale objekter er tilstede, er nytelse og smerte tilstede, men når de ikke er tilstede så er verken nytelse og smerte der.

Kommentar: Ifølge ens programmeringer, projiserer en nytelse eller smerte på objekter. Erfaringen av alkohol forårsaker kvalme i en person og glede i en annen.

Meningen bak årsak-virkning undervisningen – Mandukya Upanishad og Gaudapadas Karika

Skapelsesundervisningen er forvirrende og ekstremt subtilt. Hovedmeningen bak årsak-virkning undervisningen (som med alle andre prakriyas – undervisninger adoptert av Upanishadene) er ikke å få deg til å tro på kausaliteten eller Skapelsen. Det er å avsløre Selvets sannhet om å være attributfri, grenseløs, udeleglig, begynnelsesløs og uendelig

bevissthet; og at Skapelsen er verken virkelig eller uvirkelig, men er avhengig av deg, bevissthet.

Derfor siden Selvet ikke gjennomgår noen endringer i det hele tatt, er karana karya prakriya (årsak-og-virking bevis) ment å utfolde faktumet at Selvet ikke bare er grenseløs, men du er ikke separat fra det. Undervisningen er et oppsett og at med en gang du har forstått årsak-og-virkning undervisningen, er det neste steget, ikke-opprinnelse undervisningen i Mandukya Karika. Mandukya Karika er det mest avanserte og subtile av alle Vedanta undervisninger, siden den forklarer hvorfor årsak-og-virkningsundervisningen ikke er den hele sannheten.

Mandukya peker også på at Selvet har en underforstått betydning av ikke-Selv. Når du vet at du er Selvet, er det ingen satya (uforanderlig virkelighetsorden) og mithya (foranderlig virkelighetsorden) for deg mer; de er bare konsepter, prinsipper brukt til å under vise deg at du er Selvet og kan bli fjernet. Mithya blir satya, fordi det var satya hele veien. Du ser alt som eksistens (væren), en direkte eksistenserfaring, som din identitet, Selvet.

Parmenides og Mandukya Upanishad

Essensen av Mandukyaundervisningen var veldig kjent en stund før Sokrates og hans tenkere, og til og med en stund før bronsealderen. Det var ikke eksklusivt til India i det hele tatt, siden ideen om ett eller monaden var og er en universell ide. I gresk filosofi var monade betegnelse på det som er enkelt, ikke sammensatt og derfor udelelig. Begrepet ble brukt av Demokrit og Epikur om atomet, Platon om ideen. Giordano Bruno kalte Gud (monas monadum – monadenes monade).

Parmenides kunne ha vært sitert fra Mandukya og argumenterte om væren eller eksistens, som han har fremsatt i boka *On Nature*, ca. 475 fvt. Det er umulig, hevdet Parmenides og for at noe skulle komme til live, må det komme enten fra væren/ eksistens, som det allerede eksisterte, eller fra ikke-eksistens, som er umulig, siden ikke-eksistens ikke eksisterer. På samme måte, ingenting kan komme ut av eksistens, for den må komme enten i eksistens, om den fortsatt eksisterer, eller i ikke-eksistens, som er umulig. Men, ulik de indiske rishiene, så tok denne tenkingen aldri av blant grekerne. Mange store tenkere har i løpet av den tiden og etter Parmenides hatet det fordi det hørtes så nihilistisk ut; de kalte tenkingen evig tilbakegang, som når en påstand er betraktet som redusert til meningsløshet, fordi evighet smelter ned identiteter. Når noen entiteter entrer evighet, mister den identiteten som tidligere differensierte den fra andre entiteter. I evighet (uendelighet) er alt det hele.

Påstanden som blir viklet inn i evig tilbakegang er ikke lenger bare seg selv; den har passert bakenfor identitetsloven, og motsetninger som sant og falsk (dualitet) gjelder ikke lenger. Den ødelegger dualitet og med den, også egoets sans av selvet, slik at det selvfølgelig er skremmende for sinn, som ikke er kvalifiserte eller har assimilert sannheten at det er ingenting å oppnå i denne verden. Derfor er det viktig med kvalifikasjoner.

Årsak- og virkningsundervisningen er et oppsett fordi, med en gang du har forstått og assimilert at du er Selvet, og Selvet går aldri igjennom endringer, er du da klar for det neste steget, som er ikke-opprinnelse undervisningen (prakriya), den umiddelbare projeksjonsteorien.

Mandukya Karika er den mest avanserte og subtile av alle Vedantaundervisninger, siden den forklarer hvorfor årsaks- og virkningsundervisningen ikke er hele sannheten, men sinnet må være klar for å høre den. Grunnleggende sier den at det er ingen skapelse før Skapelsen viser seg og heller ikke når den trekker seg tilbake; er det Skapelse i det hele tatt? Nei, det er det ikke. For noen mennesker, er det ekstremt deprimerende nyheter, og de kan falle inn i «tomheten».

Hvis sinnet er kvalifisert, svarer Mandukya på det logiske spørsmålet: Hvordan kan sat, bevissthet, være grunnlaget av den materielle Skapelsen hvis det er ikke-dualistisk bevissthet? Den materielle Skapelsen er ikke materiell. Det er en projeksjon forårsaket av Maya, som ikke er det samme eller ikke forskjellig fra sat, eksistens/ bevissthet. Du kan ikke få noe ut av noe som ikke er i stand til modifisering. Sat er ikke årsaken av noe. Hvordan kunne den være det? Hvis den var det, ville det ikke være ikke-dualistisk. Mandukya peker også på at Selvet impliserer eller har underforstått betydning av ikke-Selvet.

Holografisk Projeksjon Er en God Analogi i Vedanta Undervisningen

Hologram eller holografisk projeksjon er brukt som en metafor av ulike lærere i tradisjonell Vedanta-Undervisningen. Emnet hologram, holografisk prinsipp eller holografisk projeksjon har vært et av mine hjertebarn så lenge jeg har vært interessert i vitenskap og kunnskap om skapelse. Jeg vil utdype mer hvorfor holografisk projeksjon er en god metafor og analogi for å beskrive Makrokosmos og vår relasjon til skapelse og hva selve skapelse innebærer i korte trekk.

At universet eller makrokosmos er intelligent skapt har alltid vært en tanke og konsept jeg har støttet. Vedanta utfolder i sin undervisning om skapelse og upersonlig skaper - det totale (makrokosmos) – individ (mikrokosmos) på en meget sofistikert, intelligent og logisk måte. Vi kan bare se effektene eller virkningen av årsaken bak hele universet. Og det foregår slutning eller konklusjoner basert på konsepter. Årsak- og virkningskonseptet er en av flere konsepter om skapelse som Vedanta nevner spesielt i Mandukya Upanishad, som nevnt før. Årsaken er mer subtil enn virkningen og vi kan aldri få håndfast bevis for hva som er sant, men vi kan ha en ide eller konsept om tilnærming. Emnet Gud eller det Totale i forbindelse med skapelse - skaper og universet er også en del av denne pakken.

Vår rolle som individ og forhold til det Totale - Makrokosmos – Årsak (Makrokosmos - det Totale) Virking (Mikrokosmos - individer) er fasinereende emner å reflektere, analysere og granske. Det er et veldig subtilt emne dette og fasinereende også å studere meta-

forer som blant annet holografisk projeksjon.

Hele skapelsen er bare en tidløs projeksjon på den selvlysende bevissthets-skjermen som et hologram

Fordi kausalkroppen er mer subtil enn subtil kroppen (ego-sinn-følelser-intellekt), erfarings-instrumentet, kan det ikke bli kjent direkte. Kunnskapsmiddelet for kausalkroppen er slutning eller konklusjon. Du observerer et slags subtil-kroppsfenomen og du vet at det har en årsak fordi du har ikke en virkning uten årsak. Slutning er et gyldig kunnskapsmiddel.

Kausalkroppen tilhører Makrokosmiske vasanaer (tendenser, vaner, programmeringer). Den blir ikke gjenfødt selv om det ser ut som det, men trekker tilbake subtil kroppen fra den fysiske kroppen når en dør.

Du kan si at kausalkroppen lever videre hvis du ser deg selv som et individ, fordi bare vasanaer som er spesifikk deg følger deg. Men alle dine vasanaer er ikke dine vasanaer i det hele tatt. De var plukket ut av Eksistensfeltet Det Totale (Isvara). Og hele ideen om at individet gjenfødes er også diskutabelt, fordi Det Totale fjerner ditt minne fra dine tidligere liv til å gi deg mer eller mindre blanke ark i denne inkarnasjonen. Individet (jiva), er forskjellig fra det var i forrige liv, fordi de gjenstående ikke-utslitte vasanaer jobbes ut i en forskjellig tid i et forskjellig miljø, som gir en ny personlighet, selv om det er likheter til personligheten i det forrige livet.

Det er en gradvis transformasjon, ikke en radikal. Etter flere inkarnasjoner er det faktisk ingen forbindelse med det originale deg. På en måte er det bare vasanaer som vandrer videre, selv om det er ingen virkelig reise. Det ser tilsynelatende ut som det er en reise siden illusjonen av tiden er lineært. Faktumet er at det er bare selvet, bevissthet, som opplyser kausalkroppen, som kontrollerer subtil kroppen og karma/ vasana gjennom maya-virksomheten (skaper skapelse). Hele skapelsen er bare en tidløs projeksjon på den selvlysende bevissthetsskjermen som et hologram. Når selvkunnskap skjer, kollapser den som en virkelighet og forblir som et speilbilde, som tilsynelatende endrer seg.

Spørsmål: Så mye grundige detaljer om Skapelsen, makrokosmisk kausal kropp, frøtilstand/ prakriti osv. Ren makrokosmisk sattvisk prakriti er som et lyst, klart speil, i stand til å reflektere bevissthet (pratibimba chaitanya): Rent sinn er som en holografisk projeksjon?

Holografisk prinsipp= Eller blir det ikke et hologram helt til rajas (projeksjon) dukker opp?

Svar: Ja, du kan si at det er holografisk på en måte, med unntak av at det har ingen dimensjoner, som Selvet, å være en ren refleksjon av bevissthet. Husk at billedspråket av rent speil er bare et undervisningsverktøy vi bruker. Det hjelper oss til å forstå en veldig subtil undervisning, som Vedanta er:

Makrokosmisk sattva er blåkopien for alle former, som eksisterer evig i Maya, hele Skapelsen: Evige sannheter, krefter, lover, individer, karma, tre gunaer og fem elementer. Den vet alt. Den er ikke blandet med rajas og tamas, den er ren kunnskap. Det er kunnskap som viser seg som den som har kjennskap. Det er et objekt kjent av bevissthet og inneholder alle objekter, inkludert energi og rom. Når rajas og tamas dukker opp og ren sattva er forurenset, knuser speilet i utallige biter. Maya blir ignoranse (avidya), forskjellige, ulike, mange. Den skaper alle objekter bevisst og ubevisst, inneholder essensen av bevissthet preget av rajas og tamas.

Identitet og Språk – Holografisk Prosjeksjon er en god analogi for den tilsynelatende virkeligheten

Ulike ord er brukt for å forklare emnet virkeligheten slik vi ser og observerer - det som Vedanta kaller for tilsynelatende virkelighet, som alltid er i endring. Mens det som er uforanderlig er definert som virkelig og som har med ufødt, alltid-tilstedeværende, uforanderlig og ikke-dualistisk bevissthet/selv.

Vedantaskriften (sruti) er enig om det faktum at bevissthet eller selv ikke kan beskrives med ord med den konklusjon at det er umulig å oppnå direkte kunnskap ved å bruke ord. Vedantaskriften sier tydelig at bevissthet ikke kan bli beskrevet med ord, men Vedanta kan gi deg direkte kunnskap av underforstått mening av ord og når de er utfoldet gjennom en spesifikk metodikk som er lagt ut av Sampradaya, den store Vedantatradisjonen.

Her er noen ord om hvorvidt det er bra å bruke dem i Vedantaundervisningen som analogi eller ikke:

1. Tanker - Dette ordet beskriver elektriske impulser i hjernen kalt for synapser som ser ut til å produsere tanker, intuisjon, minner og følelser. Alle tanker/ følelser/ minne/ intuisjon oppstår fra guna-genererte vasantas, eller dine liker og misliker: De tilhører Isvara Det Totale (Makrokosmos) og ikke til individet. Å rense sinnet betyr å oppnå sattva eller rolig sinnstilstand. Bevissthet er før tanke og er ikke i motsetning til tanke: ikke alle tanker skaper agitasjon i sinnet og tanker er ikke under kontroll av sinnet. De viser seg i sinnet. Tanker, følelser, intuisjon og minne er ikke et problem i seg selv. Identifikasjon med dem er problemet.

2. Drøm - Dette ordet kan refereres til drømmetilstand eller til våken tilstand siden begge har samme grad av tilsynelatende virkelighet. Vi lever i en drøm inni en drøm av det Totale som er et sitat fra en av Upanishadene i Vedaene. Her er en kort oversikt av undervisningen av de tre tilstandene:

Det er bare bevissthet, når maya opererer manifesterer det seg som et individ som er bevissthet identifisert med subtilkroppen. Fellesbetegnelse er jiva individet. Det er tre tilstander eller roller som individet erfarer: Den våkne, drømmende og dypt sovende

tilstanden. Disse tre tilstandene er alltid tilstede for individet. Individet er våken, tilstandsentiteten kan være utadvendt og bare være oppmerksom på objekter utenfor (kalt for Viswa). Den kan bli introvert og bare være oppmerksom på tanker og følelser (kalt for tajasa) og den kan bare være lykksalighet av kausalkroppen (kalt for prajna).

Individ som viswa refererer til den våkne entitet tilstand, hvor oppmerksomheten er utadvendt og direkte mot objekter.

Individ som tajasa refererer bare til drømme tilstand hvor jiva er våken eller sover fordi subtilkroppen er snudd innover og observerer tanker og følelser som dukker opp fra kausalkroppen.

Individ som dypt sovende entitet, eller prajna, refererer bare til individet som erfarer udistansert bevissthet eller lykksalighet (bliss) av kausalkroppen og fravær av objekter.

Levende/klar drømmer eller lucid dreaming som det heter på engelsk skjer når individet er våken eller sover fordi verken den våkne eller den drømmende tilstanden er virkelig. Når dine tanker er fullstendig sattvisk, er du lucid, klar. Du kaller det ikke for klardrøm i våken tilstand fordi dine grove sanse instrumenter opererer og du tror du er våken, mens i drømmen er ikke ytre sanser tilstede. Hvis du i den våkne tilstanden er borte i dine tanker og din oppmerksomhet er snudd innover, bare oppmerksom av dine tanker og følelser, da er du i drømmetilstand.

I drømmetilstand er det handleren som styrer drømmen eller nyter drømmetilstanden. Det er det reflekterte selvet, individet, fordi bevissthet er ikke en handler eller en nyter. Men kunnskapen av å styre betyr at bevissthet er tilstede opplyser den drømmende entitet, som gjør at du er bevisst på drømmen.

3. Illusjon - Er ikke et bra ord til å bruke med referanse til den tilsynelatende virkeligheten, fordi det har en underforstått betydning at den ikke eksisterer. Selv om den tilsynelatende virkeligheten ikke er virkelig i det at den ikke alltid er tilstede (som i dyp søvn tilstand) og alltid er i endring, har den en tilsynelatende eksistens fordi du kan erfare den hvorvidt vi snakker om den våknetilstands drømmevirkelighet eller drømmetilstands drømmevirkelighet. Slik at vi bruker terminologien tilsynelatende virkelig istedenfor illusjon siden den er mer presis.

4. Luftspeiling - Dualitet eller materialistisk hypnose (ignoranse) er bare et problem hvis du ikke vet hva det er. All lidelse er forårsaket av identifisering med dualitet som virkelighet. Dualitet er hva Vedanta kaller for en preget overlapping oppå ikke-dualitet. Den viser seg som virkelig, men er ikke virkelig. Når du vet dette kan du nyte dualitet for hva det er uten å være villedet av den.

Ordet luftspeiling er en veldig god analogi for den pregete overlapping av dualitet oppå ikke-dualitet, fordi når du vet at en luftspeiling er en luftspeiling vil du ikke prøve å drikke vannet. Men du vil se luftspeilet. Dette er hvordan dualitet viser seg som når all samsara (identifiseringen med dualitet) har blitt fjernet fra sinnet i selvkunnskap. En

preget overlapping er slangen og tauet: med en gang du vet hva tauet er og ikke slangen vil du ikke se slangen igjen.

5. Holografisk projeksjon - Dette er en god analogi for den tilsynelatende virkeligheten, eller maya, en holografisk projeksjon; bildet endrer seg når posisjonen og orienteringen av synet på systemet endrer seg (som tolkningen av vasanaer skaper individets tilsynelatende virkelighet) på eksakt samme måte, som hvis et objekt var tilstede, på denne måten lager bildet som viser seg som tredimensjonal. Dette er eksakt hvordan maya fungerer: det er bare et lysknepp, som er reflektert bevissthet.

Holografisk projeksjon (eller maya) i seg selv er ikke et bilde; det består av en tilsynelatende tilfeldig struktur av forskjellige volum, tetthet eller kontur. Hvis du tar vekk projeksjonen, vil enhver del reflektere helheten. Dette er en god beskrivelse av Isvara (Det Totale/ Upersonlig Makrokosmisk Skaper eller Skapelse.)

Hva skaper projeksjon?

Det er som å se en film: Det ser ut til at den er der, men vi vet at det bare er tilsynelatende. Maya er en slags lurendreier, som får det umulige til å være mulig: Dualitet virker å være så overbevisende! Skapelsen kommer ned til vår sansemessig persepsjon, som vi vet er begrenset, som det er i «mithya» (verden av objekter - dualitet). Du kan ikke favne dualitet inn dualitet, men bare ved å steppe ut av Maya, som Selvet.

Poenget er, hvem erfarer? I Mandukyakommentarene: Erfaring er et annet navn for bevissthet», og det forutsetter at granskeren har utviklet seg bakenfor årsak-og-virkning-undervisningen og forstår ikke-opprinnelse undervisningen. Det er et ganske stort sprang, selv om det ser ut på overflaten at det ikke er store forskjeller mellom disse to undervisningene (årsak-og-virkning-undervisningen og ikke-opprinnelse undervisning).

Betydningen av erklæringen ovenfor er at alle objekter er redusert til Erfaring med stor bokstav E, ikke diskrete erfaringer og at erfaring er bevissthet fordi det finnes ikke andre valg, og at en ser at det bare er bevissthet. Med en gang når du har ikke-dualitetsvisjonen, er alle objekter (Erfaring) kjent til å være deg, men du er ikke objektene/ erfaringen, som betyr at mihya (dualitetverden) blir virkelig fordi du ser bare bevisstheten, Selvet.

Holografiske bilder

Du er ingen av disse midlertidige tingene (objektene) som endrer seg med tiden. Du er den eneste kontinuerlige faktoren, den alltid tilstedeværende bevisstheten, som betjener din egen kropp-sinn mekanisme. Alle midlertidige grove eller subtile ting er som holografiske bilder projisert på maya sin tid-rom skjerm. Du er bevisstheten, som hvor maya opererer i.

Men røttene av selvignoranse er dypt gjemt i det underbevisste sinnet som kausale vasa-naer. Selvkunnskap må dyrke røtter inni kausalkroppen for å bli kausal selvkunnskap til å produsere moksa (frigjøring). Med en gang denne kunnskapen sprer sine røtter i det underbevisste sinnet. Det utvikler raskt kraften til å løse opp individets ignoranse i dets kausale format. Selvkunnskap er den største nøytraliserer av disse underbevisste energi-ene født ut av selvignoranse.

Bevissthet har ingen dimensjonalitet - Hologram som god metafor

Spørsmål fra en elev til en vedanta lærer om bevissthet, ingen dimensjonalitet og hvor hologram nevnes som en god metafor:

1. SPØRSMÅL: Hva kan du si om dimensionaliteten av Selvet?

Svar: Selvet er altgjennomtrengende og har derfor ingen dimensjon.

2. SPØRSMÅL: Imidlertid, kan jeg ikke fatte begrepet av ikke-dimensjonalitet.

Svar: Grenseløs altgjennomtrengende kan ikke bli forstått av sinnet. Sinnet er definert av modifikasjonene som viser seg inni grenseløs bevisst eksistens. Disse modifikasjonene og funksjonene (persepsjon, integrering, diskriminasjon, minne og Jeg-sansen) av midler hvor de er gjenkjent som diskrete entiteter som blir kalt for sinnet. Sinnet kan bare begripe (med andre ord forstå) dets sanne natur som grenseløs bevisst eksistens når negasjonsmidler av alle objekter har blitt ugyldig, som å være alt annet enn ren bevissthet.

Det er en ikke-dualistisk virkelighet, hvor det ikke er en subjekt-objekt motsetning. Med andre ord, fra det høyeste perspektivet, bevissthet og det tilsynelatende objektet er ikke forskjellig fra hverandre. Bare på grunn av avaruna shakti (med andre ord den villedende kraften) og vikshepa shakti (med andre ord den projiserende kraften) av Maya gjør at ren bevissthet viser seg som noe det ikke er: Alle objektive fenomenene som utgjør manifestasjonen av både de subtile og grove nivåer.

Maya er et uforklarlig aspekt inni bevissthet, som gjør at bevissthet viser seg som noe den ikke er.

Både filmskjermet-metaforen og hologram-metaforen illustrerer det projiserende aspektet av Maya. I bildeanalogien, er den projiserende kraften Maya illustrert i form av en refleksjon. I alle tre sakene, er projiseringen (refleksjonen) essensielt ikke noe annet enn bevissthet, som ikke har noe dimensjonalitet. Verken lyset i filmskjermet (filmbilde) eller det projiserte lyset inni romskjermet (holografisk bilde) har noe virkelig dybde i dem. Og en refleksjon har heller ingen virkelig dybde.

Derfor, på grunn av påvirkningen av maya på ren bevissthet, viser ren bevissthet å anta å være tredimensjonal form. Bevissthet i seg selv, imidlertid, er den grenseløse bevisste eksistensen hvor disse tilsynelatende formene viser seg i og eksisterer. Maya sin påvirkning er så omfattende, at den ikke bare begrenser det visuelle eller følelsen av objektene,

men også påvirker alle frem sansene. Det er derfor kropp-sinn sanse komplekset så vel som alle andre objekter, som i seg selv ikke er noe mer enn objekter som viser seg og eksisterer i bevissthet, virker å være tre-dimensjonale entiteter.

Bevissthet kan ikke bli visualisert, fordi dens natur er grenseløs bevisst eksistens og derfor i og av seg selv har den ingen karakteristikk eller kvaliteter som kan bli brukt til å skjelne eller skissere den fra andre objekter. Bevissthet er enkelt og greit lyset (for å bruke en annen analogi) gjennom hvor alle objekter er visualisert. Bevissthet er den grenseløse bevisste eksistensen hvor alle objektive fenomener viser seg i.

Livet er en Holografisk Prosjeksjon

Livet er en Holografisk Prosjeksjon. Selvets lys (bevissthet) skinner gjennom vår preging (vasana: programmeringer, vaner, tendenser) på samme måte som en projektor skinner gjennom film, projiserer det 3D bilder på livets skjerm.

Våre vasanaer er resultater fra tidligere handlinger. Disse vasanaene ligger i dvale i frøtilstand (makrokosmisk kausale), og når vi erfarer livet, spirer de som fornemmelser, følelser og tanker. Selv våre drømmer er resultatet av våre tidligere handlinger.

Vasanaer er samling av våre liker og misliker, frykt og begjær og verdier vi overlapper på objekter og erfaring, som i seg selv har nøytral verdi.

Maya - Skapelse - Upersonlig Skaper forårsaker bevissthet til å skape en verden, som et bilde i et speil. Den genererer tilsynelatende av verden, som et hologram. Den får det til å se ut som om verden er dimensjonal. Og at bevissthet er her og verden er der. Samt at tid og rom eksisterer. Maya låner dimensjonalitet til bevissthet, men det er ingen dimensjonalitet i bevissthet. Det er ingen tid og rom heller i bevissthet. Det er heller ingen kausalitet, fordi det er ingen separasjon mellom årsak og virkning i bevissthet. Maya har tilsynelatende transformert bevissthet, men bevissthet opprettholder sin essens. Objektene er ikke virkelige.

Indras nett: Alt er Ett, Ett er Alt – Atharva veda

Indras nett er en dyptgående og subtil metafor for virkelighetsstrukturen. Forestill deg et enormt nett: på hvert knutepunkt er det en juvel; hver juvel er helt klar og reflekterer alle andre juveler i nettet, på samme måte som to speil som er plassert mot hverandre vil reflektere et bilde i evigheter. Juvelen i denne metaforen står for et individuelt vesen, eller en individuell bevissthet, som en celle eller et atom. Hver juvel er intimt forbundet med alle andre juveler i universet og en endring i en juvel betyr en endring, imidlertid liten, i ethvert annen juvel.

Det er flere aspekter av Indras nett, som betegnet som en krystallklar billedlig fremstilling av virkeligheten:

1. Den Holografiske Universelle Naturen Lenge før hologrammets eksistens, er juvelens nett en utmerket beskrivelse av den spesielle karakteristikken av hologrammer; på hvert hologrampunkt inneholder informasjon når det gjelder alle andre punkter. Denne reflekterende naturen av juvelene er en åpenbar henvisning til dette.

Denne type analogi har blitt foreslått av vitenskapen, som en teori for en essensiell karakteristikkk av kosmos, så vel som hjernens funksjon, som er vakkert beskrevet i *The Holographic Universe* av Michael Talbot.

2. Sammenhengen av alle ting Når enhver juvel i nettet er berørt, blir alle andre juveler i knutepunktet påvirket. Dette taler til gjemte sammenhenger og korrelasjoner av alt og alle i universet, og har en indirekte henvisning til konseptet av underordnede opprinnelse i Buddhismen. I tillegg har Indras nett definitivt en urgammel sammenheng med Bells Theorem eller teorien av Ikke-lokale årsaker.

3. Mangel på et iboende selv Hvert knutepunkt representerer et individ, som enkelt og greit reflekterer kvalitetene av alle andre knutepunkter, som antyder begrepet av ikke-selv eller en manglende solid og virkelig iboende selv, som fremgår i Advaita Vedanta og Buddhisme.

4. Ikke-lokalisering Indras Nett skyter huller i antakelser og tillagt en solid og fastsatt univers der ute. Kapasiteten av en juvel til å reflektere lyset av en annen juvel fra den andre uendelighetskanten er noe som er vanskelig for det lineære sinnet, rasjonelle sinnet å fatte. Faktumet er at alle knutepunkter er enkelt og greit refleksjoner som antyder at det er ingen spesifikk enkel kildepunkt fra hvor alt gjenoppstår.

5. Medfødt Visdom Evnen til å reflektere fullstendig alle lys i universet bekrefter den iboende transcenderende visdommen, som er ved kjernen av alle knutepunkter, som representerer alle levende vesener, og den iboende Buddhanaturen.

6. Illusjon eller Maya Faktumet er at alle knutepunkter er enkelt og greit en refleksjon av alle andre og impliserer den illusoriske naturen av alle tilsynekomster. Tilsynekomster er derfor ikke virkelighet, men en refleksjon av virkelighet.

7. Universell Kreativitet Et velkjent konsept i forskjellige høy dharmaer er av en upersonlig kreativ intelligens, som kommer frem i virkeligheten gjennom instrumentene av alle levende vesener.

8. Den Speillignende Sinnsnaturen Kapasiteten til å reflektere alle ting bekrefter at sinnet er et virkelighetsspeil, ikke dets grunnmur. Dette er vanlig hypotese blant forskjellige skoler og religioner.

Indras nett kommer opprinnelig fra Atharva veda, men er også nevnt i buddhistiske retninger: «Forestill deg et multidimensjonalt edderkoppnett tidlig om morgenen dekket med duggdråper. Og hver duggdråpe inneholder refleksjonen av alle de andre duggdråper. Og i hver enkelt av de reflekterte duggdråper, er refleksjonen av alle de andre duggdråper i denne refleksjon. Og slik fortsetter det til det uendelige. Dette er den buddhistiske forestillingen om universet i et bilde.»

– Alan Watts

Hua-yen Buddhismeskolen har blitt glad i Indras netts bilde, hvor hver juvel reflekterer andre juveler slik at refleksjonsprosessen er uendelig. Og har blitt nevnt mange ganger i dens litteratur, fordi det symboliserer en kosmos hvor det er en uendelig repeterende sammenheng mellom alle medlemmene av kosmos. Denne sammenhengen er sagt å være en av samtidige gjensidige identitet og gjensidige interkausalitet.

– Francis H. Cook, Hua-yen Buddhisme: Indras juvelnett.

Maya Gjemmer Ikke Bevissthet

54. Jordens kraft til å produsere krukker gjelder ikke overalt, men bare til de stedene der det er leire. Maya operer ikke på hele selvet, men bare en liten del av det.

Maya dekker ikke bevissthet. Den dekker bare en liten del. Denne erklæringen utfordrer yogaens ideer om at Maya dekker selvet og for å oppnå frigjøring, må en yogi fysisk fjerne eller overskride programmene, som tilsynelatende tilslører den. Men troen på at selvet er gjemt er bare mulig fordi selvet er ikke gjemt i den grad som ingen tro og ingen programmeringer er mulig utenfor bevissthetens lys. Selvet er tilsynelatende dekket fordi individets oppmerksomhet holdes fast på dens tilsynelatende klær, med andre ord de fem slirene og ikke på ens egen natur, den som observerer slirene.

Upanishad sier: Skapelsen er bare en liten del av den enorme grenseløsheten av bevissthet. Resten er selvavslørende: den er ikke avhengig av Maya for å avsløre seg selv.

Det sies i Purusha Suktam og i Chandogya Upanishad: Resten er selvlysende bevissthet.

56. I Bhagavad Gita, snakker Sri Krishna som selvet, og sier til Arjuna: Verden er opprettholdt av en liten del av meg, som indikerer at verden er støttet bare av en liten del av selvet.

59. Med bevissthet som dens substans, skaper Maya verdens objekter, slik som en kunstner tegner flerfargete bilder på et hvitt lerret.

57. Et annet Upanishadvers bekrefter dette syn: Selvet gjennomtrenger verden på hver side og utvider bakenfor. I sutraene er også selvet erklært til å overskride dualitetens verden.

58. Selv om selvet er en udelelig hele, snakker Upanishad på grunnlag av deler til å gjøre det lettere å forstå dens ikke-dualitets natur til noen som er anklaget i å tenke dualistisk.

Vi aksepterer midlertidig tanken om deler fordi lokalisering er en så dyp del av vår tenkemåte at vi trenger å forklare forholdet mellom bevissthet og Maya i et velkjent språk.

Selvet er ikke Mystisk

Søkeren: Jeg forstår ikke maya og hvordan den tilsynelatende kan få bevissthet til å glemme seg selv. Noen ganger føler jeg at det er veldig lett å forklare/ forstå bevissthet, mens derimot ingenting kan bli sagt/ forstått fullstendig om fenomenet.

Lærer: Det er en veldig vanlig observasjon. Selvet er veldig lett å forstå. Hva kan du egentlig si om noe som alltid er med deg, som med nesa i ditt fjes? Og ja, alt er produsert av maya, hele tilsynelatende virkeligheten er fullstendig mystisk. Den endrer seg hvert sekund. Hvordan kan noen si hva det egentlig er? Å akseptere at det er et mysterium og vil alltid forbli slik er visdom. Vedaskriften er veldig klar på dette punktet. Det er bortkastet tid å prøve å forstå skapelsen, som inkluderer det umanifesterte og manifesterte. (Det Totale, verdenen og individet).

Hva Er Forskjellen Mellom Meg og Gud?

Forskjellen Mellom Gud (Det Totale Sinnet) og Meg (viser seg som individ i verden): Hva er Gud og hvordan vi er forskjellig fra Gud. Denne verden ser ut til å være virkelig helt til det underliggende selvet er realisert. Dette selv er essensen og årsaken til alt.

Hvor er lokalisering av denne tilsynelatende virkelighet? I ditt sinn. Det er ingen verden utenfor sinnet dit. Du trenger et sinn til å realisere verden til å begynne med.

Og hva er sinnet laget av? Det er laget av bevissthet. Og det samme er verden. Verden er også laget av bevissthet.

Vi spør: Hvor langt unna er du verden? Det er ingen separasjon. Jeg er verden. Men jeg er ikke lik verden. Enhet betyr ikke likhet.

Verden er avhengig av meg, men jeg er ikke avhengig av verden.

Gud skapte verden.

Hva skapet jeg? Jeg skapte erfaringer. Jeg handler på begjærene og fryktene som har blitt gitt til meg.

Vakker Intelligent Ignoranse

Isvara/ Makrokosmisk Sinnets skapelse er en drømme-skapelse. Den er der så lenge du er inni den, men den forsvinner når du våkner opp. Noen mennesker har erfaringer i Det Totale Sinnets livsdrøm, denne forbipasserende skyggen, som vekker dem opp, men denne form for oppvåkning er underlagt en grusom ironi. Du våkner opp i en annen drøm, drømmen som du er våken i. Frigjøring er mye mer enn oppvåkning. Det er våkne opp fra den våkne og oppvåkningen ,fordi deg som har blitt vekket har aldri sovet. Og denne oppvåkningen er ikke en erfaringsbasert oppvåkning. Det er ikke en oppvåkning i det hele tatt. Det er enkelt og greit selvkunnskap.

Anadi - Begynnelsesløs Ignoranse

Hva kom først: Høna eller egget?

Hvis man spør evolusjonsteoretikere så er de som regel ikke i tvil om hva som kommer først:

En forespørsel hos Statens naturhistoriske museum fører til et kontant svar fra Mette Elstrup Steeman, som er post.doc. i evolusjonær biologi.

– Det var uten tvil egget som kom først. Egget er noe svært grunnleggende. Fuglene har utviklet seg fra dinosaurene, som er krypdyr, og alle krypdyr legger stort sett egg; alt fra dinosaurer, krokodiller, alligatorer til skilpadder.

– Dinosaurene døde ut for 65 millioner år siden, og hønsefuglene oppsto antagelig på slutten av Krittiden (142-65 millioner år siden, red.), altså mens de siste dinosaurene levde.

Ole Seberg, professor ved Botanisk hage og museum, under Statens naturhistoriske museum, er helt enig:

– Egget kom først, det er det ingen tvil om.

Det er virkelig ingen tvil: Egget kom før høna. Men kan svaret være så enkelt på et spørsmål som folk har spekulert over så lenge?

Det kan det selvfølgelig ikke. På videnskap.dk er det ikke noen som får lov til å komme med en påstand uten også å forklare hvordan det henger sammen. Og det skal Ole Seberg selvfølgelig også få lov til.

Men Vedaene sier noe annet at det er ingen begynnelse og at det er ingen separasjon mellom høna og egget.

«Egget og høna, frøet og treet, kone-tanken og konen, eksisterer samtidig som to tilsynelatende underordener i den ene mithya (dualitetsverden). De ser ut til å være separate, men de er det ikke. De ser ut til å være to, men de er ett og det samme. Det er ingen spørsmål om tid eller kausalitet når vi forsiktig undersøker erfaringene som er produsert i mithya.»

Bhagavad Gita – Essensen av Upanishadene hvor begynnelsesløs nevnes i deres skrifter. Kapittel 9 – Kongelig Hemmelig Kunnskap

Verdens Årsak (Isvara)

(1) Isvara (Det Totale Sinnet) er en miks av ren original Bevissthet (paraprakriti) og Maya (aparaprakriti) eller Materie. Begge er begynnelsesløse. Men det er forskjellig på følgende måter: Bevissthet er kvalitetsløs, men Materie har kvaliteter i virkelige og potensielle former. Materie endrer seg. Bevissthet endrer seg ikke. Bevissthet er fri for Materie, men Materie er avhengig av Bevissthet.

Bevissthet er det ikke-erfarende vitne-prinsippet. Den er ikke en handler eller en nyter. Handleren og nyteren tilhører den materielle verden. Den er skjermen til filmene som spiller på den. Den er som rom, ubesmittet av objekter som viser seg i den. Materie er manifestert eller umanifestert. Forbundet med Bevissthet, skaper den Fem Elementer, Sinn, Fysiske kropper, karmaflyt, liker og misliker og repeterende fødsler.

Den materielle verden er et objekt som viser seg i Det Totale Sinnet. Den er verken eksisterende eller ikke-eksisterende (sat-asat-vilakshanam). Den er en tilsyneltende virkelighet. Den er ikke ikke-eksisterende, men den er så godt som ikke-eksisterende, fordi den påvirker ikke Bevissthet.

Kapittel 14 – De Tre Gunaene

Sammendrag

De seks første kapitlene, som med karma kanda av Vedaene, fremhever karma yoga fordi individet trenger rajas til å fjerne tamas. Kapittel 7-12 fremhever viktigheten av upasana yoga, som transformerer overdrevet rajas til sattva og utskiller gradvis tilbaketrekking fra verdenen. De seks siste kapitlene fremhever Jnana (kunnskaps) yoga, som krever dominerende sattva og en enkel livsstil. For å oppnå frukten av moksa må alle yogaene bli praktisert. Det neste stadiet er moksa (frigjøring), fordi sattva guna binder liker og misliker inn til preferanser, med andre ord ikke-bindende vasanaer. Omvendelse av bindende vasanaer til ikke-bindende vasanaer er moksa, gunaoverskridelse. Alle situasjoner er akseptable til jnanis.

(1) Skapelsesprosessen, som det Relaterer til Individet vers 1-4

Universet utviklet seg ut av en todelt årsak, bevissthet og materie, med andre ord Isvara. Purusha er egenskapsløs, uforanderlig, og uavhengig. Prakriti er materie. Dens natur er motsatt av Purusha sin natur. Den endrer seg, har egenskaper og er avhengig av bevissthet. Begge prinsipper er begynnelsesløs. De fem elementene, erfaringsverden og indivi-

dene utviklet seg fra kombinasjonen. Derfor er individer en kombinasjon av bevissthet og materie, fordi virkningen er årsaken i form. Derfor bør vi vite hvilken del av individet er bevissthet og hvilken del er materie. Materie er anatma, ikke-selv. Alt som er erfart er materie. Purusha er selvet, bevissthet, atma. Materiekunnskap, instrumentene er krevd for moksa.

Kapittel 15 – Den Aller Høyeste Personen

Kapittel 13-15, gir Jnana Yoga essensen av Gita og essensen av Upanishadene.

A. Skapelsen er Evig og Uforklarlig Vers 1-2

Skapelsens natur er presentert ved å bruke en tre-metafor lånt fra Upanishadene. Universet er et enormt Banyantree understøttet av en usynlig rot. Den Umanifesterte Isvara. Som et Banyantree har øvre og nedre grener har universet grener i høyere og lavere erfaringsfelter. Dets frukt er bitre og søte karmaer. Individfuglene forbruker de smertefulle og behagelige fruktene. De hopper fra høyere til lavere grener og lavere til høyere grener, et erfaringsfelt til et annet og skaper en del behagelige og ubehagelige lyder når de erfarer de behagelige og smertefulle resultatene av deres erfaringer. Individuelle trær begynner og slutter, men treheten flyter evig. Individer produserer karmaer som igjen produserer vasanaer, som spirer nye karmaer for alltid. Vasanakarmalenken er begynnelsesløs og evig. Individer kommer og går, men individualitet er evig.

Kom høna eller egget først? Høneideen er evig og eggideen er evig. De er bakenfor tid. Det er ingen først. Ingen av de kom først, fordi fra årsaksståstedet (tidligere karma) er det en virkning og fra virkningsståstedet (fremtidskarma) er det en årsak. Det er en tilsynekomst skapt av Maya. Før skapelse var det karma og etter karma er det skapelse. Hvis du prøver å finne ut av det vil du bli hindret, fordi årsaken og virkningen er ett. Den samme logikken anvendes til skjebne og fri vilje, fordi på grunn av skjebne virker fri vilje og på grunn av fri vilje virker skjebne. Det er det samme med hver dualitet. Årsak og virkning, skjebne og fri vilje, liker og misliker, kropp/sinn er alle mithya (virkelighetsorden av dualitet og objekter) uvirkelig. De er gjensidig avhengige konsepter. Hver og en av dem påvirker den andre. Den er også uforklarlig, fordi med en gang du forstår den, blir den noe annet.

Begynnelsesløs eller Tidløs

Er Personen Skapt av Bevissthet?

Vedanta student: Er Personen (Jiva) skapt av Bevissthet (Brahman)?

Vedanta lærer: Nei, Bevissthet skaper ikke og kan ikke skape noe. Alt det som ser ut som skapelse er en manifestasjon av maya-sahita Isvara (Upersonlig skaper eller Det Totale Sinnet). Han skaper bare kroppen/ sinnet av personen. Personen er anadi (tidløs). Hvis en sier: «Jeg er født, betyr det at bare hans kropp/ sinn er født. På grunn av ignorans, er skapelsen av kroppen/ sinnet overlappet på personen. Ved døden, dør kroppen, og ikke personen.

Vedanta student: Skaper Det Totale Sinnet denne verden?

Vedanta lærer: Det Totale Sinnet kan ikke skape i seg selv. Han er bare en samanya karanam (generell årsak) for skapelsen, vishesha karanam (spesiell årsak) er en karma-mengde (gode handlinger og dårlige handlinger) av personen (det fysiske selvet). En verden er krevd for personen (det fysiske selvet) for å eksistere og gå igjennom deres karma (utfall av gode handlinger og dårlige handlinger). På denne måten støtter også personen Det Totale Sinnet for skapelsesevolusjonen. Både personen og Det Totale Sinnet er anadi (tidløs). Det er ingen fødsel for personen. Bare personens kropp er født.

Vedanta student: Kan du forklare mer om hvorfor noen Vedantalærere foretrekker å bruke ordet begynnelseløs på sanskrit ordet anadi enn tidløs?

Vedanta lærer: Dette er en viktig og subtil undervisning, undervist både i Mandukya Upanishad og Gaudapadas Karika, Panchadasi og andre bøker. Den er avgjørende for moksa (frigjøring). Det virkelige spørsmålet er: hvis ren Bevissthet ikke kan skape, og verken Det Totale Sinnet eller personen kan skape, hvem gjør det? Bevissthet er den årsaksløse årsaken, fordi for Bevissthet er det ingen skapelse. Likevel når Maya (Ignoranse) viser seg, forårsaker Det Totale Sinnet (ren Bevissthet pluss Maya) tilsynelatende skapelsen og Personen støtter dens evolusjon. Det Totale Sinnet forsyner det reflekterte medium for personen, reflektert Bevissthet, til å tilsynelatende jobbe med sin karma. Men vi vet alle at skapelsen ikke er virkelig.

Det er lettere å assimilere denne undervisningen hvis granskeren følger undervisningens metodikk, som utvikler seg fra karana-karya vada, årsak og virkning undervisning, til ikke-opprinnelse eller Mandukya Karika. Hovedgrunnen til årsak- og virkningsundervisningen (som alle andre prakriyas adoptert av Upanishadene) er ikke å få deg til å tro på kausalitet eller skapelsen. Det er å avsløre Selvets sannhet av å være egenskapsløs, grenseløs, delløs, begynnelseløs (bakenfor tid, uendelig) Bevissthet og at skapelsen er verken virkelig eller uvirkelig, men har en avhengig virkelighet på deg, Bevissthet. Det neste steget, ikke-opprinnelse undervisningen i Mandukya Karika er den mest avanserte og subtile av alle Vedanta undervisninger, siden det forklarer hvorfor årsaks- og virkningsundervisningen ikke er den hele sannheten. Den svarer på det logiske spørsmålet: Hvordan kan Sat, Bevissthet, være grunnlaget til den materielle skapelsen (personen/verden) hvis det ikke er ikke-dualistisk Bevissthet? Den materielle skapelsen er ikke materiell. Det er en projeksjon forårsaket av Maya, som ikke er det samme eller ikke forskjellig fra Sat, Eksistens/ Bevissthet. Du kan ikke få noe ut av noe som ikke er i stand til modifisering. Sat er ikke årsaken til noe. Hvordan kan den være det? Hvis den var det, ville den ikke være ikke-dualistisk.

For å oppsummere: Det er to personer, det lille-selv som er endelig person og den evige personen, Jivatman. Siden både den evige Personen (Jivatman) og Det Totale Sinnet (Isvara) er ren Bevissthet, er de derfor begge adjata, ufødt. De er også prinsipper i Bevissthet, som med Maya, og er bakenfor eller utenfor tid – anadi, begynnelseløs og derfor uendelig. De er enten umanifestert eller manifestert når Maya viser seg. Det lille-selv personen, mens selvet også er det, er i tid, og slutter når kroppen dør, selv om vasanaer/ Subtil Kroppen (ego, sinn, intellekt) er evige, fordi Kausalkroppen er evig. Den Subtile

Kroppen av den spesifikke vasanabunten er underordnet i Kausalkroppen ved den grove materie kroppens død og vil reinkarnere ved passende tid for å jobbe ut dens karma, men det er egentlig bare en Subtilkropp, den evige Personen. Alt reduseres til Selvet, det er intet annet valg.

Mandukya peker også på at Selvet har underforstått betydning av ikke-Selv. Når du vet du ser Selvet, er det ikke mer satya og mithya for deg, det er bare konsepter (prinsipper) brukt til å undervise at du er Selvet og kan bli forkastet. Mithya blir satya fordi det var satya hele tiden. Du ser alt som bare VÆREN, en direkte Eksistens-erfaring som din identitet, Selvet.

Vedanta-student: Er det greit å bruke ord som tidløs eller begynnelsløs ignoranse i alle kontekster? Eller hvorfor foretrekker en begynnelsløs? Er den underforståtte betydningen av tidløs at det er en tilstand?

Vedanta lærer: Begynnelsløs er bedre, selv om den underforståtte betydningen er begrenset. Den underforståtte betydningen for tidløs er i tid. Alle ord har en underforstått betydning og er derfor begrenset, de er fingre som peker på månen, men de er ikke månen.

Meningen av anadiundervisningen er å avsløre at selv som begynnelsløs, ikke er avidya, derfor er begynnelsløs et bedre ord i dette eksempelet. Maya, makrokosmisk ignoranse fortsetter med frigjøring, men avidya personlig ignoranse slutter, og det er derfor vi sier at all ignoranse er begynnelsløs, men ikke uendelige.

NIRVIKALPA SAMADHI

Brahman (Den Ultimate Sannheten) er kalt nirvikalpa (udelelig) fordi den er fri fra alle delinger og handlinger. Brahman er nirvikalpaka vashtu (den udelelige naturen) og ikke bare en nirvikalpaka avastha (den udelelige tilstanden). Det er i dens natur at all tid og mithya (eksistensen avhenger av noe annet) verden ikke kan forstyrre det i hele tatt.

Vårt mål er å være den udelelige naturen og ikke bare oppnå den udelelige tilstanden i dyp meditasjon (nirvikalpaka Samadhi). La savikalpaka (med deling) verden vise seg og forsvinne (som i dyp søvn), men Jeg, som Brahman er alltid udelelig.

Materie er anadhi (begynnelsløs) og kan ikke bli skapt. Den var der i potensiell form før skapelsen, den eksisterer som skapelsen og blir oppløst ved oppløsningstiden (pralaya). Alt dette skjer med Maya shaktikraften (kreativ kraft). Men er livløs (jadam) i dens natur.

Men, Brahman er verken manifestert eller umanifestert siden den er den ikke-materielle Bevissthetsprinsippet. Bevissthet er virkeligheten hvor universet manifesterer og umanifesterer: men er ikke en del eller universelt produkt, men den eneste virkeligheten. Denne virkeligheten gjennomgår ingen endringer i det hele tatt.

Alle Vedantastudenter bør forstå forskjellen og ikke bare se frem til nirvikalpa Samadhi (udelelig dyp meditasjons tilstand), som anbefalt av mange filosofilærere.

Advaitavisjonen er å forstå at alt som er manifestert her som universet er udelelig Brahman. Brahman er den ultimate sannheten av alt, som eksistens, bevissthet og grenseløshet. Min sanne natur er også eksistens, bevissthet og grenseløshet. Jeg er ikke separat fra Brahman. Du er ingen tilstand. Du er den tilstandsløse, uforanderlige, handlingsløse, grenseløse, tidløse, ordinære ren bevissthet hvor alle tilstander (modifiseringer) skjer. Du er ingen tilstander og umodifisert.

Du trenger bare å forstå det klart og med full overbevisning bevare denne kunnskapen med samme sikkerhet du har at du er et menneske og ikke en stol. Naturlig nok vil hardtbundet, begynnelsesløs, ignoransebaserte vasanaer skape noe trøbbel med det første og insistere at du bør endre deg m.m.

Du – ren, grenseløs bevissthet er ikke et erfarende vitne med en spesiell bevissthetstilstand. Bare sinnet går igjennom endrete tilstander, som avhenger av forskjellige kombinasjoner av gunaene og elementene. Det er ikke noe å overskride, fordi det er dualistiske oppfatninger for å binde søkeren til det vi kaller for spirituell samsara, verden av alltid endrede subtile erfaringsobjekter.

Den som ser handling i ikke-handling og den som ser ikke-handling i handling er virkelig vis

Finnes Gud? Eksisterer det en skaper? Før jeg går inn på de spørsmålene der så er det noen sitater som er interessant å reflektere over:

Hva legger dere i disse begrepene?

- 1) Verden eller Universet er intelligent skapt.
- 2) Bhagavad Gita har et velkjent sitat: «Den som ser handling i ikke-handling og den som ser ikke-handling i handling er virkelig vis». Hva menes med det?

En metafor eller analogi for upersonlig skaper og skapelse, som nevnt i Vedaene (Isvara, Makrokosmisk Sinn eller Kausal Kropp, Universet eller Gud) er en edderkopp, som lager vev. Materiale til vevet (skapelsen) til edderkoppen kommer fra seg selv - den skaper vev (verden), men blir ikke til verden (som en person), men er en upersonlig kilde til all skapelse i verden. Nå er jo essensen av skapelse, upersonlig skaper og vi mennesker det samme - bevissthet eller selvet, som er alltid tilstedeværende, uforanderlig, full, hel, komplett og ikke-dualistisk.

Swami Paramarthananda stiller spørsmålet om Gud eksisterer og man kan lese mer om det utdypende i denne avskriften fra en av hans satsanger. Den ser på hvem det er som egentlig handler, skaper og legger til rette for skapelse i verden gjennom vedaenes - vedantas øyne (visjon):

Eksisterer Gud?

Hvis noen stiller spørsmålet om bevissthet eksisterer eller ikke, hva vil ditt svar være? Er du bevisst på omgivelsene eller ikke? Hva vil du si? Spørsmålet er mulig, fordi du er et bevisst vesen. Derfor er spørsmålet mulig bare på grunn av eksistensen av bevissthet alene.

Derfor er det latterlig å be om bevis for at Gud eksisterer. Vidyaranya sier i Panchadasi:

jihvā mē nāsti vēstiptihi lajjāyai kēvalam ythā

Det er som en person, som spør om jeg har tunge eller ikke. Det er selvmostridende og latterlig. På samme måte er spørsmålet om bevissthet eksisterer eller ikke et latterlig spørsmål. Og når vi stiller spørsmålet om Gud eksisterer eller ikke så er det også latterlig om vi stiller det. Bevisstheten er Gud. Hvis en person spør om bevis for Guds eksistens så må du ikke gi noe bevis. Bevis er ikke problemet, men heller gi definisjon på Gud. Da vil han ikke stille spørsmålet om bevis. Hvis han stiller spørsmål om bevis etter å ha fått definisjonen på Gud så beviser det at han dummer seg ut.

Hvis jeg har definert Gud skikkelig og en person stiller spørsmål om eksistensen av Gud så beviser det bare at personen ikke har lyttet skikkelig nok på definisjonen. Selv en ateist kan ikke stille det spørsmålet om Gud eksisterer, fordi selv han har bevissthet.

Om det er en vitenskapsmann, ateist, agnostiker som tviler på Gud sin eksistens har de ikke blitt skikkelig fortalt hva definisjonen på Gud er. Først snakk om definisjonen av Gud. Bevissthet eller *Chaitanyam* er Gud.

For det andre - hva er beviset for Gud? Hva er vårt svar? Alle opplevelser du har skyldes bevissthet. Derfor er hver opplevelse et bevis for eksistensen av Gud.

Det er sterke ord fra Swami Paramarthananda. Jeg har full tillit til hvordan Vedaene blir presentert gjennom en kvalifisert lærer i Tradisjonell Vedanta - Sampradaya. Det jeg kommer med er smakebiter og man må undersøke selv om man har tillit til skriftene fra Vedaene om det er sant eller stemmer. Paramarthananda har et veldig godt poeng - hvordan man har fått vite hva definisjonen av Gud er det essensielle her. Det er mye merkelige og utydelige definisjoner i ulike kilder og i verden. Her er det mye subjektive meninger. Og sannhet er objektiv og upersonlig om hvem vi er eller definisjon av Gud. Jeg stilte noen interessante spørsmål i starten og vi har for lett til å tro at Gud er ond eller vil oss vondt når det er elendighet og destruktive ting i verden. Men når man undersøker gjennom middel til Selv-kunnskap, som Vedanta viser til så vil man forstå at all ondskap og destruktive krefter stammer fra ignoranse og ikke fra Gud/ Upersonlig skaper i seg selv. Gud eller upersonlig makrokosmisk intelligens eller skaper tilrettelegger hvordan verden er gjennom ulike energier (Gunaer som det heter på sanskrit).

Hvorfor har noen sekulære personer mye motstand mot ideen om Gud? Og ser på Gud som en person i himmelen som driver med å gi mennesker belønning og straff? Det er

et vesen ja - men upersonlig vesen, som tilrettelegger og er opptatt av helheten i eksistensfeltet - verden. Det er mekanismer, som vi ikke kan «se» - men som er der og som vi ikke har kontroll over, naturlig nok. Platon forstod at det er evig ide av alt, for eksempel trær, en arketype som repeterer seg selv. Det er bare kunnskap. Isvara/ Gud er intelligens, som har «skrevet» programvaren om for eksempel tre og ikke vi mennesker. Vi kan bli bevisst på hvordan alt fungerer. Å forstå Isvara/ Gud - Individ/ person og verden/ skapelsen er en nøkkel til frigjøring og forstå hvem jeg egentlig er. Det er fasinende å undersøke alt dette i et møysommelig og tålmodig tempo.

Swami Dayananda, som var en av de mest kjente lærerne innenfor Tradisjonell Vedanta - Sampradaya skriver dette i artikkelen Vedisk visjon av Gud:

«Vedaene spør ikke oss om å tro på Gud, fordi Gud er ikke noe vi trenger å tro på - men heller vite at Gud er alt som er her.»

«Selv en person som avviser Gud avviser egentlig bare hans eget konsept om Gud. Og det å være en rasjonell person så må han avvise det konseptet.»

«Du kan ikke unngå spørsmålet: Hva er Gud? Fordi det er en del av din psyke».

«Du finner deg selv i en given verden med given kropp/ sinn/ sanse verktøy/ kompleks. Det er derfor et barn stiller det grunnleggende spørsmålet: Far, fortell meg hvem har skapt alt dette?»

«Spørsmålet om Gud blir aldri gitt opp. Vet du hvorfor? Spørsmålet ligger bare der, i dvale, fordi et rasjonelt vesen, som du er søker etter svar. Og du kan aldri avvise din egen årsak.»

«Dette spørsmålet påvirker ditt personlige liv. Hvis ikke spørsmålet er svart til en viss grad så vil du føle deg utrygg og usikker på deg selv.»

«Faktum er at hele ditt liv er søken etter det ufeilbarlige og hvis du ikke har oppdaget det ufeilbarlige, så er du utrygg.»

«Hvis Gud er en realitet så må jeg definitivt oppdage det. Vedaene forteller meg at Alt som er Isvara (Gud), derfor se på Gud som det».

«Når jeg ser på kropp/ Sinn/ Sanse komplekset som er gitt meg så finner jeg ut at det som jeg trodde var maskinvare egentlig er programvare. Alt er kunnskap»

«Skapelse betyr at det er intelligent satt sammen.»

«Du vil finne ut at ditt intellekt og sinn er gjennomtrengt av orden. Den ytre verden er også gjennomtrengt av orden. Alle er gjennomtrengt av orden.»

«Dess mer du setter pris på orden så vil du gjenkjenne Gud. Hvordan kan man være trygg og avslappet uten å akseptere Isvara/ Gud/ Det Totale Sinnet?»

«Din subjektivitet, som kommer fra frykt og usikkerhet, minker. Dess mindre subjektiv du er, dess mer er du med Isvara/ Gud.

Dess mer tillit du har og du kan slappe av. Du er objektiv.»

Isvara/ Gud/ Totale og upersonlige krefter:

Dharma feltet styres av Isvara, som er det totale og Isvara trenger ikke andres hjelp. Gunaer er upersonlige krefter som alltid er i virksomhet og tilstede i det makrokosmiske sinn. Gunaer er bare borte for individet i dyp søvn og nirvikalpa samadhi (opplevelse av ikke-objekter - tomrom). Isvara tar vare på all karma til alle individer; Dette blir kalt for Isvara *srsti*. Når selvkunnskap fjerner ignoranse av din sanne natur, som åpenbarer seg som selvet uten innflytelse av ignoranse, ren bevissthet vil du stoppe å projisere Jiva *srsti* (den individuelle skapelsen) på Isvara (Det Totale Sinnet).

Du vil se at det ikke er noenting galt med deg eller det totale. Du vil se det perfekte i alle ting selv om du ikke forstår dem. Denne troen som du har er en sterk Buddhistisk overbevisning om at det er noe galt med verdenen, at det burde være annerledes enn den er, og at personen må gjøre noe for å bli mer perfekt og når individet er perfekt må den jobbe for å få ting bedre. Dette trossystemet er for Karmis, mennesker som tror de er mennesker og handlere.

Selvet er alt som er og hva kan være mer ekspansiv enn det? Hvordan kan noe undervisning være mer kjærlig, som beviser at din sanne natur er *parama prema svarupa*, ubetinget kjærlighet og alt er deg? Vedanta ser ikke at det er noen andre; Alle objekter er sett og elsket som selvet uten å dømme.

Når du virkelig vet dette, dyrker du alt og alle som selvet, og de er ikke forskjellig fra deg og er perfekt som de er. Det Totale Sinnet er forstått som herren over skapelsen, men som selvet, vet du også at du er Det Totale Sinnet, Derfor blir dine verdier til universelle verdier og du følger automatisk dharma, som handler om å ikke skade noen deler av skapelsen, fordi alt er deg. Samtidig vet du at som selvet (opplyst individ) er du ikke under innflytelse av ignoranse. Du har ikke all kunnskap om det totale og aksepterer uten betingelser Det Totale Sinnets skapelse.»

Sitatet «Den som ser handling i ikke-handling og den som ser ikke-handling i handling er virkelig vis» kan man reflektere endel om og kortversjonen er at når vi forstår hvem vi er og det sitter solid i oss på alle «plan» - inkludert kropp og sinn. Da forstår vi at vi allerede er fullkommen, hel, uforanderlig, alltidtilstedeværende, grenseløs, ufødt, ikke-dualistisk bevissthet eller selv. Hele verden, skapelsen, upersonlig skaper, det totale og vår rolle som mennesker ligger i det sitatet.

Gud er absolutt et veldig subtilt emne. En kan ikke bruke vanlig vitenskapelige metoder for å undersøke om hva eller hvem Gud er - og om Gud eksisterer. Men slutning kan man bruke som er vel også vanlig i vitenskapen. Det vil si at man kan trekke slutninger ut ifra visse former for logikk (logisk resonnement og så videre).

Vi kan undersøke dette selv: Gud er i alt, i det manifesterte og umanifesterte. Vi er mikrokosmos/ individuelle - Gud er det totale/ makrokosmos/ kausale. Det totale/ Gud/ makrokosmos tilrettelegger for alt det vi opplever og observerer i verden. Det er en form for logikk, som vi kan undersøke selv, om det er noe i det.

Definisjon av Gud er problemet i mitt perspektiv og det kan hindre gode konstruktive og intelligente undersøkelser, granskinger og analyser. De fleste tror og definerer det som er fra Bibelen. Eller avfeier det uten å gå skikkelig dypt eller grundig i undersøkelsene sine.

Hvis man ser på metaforen en edderkopp (skaper/Gud) som lager vev (verden) - den blir ikke veven (verden og det vi ser og observerer). Og det er upersonlige og objektive krefter. Alle resultater, hendelser og opplevelser i verden er til det beste for det totale. Og det utspilles endel «lover» som vi kjenner til og ikke kjenner så godt til.

Gud er i alt det manifesterte inkludert alt som har med vitenskap å gjøre inkludert fysiske lover, psykologiske lover, moralske/ etiske lover m.m.

Det er å undersøke den logikken selv og om man ikke aksepterer det så er det ens slutning ut ifra sine konklusjoner. Og i det umanifesterte, som kalles for frøtilstand hvor vi «er» hver natt når vi i dyp søvn ikke identifiserer oss med kropp og sinn. Og kvantefysikken kaller det for «ren» potensiale.

Årsak (kausale krefter) er mer subtilt enn det vi kan oppfatte og observere i verden så vi trenger å trekke slutninger som metode for å sjekke ut logiske slutninger eller resonnement i våre undersøkelser av Gud. Det er ikke blind tro man er ute etter. Vi undersøker selv om jeg viser litt til hvordan den type metodikk fungerer for å se at vi er en del av noe «større» - det totale - som man kan kalle for Gud. Det er veldig logisk i mitt perspektiv og ut ifra de undersøkelser og analyserer jeg har jobbet med i flere år i forbindelse emnet som skapelse, skaper, det skapte osv.

Har vi Fri Vilje?

Fri vilje betyr

1. At du kan velge å gjøre dette istedenfor det andre, for eksempel å spise et eple istedenfor en pære, være hjemme eller gå ut osv.
2. Dharma-feltet er et rettmessig univers, som følger spesifikke prinsipper, som gjelder alle; hvis du tar en passende handling vil du ha gode sjanser for å få det du vil.
3. Resultatene av handling avhenger av feltets natur, som betyr gunst (energier, kvalite-

ter) eller det Totale Sinnet (Isvara) og handlingens natur som har skjedd.

4. Resultatene av handling vil ikke nødvendigvis avhenge av sinnstilstanden av handlingen, fordi en kan oppnå en negativ resultat med positive handlinger og motsatt.

5. Hvis en spesiell mengde fri vilje ikke var mulig for personen ville det ikke være mulig med suksess for personen.

Med en gang ignoranse har blitt fjernet og kunnskapen av at din sanne identitet er bevissthet og er stødig, da vet du at personen bare er relativt virkelig. Derfor forstår du at personen ikke er mer enn en kombinasjon av tendenser av liker og misliker (vasanaer) som skaper en spesifikk personlighet som har et navn, en adresse og en livshistorie.

Som du har funnet ut, valgene som mennesker tar, selv om de ser ut til å være bevisst og individuelt er vanligvis ganske forutsigbare og repeterende. Dette er fordi de fleste mennesker har veldig begrenset eller ingen selvkunnskap og oppfører seg som roboter, selv om de ikke vet hva de gjør. De tror de velger selv, men egentlig så er det deres preging (tendenser, programmeringer, kvaliteter) som gjør valget. Fremdeles ser det ut til at en har fri vilje og på en måte har personen det. Fra dette ståstedet gir fri vilje personen valg til å gjøre det beste ut av deres liv, og relativ suksess er dermed mulig i den tilsynelatende virkeligheten.

Dharma-feltet (universet, verden) er som et data-spill: Selv om du kan handle for å vinne spillet, er alle handlinger bare mulig å ta, som allerede er programmert inn i spillet. Frihet er kunnskapen om at spillet og spilleren av spillet begge er objekter kjent av deg, slik at du ikke er bundet til hva resultatene er. Dette betyr at dine bindende programmeringer og tendenser har blitt til ikke-bindende og begrepet sansen av handleren har blitt negert. Du vil da respondere passende til hver situasjon uten å tenke på det, slik at fri vilje ikke er noe du bryr deg med, fordi du vil automatisk gjøre hva som bringer med seg sinnsro.

Bevissthet har ingen Fri Vilje:

Bevissthet har ingen fri vilje. Fri vilje er bare mithya (dualitet, tilsynelatende virkelighetsorden), fordi dens underforståtte betydning er at det er noe å velge fra. Hvordan kan bevissthet velge noe hvis virkeligheten er ikke-dualistisk og det er ikke noe annet enn bevissthet?

Et individ har en relativ fri vilje i det at han eller hun kan velge en ting over et annet i den tilsynelatende virkeligheten. Men denne friheten er relativ siden den tilsynelatende virkeligheten ikke er virkelig; Det er et resultat av Maya (skaper, skapelse), kvaliteter (gunaer). Alt er opprinnelig fra gunaene og ikke fra individet, som inkluderer individers/ egoets liker og misliker.

Du ser en film, men hvem er det som ser en film? Hvis du spør det spørsmålet som et individ/ ego, er det tilsynelatende fri vilje til å velge en ting over et annet. Det ville ikke

være mulig for suksess om det ikke var mulig å gjøre det i verden.

Hvis du ser ut ifra Det Totales (Makrokosmos Upersonlig Skaper Skapelse) ståsted, er tilsynelatende fri vilje ikke fri, fordi det er et resultat av gunaer/ vasanaer/ programmeringer/ tendenser/ vaner/ ønsker. Alt vi gjør eller ikke gjør er resultat av våre programmeringer/ vaner/ ønsker, som er ledet av gunaer/ kvaliteter. Og hvis du spør som Selvet er det ingen fri vilje for deg, fordi det er ikke noe å velge fra, alt er deg.

For å gjenopplade sannheten om din sanne identitet, som er bevissthet og ikke egoet/ individet: Det er ikke opp til individet, men Det Totales nåde. Hvis ikke egoet/ individet utvikler nødvendige kvalifikasjoner for selvgransking og anvender sitt sinn med konsentrasjon på undervisningene så vel som å anvende dem til livet sitt, vil ikke frihet bli oppnådd. Bevissthet i form av Upersonlig Skaper (Isvara) bryr seg ikke om egoet er opplyst eller ikke, fordi du er allerede Selvet.

Men hvis ikke egoet vet hva det betyr, vil han eller hun aldri bli fri av egoet. Kunnskapen at du er Selvet vil forbli indirekte kunnskap, ikke aktualisert kunnskap. Det er en verdensforskjell på direkte og indirekte kunnskap. Selvrealisering er hvor arbeidet av selvgransking begynner.

Objektens persepsjon, hvorvidt ideer eller andre erfaringer, er avgjort av selvkunnskap eller mangel av den. Hvis du ser på ideer som et individ, Det Totale Sinnet eller Selvet, så mater ikke Bevissthet egoets ide. Ignoranse gjør det. Gunaer er upersonlige prinsipper (begynnelsesløs ignoranse) som spiller ut i det uendelige på veldig forutsigbare måter i den tilsynelatende virkeligheten (verden). Eneste måte å komme ut av Mayas innflytelse av gunaer/ dualitet er med Selvkunnskap.

Bevissthet har ingen ønsker og behov, ei heller Det Totale Sinnet. Bevissthet er ikke-erfarende vitne av den erfarende entiteten. Den holder seg fast til ingenting, fordi den er alt som er. Å holde fast er gjort ene og alene fordi egoet sitter fast i dualitet, det lille-selv/ personlighet/ ego eller jiva, holder fast ved ignoranse. Begynnelsesløs ignoranse eller Maya, projiserer verden og gunaene holder det gående. Ingenting fjerner makrokosmos ignoranse, fordi det er enkelt og greit en kraft, som eksisterer i bevissthet ellers ville det ikke være grenseløs.

Men bevissthet/ Isvara er ikke påvirket av Maya/ gunaer. Ingenting påvirker bevissthet fordi objektens verden bare er tilsynelatende virkelig. Når individets personlige ignoranse (avidya) er fjernet av Selv-kunnskap, er det ikke noe mer Maya for deg. Da har du ikke-dualitetsvisjon og ser alt som ikke-forskjellig fra deg og dualitet plager deg ikke i det hele tatt lengre.

Det skjer en satya-mithya forvirring. Satya er virkelighet/ bevissthet/ ikke-dualitetsvisjon og mithya er som nevnt før tilsynelatende virkelighet/ verden/ ego/ dualitet. Det er veldig vanskelig og subtilt å tenke som Selvet: At egoet ikke er i stand til å gjøre det. Bare

Selvkunnskap kan fjerne ignoranse og du kan ikke tenke din måte ut av det. Fortsette å gjøre granskning, å holde fast ved metodikken som er utfoldet av en Tradisjonell Ved-antalærer. Ta tiden til hjelp å tenke gjennom tingene møysommelig, lese bøker og se på videoer. Kontempler på undervisningene.

Fri Vilje og Sansen av Handleren

Undervisningen «at du ikke er handleren» er bare designet til å korrigere den arrogante eller ignorante aspektet av individet, som tror at han eller hun har full kontroll over livet sitt. Men med integrert følelsesmessig modenhet vil individet realisere etterhvert at uten Det Totale Sinnet, først og fremst, og bevissthet, det andre kan ikke individet velge og handle. Men det antyder ikke at vi burde ha en fatal tilnærming i våres liv og si: Jeg vil ikke gjøre noe, fordi det Totale Sinnet er i total kontroll av min skjebne og at jeg er handlingsløs bevissthet.

Det Totale Sinnet (Isvara) er den intelligente årsaken av Skapelsen (sattva) så vel som energienes årsak (rajas) og materiell årsak (tamas). Ulik alle andre typer av skapelse, er Det Totale materiell årsak og også den intelligente årsaken. Men Det Totale Sinnet er også det manifesterte universet ledet av dets lover og regler hvor den Upersonlige Skaperen/ Det Totale Sinnet (Makrokosmisk Sinn) vedlikeholder og gjenvinner/ ødelegger alle objektene den skaper. Alt er Det Totale Sinnet og derfor eksisterer individet bare inni konteksten av Det Totale. Hvis vi fjerner Det Totale Sinnet, vil vi også fjerne individet.

Den passende forståelsen av kunnskapen, som gjelder Det Totale Sinnets natur, individet og verden så vel som deres forhold er nøkkelen for utviklingen av ens karma yoga kunnskap/ holdning, som er grunnleggende for forberedelse av sinnet for selvgranskning, eller kunnskapsyoga.

Ved å følge analysene basert på vår ugranskete ordinære erfaringer av livet som presentert av Vedantaskriftene, blir vi oppmerksom på at det er utallige kjente og ukjente faktorer, som påvirker og preger individets tanker, avgjørelser, handlinger og erfaringer. Det skal sies at Det Totale Sinnet er også alle de kombinerte faktorene i feltet, som avgjør våre erfaringer.

Karma yogakunnskap, som er presentert av Lord Krishna i Bhagavad Gita for eksempel er ikke ment å ta kraften fra individet. Det er ikke ment å lamslå individet med depresjon eller apati når det gjelder målene han/hun ønsker å oppnå i livet. Denne kunnskapen er ment å utdanne individet om at det ikke er alene i dette enorme universet, individet er ikke alene kontroll av hans/ hennes liv og at det er noe som blir kalt for «Gud» (Det Totale Sinnet/ Makrokosmisk Sinnet), som skaper oss, har skapt verden og også skriftene som et kunnskapsmiddel til å hjelpe oss til å leve et lykkelig liv hvor individet ser Gud bak alle navner og former. Individet vier hans/ hennes tanker og handlinger til Gud i ånden av takknemlighet og ønske om å gi tilbake i verden (gjengjeldelse).

Med engang forholdet mellom individet og Det Totale Sinnet og Feltet er passende fattet, forstår individet at ingenting er skrevet i stein, fordi alle kjente ting i verden er gjenstand for forandring og et individ har kraften til å iverksette intelligente endringer, ikke bare utvendige, men også innvendige endringer som gjelder ens mentale vaner og holdninger. Derfor er ingenting forutbestemt, fordi individets anstrengelser basert på dets frie vilje er en kraftfull bidragsfaktor, som assosierer med alle andre faktorene av feltet. Det vil produsere positive endringer og spirituell utvikling.

Men først trenger individet å gjenkjenne, hevde og eie dets kraft til å velge, en kraft gitt i gave av Det Totale Sinnet. For det andre, trenger det å bli utdannet av Det Totale Sinnets skrifter (vedaene - metodikken som Vedanta presenterer), og for det tredje og det mest viktige, trenger individet å utøve dets frie vilje på intelligent vis. Det er ingen vei ut: Individet var designet til å ha transaksjon med verden, derfor å handle som et individ.

Med andre ord viser karma-yogakunnskapen det sammenflettete forholdet mellom individet, Det Totale Sinnet, verden. Og det er bare ment å hjelpe individet til å slippe av, bli mer visere, handle passende og når tiden er moden oppnå selvkunnskap og bli fri. Kunnskapen om individet, Det Totale Sinnet, verden er nøkkelen til selvkunnskap og frigjøring, fordi det renser sinnet. Etter hvert vil det harmonisere individets sine tanker, avgjørelser og handlinger med universelle naturlover. Det er hva vi kaller for et fruktbart liv dedikert til dharma, evolusjon og selvkunnskap istedenfor å fullføre sine liker og misliker og vedvarende selvignoranse.

Når selvkunnskapen nøytraliserer og løser opp individets sans av handleren, betyr det ikke at en jnani (en med solid og stødig selvkunnskap) mister evnen til å velge og handle. Den frie viljen forblir det samme. Den eneste forskjellen er at hans/ hennes valg og avgjørelser er mer visere, dharmisk og ikke-bindende. Et fritt individ (jivanmukta) handler i harmoni med Det Totale Sinnets handlingsfelt, dets regler og lover. Det er hva vi kaller sattviske-dharmiske handlinger eller intelligente handlinger.

Et fritt individ handler i verden med kjennskap om at han/ hennes sinn var viet til Det Totale Sinnet. Hans kunnskap har blitt i samsvar med Det Totale Sinnets kunnskap. Han/ hennes begjær, tanker og handlinger er i samsvar med Det Totale Sinnet, og handler i harmoni med hans/ hennes egen natur. Et fritt individ mister ikke evnen til å handle og Det Totale Sinnets visdom (gjennom Upanishadene og andre skrifter) til å opplyse hans/ hennes intellekt og valg for han/ henne, for å si det sånn. Det er dette som betyr å overgi seg til Det Totale Sinnet.

Vi lærer gradvis i våre prosesser av spirituell utvikling det å utøve vår frie vilje på intelligent vis når vi innordner våre sinn til Det Totales sinn. Når vi blir utdannet av skriftene blir vi også inspirert og styrket til å konfrontere og kontrollere vår uvaner og vi gjør det ved å bytte ut uvanene, med sunne vaner: De begrensede vaner blir byttet ut med vaner/ programmeringer gunstig til renselse, kontemplasjon og assimilering av skriftlig kunnskap. Vi er vanedyr, men vi må overvinne våre bindende, negative adharmiske vaner/

programmeringer. Vår frie vilje vil gjøre passende bruk av vår menneskelige intelligens, til å gjøre sattviske valg og utvikle modenhet og visdom.

Individ-handleren stammer fra Det Totale Sinnet til alle tider i døgnet. Men individet mister ikke sin kraft og ansvarlighet til å velge og handle. Et individ må handle fordi det var designet av Det Totale Sinnet til å tenke og handle. Å unngå å handle vil si at man ikke setter pris på gaven vi har mottatt fra Det Totale Sinnet: En sunn menneskekropp utstyrt med intelligens.

Det Totale Sinnet leker ikke alene i dualitetsverden av objekter: Den skaper individet og verden slik at den kan ha noe å leke med. Blant dens mange roller så spiller Det Totale Sinnet rollen av tilrettelegger av individets karma. Den gir oss en haug med programmeringer/ vaner basert på universell ignoranse og gir oss også skriftlig kunnskap (gjennom åpenbaring til de «seere» som fikk ned «kodene» via mantraer i fortiden) til å fjerne selvignoranse. Det Totale Sinnet presenterer oss med omstendigheter og situasjoner som tjener meningen av å tilrettelegge vår spirituelle vekst, for alt i Skapelsen sin utvikling.

Individet er Det Totale Sinnets spiller designet til å velge, avgjøre og gjøre ting. Alle avgjørelser er bare individet sine avgjørelser. Hvorvidt vi liker det eller ikke, når vi bestemmer, bestemmer vi med vårt kropp-sinn verktøy, med våre tre kropper (kausal, subtil (ego, sinn, intellekt) og fysiske kropper). Vi trenger å eie og ta ansvar for vår kausale kropp, og begynne å forstå og reprogrammere den.

Det Totale Sinnet er bare systemet som tilrettelegger våre transaksjoner med feltet. Det er opp til oss retningen vi gir våre liv. Vi har ikke kraften til å håndtere resultatene av våre handlinger, men vi kan gradvis påvirke vår karma.

Fri vilje eller forutbestemt

Gi slipp og la Gud (Det Totale Sinnet) er den beste holdningen å ha hvis du ønsker et godt liv. Det Totale Sinnet vet best og vil gjøre ditt liv uansett. Hvorfor motsette seg det? Når vi insisterer på å følge våre liker og misliker uansett hva Feltet presenterer til oss, vil vi nesten alltid lide konsekvensene. Karma yoga er å ta passende handling, som betyr å være i harmoni med hva Det Totale Sinnet ønsker. Med andre ord vil resultatene i feltet (verden) være til det beste for De Totale ønskene i feltet.

Hvis du virkelig følger din livsvei og har tiltro til Det Totale Sinnet, vil alt fungere til det beste. Det vil kanskje ikke alltid være hva du ønsker deg, men det vil alltid være til det beste. Å ikke tillate frykt eller tvil til å komme inn i sinnet. Å si nei til dem. Å bannlyse de negative frykt-tankene, de er bare tanker, ikke sannhet.

Dharma-feltet, som vi lever i, er som et dataspill: Alle mulige bevegelser er programmert inn i spillet før du spiller det. Spørsmålet en kan stille seg er: Er du selvet eller individet? Hvis du er selvet, velger du ikke noe eller gjør noen bevegelser, fordi du er alt.

Som et individ, virker det tilsynelatende som at du velger, gjør uavhengige bevegelser og spiller spillet for å vinne eller tape. Spillet er egentlig allerede forutbestemt, siden du bare kan gjøre bevegelsene som allerede er i programmet.

Det Totale Sinnet eller Dharmafeltet spiller spillet, som er grunnen til at karma yoga er en så viktig undervisning og eneste måten å negere handleren. Det er den mest fornuftige måten å leve på, fordi det lindrer presset fra å måtte ha rette resultater eller noen spesifikke resultater. Du forstår at dharmafeltet er utenfor din kontroll. Bare Det Totale Sinnet har kunnskap om alle objekter og kontrollerer Feltet for det gode av det Totale. Du får resultatene, som er best for deg til enhver tid. Det finnes ingen måter å steppe ut av dharmafeltet som et individ enn gjennom selvkunnskap, frigjøring som er frigjøring fra personen, ikke for personen.

Hvis du tror du er handleren (personen eller egoet) har du begrenset fri vilje, hvor du virker å være fri til å velge en ting over en annen, ifølge din natur eller preging. Dharmafeltet opererer ifølge spesielle lover og hvis de er forstått og fulgt, er det mulig å oppnå suksess fra individets ståsted. Hvis det ikke var tilfelle, ville ikke frihet fra den tilsynelatende virkeligheten være mulig. Den tilsynelatende virkeligheten er ikke virkelig, og det er mulig å foreta handling, med andre ord selvgransking, for å være fri av det. Hvis det var virkelig, ingen ville noen gang være fri av det. Hvis en anvender denne regelen og tar passende valg til passende tid, vil ønsket resultat vanligvis skje, ikke alltid. Det er ingen garanti i den tilsynelatende virkeligheten, fordi Det Totale Sinnet styrer dharmafeltet og tar vare på behovene av det Totale først.

Problemet er at selv om de fleste menneskers valg ser ut til å være bevisst og individuelle, er de vanligvis forutbestemte og repeterende. Dette er fordi de fleste mennesker som har ingen eller veldig begrenset selvkunnskap, oppfører seg som roboter, selv om de ikke tror at de gjør. De tror at de velger selv, men egentlig så er det deres betingelser (programmeringer, vaner, ønsker/ gunas, energier) som gjør valgene.

Fri vilje gir personen valget om å gjøre det beste ut av deres liv og dermed er relativ suksess mulig i den tilsynelatende virkeligheten. Vi har fri vilje til å respondere til hva Det Totale Sinnet serverer og hvordan vi responderer, enten skaper det ubehagelige eller behagelige omstendigheter/ karma. Hvis våre programmeringer/ vaner/ ønsker gjør responderingen (som skjer ofte) så erfarer vi det samme ofte, om vi ikke er modne mennesker med gode verdier og alltid følger dharma. Hvis vi ikke er det, så er fri vilje ikke fri i det hele tatt. Vi er bare programmer som responderer til våre ubevisste programmer som skaper mer karma, som vil enten manifestere raskt eller i fremtiden.

Gunaer er upersonlige krefter, som er ansvarlig for erfaring. Når selvkunnskap har fjernet ignoranse og du vet at din sanne natur er hel og fullstendig, ikke-dualistisk bevissthet, er det ikke mer karma for deg. Det betyr at handleren har blitt negert og de bindende programmeringer/ vaner/ ønsker har blitt omgjort til ikke-bindende. Som et individ følger du dharma, og skaper ikke ubehagelige omstendigheter. Lidelseshjulet (verden og

virkelighetsorden av dualitet og objekter) eksisterer ikke lengre i ditt sinn og du ser alt fra selvets perspektiv, som betyr at du har ikke-dualitetsvisjon og ser alt som ikke-forskjellig fra deg. Hva er det å velge? Alt er deg, selvet og alt er bra. Du tar alt som gave, selv om ubehagelige omstendigheter skjer i livet. Du ser alt som en film og det berører deg ikke, selv om selvkunnskap ikke er en magisk kule for egoet. Det må fortsatt ha transaksjoner med denne verden, hvor det er oppside eller bakside.

Du vil fortsatt fungere som et individ eller en person i verden, men du vil vite at personen og verden bare er tilsynelatende virkelig. Som selvet, vil du vite at alt dukker opp fra deg i form av Det Totale Sinnet, Skaperen som avhenger av selvet(deg), men du er alltid fri av alt og er uavhengig. Som et frigjort individ, forstår du at dharma feltet er laget opp av gunaer og styres på den måten den styres hvorvidt du er opplyst eller ikke. Det Totale Sinnet bryr seg ikke om at du er opplyst eller ikke. Det Totale Sinnet ser deg som hel og fullstendig, ikke-dualistisk bevissthet.

Det Totale Sinnets skapelse (Isvara srsti) og individuelt eller subjektiv skapelse fortsetter som før, men gunaer preger ikke subtilkroppen på samme måte. Gunaene opererer fortsatt og vil alltid gjøre det, men som et frigjort individ vil du forstå hva de er, hvordan de spiller ut via tanker, følelser og handlinger. Og du vil vite at de ikke har noe med deg å gjøre, selvet. Du vil automatisk håndtere gunaer for sinnsfred og følge dharma (livsvei), fordi du verdsetter sattva over alt. Dine valg vil bli i harmoni med det.

Det er et annet lag av undervisningen om fri vilje. For å forstå fri vilje fra selvet sitt ståsted, må vi først forstå noe veldig viktig om gunaer, programmeringer/ vaner/ ønsker (vasanaer) og karma. Gunaer, programmeringer og karma er tre måter å si den samme tingen på fordi ingenting i verden (mithya) kan bli separert fra gunaer. Alt som skjer skyldes gunaer. Gunaer skaper individet, programmeringer/ vaner/ ønsker (vasanaer) og deres resultater (karma). Alt som skjer er en programmering/ vane, og alt som skjer er karma. Som med gunaer er alle programmeringer/ karma evige og eksisterer som prinsipper i kausalkroppen. Faktisk er de kausalkroppen, arkivet for alle programmeringer/ vaner. Programmeringene dukker opp fra de tre gunas, som heter sattva, rajas og tamas, hva som utgjør Maya Dharmafeltet, eller skapelsen. Det Totale Sinnet, Maya, kausalkroppen og gunaer er essensmessig forskjellige terminologier for den samme tingen. Vi gjør forskjell for undervisningsgrunner, fordi Det Totale Sinnet, selvet, er bakenfor gunaene og upåvirket av dem, selv i rollen av Skaperen, håndterer Det Totale Sinnet Maya.

Programmeringer/vaner/ønsker forklarer karma. Som du vet er en programmering/vane guna-genererte tendenser eller programmer, som vi repeterer og som binder oss til en uriktig ide om oss selv, vår karma og livet generelt sett. «Samsara» er en samling av programmeringer/vaner. Alt er forbundet, som med sopp under jorda. Soppene, som med vasanaer (programmeringer/vaner/ønsker) vil poppe opp her og der og ser ut til å være diskrete og uavhengige entiteter, men alle vasanaer er forbundet i et stort nettverk av vasanaer i undergrunnen av kausalkroppen, eller makrokosmisk ubevisste. Kausalkroppen er på den måten årsaken av alt.

Programmeringer/ vaner/ ønsker er i grunnen ikke god eller dårlig. De er førende, kunnskapen, som driver Skapelsen. Det Totale Sinnet skapte dem. Ingenting beveger seg i Skapelsen eller den tilsynelatende virkeligheten, uten en programmering/ vane som kjører den, hvorvidt det er en ting hendelse eller en ofte repeterende atferdsmønster. En programmering/ vane blir en god en når det driver deg inn i behagelige omstendigheter/ karma, og det blir en dårlig en når den driver deg inn i ubehagelige situasjoner. Å drikke alkohol er en veldig fin programmering/ vane for spesielle mennesker. Det er en veldig smertefull programmering/ vasana for andre.

Som forklart er en programmering/ vane/ ønske bevegelsesmengde fra en tidligere handling, tendensen til å repetere den. Det er rent teknisk terminologi. Men programmeringer/ vane kan også spire uten noen tidligere kjente tendenser eller begjær fordi frøene for alle programmeringer er Det Totale Sinnet = Kausalkropp, og derfor eksisterer det som et potensiale i alle. Det ser ut til at våre programmeringer er personlige og originale, men de er ikke det.

Alle programmeringer/ vaner er evige fordi de oppstod i kausalkroppen, som er evig. Det Totale Sinnet kverner dem ut om og om igjen, fordi det er bare virkelig et evig Individ, eller subtil kroppen (ego, sinn, intellekt), som viser seg som mange tilsynelatende unike individer med tilsynelatende unike problemer. De er ikke unike (selv om egoet liker å tenke at de er), men generiske og tidløse: De er begynnelsesløs ignoranse. Det er umulig å sette en tidslinje til denne logikken, fordi som prinsipper kan ikke gunaer, Individet og programmeringer/ vaner være separerte, siden de eksisterer utenfor tid, i et grenseløst potensiale inni kausalkroppen, som er uendelig fordi det eksisterer i bevissthet.

Er fri vilje årsaken til karma eller er det gunaene? Det er både/og enten/eller. Som forklart styrer gunaer og farger programmeringer/ vaner, som skaper karma og karma forsterker gunaene. Den jobber begge veier. Husk at den mest viktige ting, som gjelder liv i verden for individet: frihet er for individet: derfor er sinn/ gunamestring så viktig. Hvis vi ikke mestrer gunaene, vil de mestre oss. Det Totale Sinnet har ikke noe imot hvordan vi lever, og hvis vi velger å leve adharmisk, vil Det Totale Sinnet anta hvordan vi liker det og leverer passende karma til oss. Hele livsspillet er upersonlig og uunngåelig. Den må styre det på denne måten ellers vil spillet være over.

Husk dette viktige svaret til spørsmålet om hvorfor: Gunaer må ha en mulighet til å uttrykke fra en ende av spektrumet til et annet, ellers kan de ikke gjøre jobben av skapelse av den tilsynelatende virkeligheten. Sett fra perspektivet til individet, hvordan ting spilles ut i verden ser ofte grusom ut. Så mye lidelse! Hvorfor stopper ikke Det Totale Sinnet de forferdelige tingene som skjer? Det Totale Sinnet er ikke en person, og ingenting av dette er virkelig. Ting som skjer kan ikke bli gjort noe med måten det spilles ut på. Gunaene produserer også kjempeflott skjønnhet, kjærlighet, medfølelse og sannhet så vel som alt i mellom. Slik er livet.

I spillet, har bevissthet gitt oss Vedanta, eneste måten å komme seg ut av spillet. Den eneste løsningen er å vite at det er ingen virkelig død eller lidelse for deg eller andre, som selvet.

Det Totale Sinnet er (karma phala datta) den som tilrettelegger og leverer vår karma som individer. Skjebnet er slik: Det Totale Sinnet leverer karma til individet og ikke i et gjengjeldelsessystem. Prarabdha karma er bevegelsesmengde av tidligere handlinger, men vi har et valg hvordan vi responderer til dem. Som selvet, er du og har alltid vært fri.

Fri vilje er et objekt kjent av deg, som i alle erfaringer. Hele poenget med selvgransking er å leve fritt av betingelser (preging) som styrer individet. For å gjøre det, må du ha kunnskap av gunaer og leve dharmisk, som krever at du gjør de riktige dharmiske valg for deg. Hvis du tar holdningen til egoet og sier: Vel, gjør det noe hva jeg gjør siden alt er For-programmert av Det Totale Sinnet?! Du vil fortsatt lide konsekvensene av adharmiske eller ignorante valg. For at Selvkunnskap skal oppnås, kreves det et rent og fredfullt sinn, hvor livsstil er i samsvar med dharma sin naturlige livsvei.

Fri vilje er ikke nødvendig

For hvem er fri vilje IKKE nødvendig? Det er ikke nødvendig for selvet, men det er nødvendig for individet.

Hvorfor? Fordi uten å tro at du har et valg vil du ikke gjøre noe for frigjøring (moksa). Hvis du ikke gjør noe vil du ikke bli fri. Og selv om du ikke gjør noe for frigjøring, gjør du fortsatt noe og du lever på grunn av dine programmeringer/ vaner/ ønsker.

Siden disse programmeringer/ vaner ikke er for frigjøring/ frihet, vil du få mer lidelse. Hvis du vil ha mer lidelse er det definitivt ikke nødvendig å ha fri vilje.

DMT OG KAUSALKROPPEN

DMT eller Dimetyltryptamin er en monoamin alkaloid funnet i planter, sopper og dyr, mengder av spor i pattedyr, og spiller en rolle som en nevrotransmitter. DMT er ofte røykt, og er sett på som den ultimate psykedeliske erfaringen, ekstremt intens, men ferdig etter 20 minutter, fordi dens kjemi er veldig kjent for hjernen. Det er også en av de mest aktive ingredienser i jungeldrikken ayahuasca fra Sør-Amerika, hvor en kan få såkalte hallusinerende dype visjoner og sterk møte med sin indre natur og psyke. Dette blir kalt for plantesjamanisme i visse kretser.

Når en introduseres for den makrokosmiske kausalkroppen, opererer Bevissthet med en stor bokstav B, programmene, som skaper psyken og den materielle verdenen. Virkelighet inneholder fire grunnleggende faktorer:

- 1) Ren Bevissthet.
- 2) Bevissthet forbundet med maya, eller Isvara, intelligensen som skriver kodene, som står bak den makrokosmiske subtilkroppen, den makrokosmiske grove, eller fysiske kroppen og bringer med seg disse ideene symbolisert av hieroglyfer.
- 3) Bevissthet viser seg som den makrokosmiske subtil kroppen, sinnet.
- 4) Bevissthet viser seg som den materielle verdenen.

Dette er den grunnleggende virkelighetsstrukturen, maya, som blir kalt for vakker, intelligent ignoranse. Maya transformerer substansen, ren bevissthet inn i subtile og fysiske objekter, som utgjør bevissthetsverdenen.

Maya, eller den makrokosmiske kausalkroppen, blir kalt for lykksalighetsslire. Den arrangerer programmene og utfører dem, og det er hvor individene av denne rare menneskelige verdenen, går til når de ønsker seg noe eller når de sover om natten. Derfor kan en også erfare ren kjærlighet gjennom psykedeliske reiser.

DMT bryter ned de naturlige filtrene mellom lykksalighet/ kjærlighetssliren (kroppen) og den subtile kroppen, det tilsynelatende bevisste menneskesinnet og svak visuell tilnærming av Det Totale Sinnets hemmeligheter, som er reflektert gjennom erfaringer i den subtile kroppen, og gir individet en ganske stor kunnskapsvisdomsvekker. Det er ikke uvanlig for mennesker å ha refleksjonserfaringen av deler av kausalkroppen. Dette filteret kan bli ødelagt på forskjellige måter, som tillater en informasjonsstrøm, ofte i form av tidligere traumer, oversvømme subtilkroppen og destabilisere den, som kan resultere i psykoser.

Når det gjelder DMT virker det som om nedbrytingen er ganske velordnet og informasjonen er strukturert estetisk (Gud er en stor kunstner) og hvis en er solid plantet på jorden og en kunnskapssøker, kan den levere mer eller mindre kontinuerlige glimt i verden bakenfor den synlige verdenen.

Det er en interessant beskrivelse av denne tilstanden i Bhagavad Gita selv om en ikke er i stand til å trekke forbindelser mellom dem og psykedelikaerfaring, men det er en den samme tilstanden som betraktes fra et noe annerledes perspektiv. Siden Det Totale Sinnets-Kunnskap er så subtil og kompleks er den Guds sinn og er grenseløs, er det også umulig for den mikrokosmiske kroppen å assimilere helheten av erfaringen. Hvis hele kunnskapen var lastet ned i en enkel erfaring til et individuelt sinn, ville sinnet bli ødelagt. Slik at en får glimt, refleksjoner og får deg til å undre – hva i huleste er dette?

Fra et spesifikt perspektiv er det en dypt interessant og kanskje banebrytende erfaring. Og la oss spørre hvorfor det makrokosmiske sinnet presenterer denne erfaringen til den tilsynelatende personen. Var det for å overbevise den personen at det er noe mer enn hva han erfarer i ens ensformige liv? Kanskje ikke, hvis den personen allerede hadde kjennskap til at det er noe mer bak.

Men hva er det? Det ble nevnt fire faktorer i virkeligheten. Erfaringen dekker for de siste tre, men ikke den første faktoren, ren bevissthet (det ikke-erfarende vitnet). Hvem (eller hva) var der for å observere personen som erfarte Guds sinn?

Åpenbaringer og Selvets Lykksalighet

Vedanta sier at intense mystiske erfaringer er forårsaket når filteret mellom det mikrokosmiske ubevisste sinnet og makrokosmiske (kausalkroppen) blir midlertidig opphevet, gir et glimt av Det Totale Sinnet. Hvis kontrollen er ødelagt, og for mye informasjon flyter gjennom kan det resultere i seriøse mentale helseutfordringer som schizofreni og galskap. Våre hjerner kan ikke takle så mye impulser. Vår hverdagsbevissthet er en liten og utvalgt virkelighetsvisjon, og det må være på denne måten, men det er veldig begrensende selvfølgelig. Ingen liker å være begrenset, fordi vi vet alle at vi er grenseløs Selv. Uten Selvkunnskap søker vi frihet og bruker hva som helst av midler. Ut-av-kroppen eller åpenbaringer gir deg en så forskjellig verden at det er hardt å tro at din hjerne kunne vise til et show på den måten. Men du har ingen normal tilgang til dens utstrekning, som er hele Feltet og bakenfor det. Det er veldig forførende.

Som Aldous Huxley påpekte, det kan være skremmende å møte en virkelighet større enn sinnet. Han sa: «Den religiøse litteraturen erfarer en mengde i referanse til smerte og terror, som er overveldende til de som har sånn plutselig møtt på noe manifestasjoner av «det fantastiske», som igjen refereres til det makrokosmiske ubevisste (Isvara/ Det Totale Sinnet).

Hans bok Persepsjonens dører (1954) hadde sin tittel fra en replikk av William Blake: «Hvis persepsjonsdørene ble rensset, ville alt vise seg for menneske som det virkelig er, grenseløst. Men, hvis du har hatt den erfaringen på psykedelia (psykoaktive medisiner eller planter) og har ingen forståelse over hva det betyr eller vet hva som er fordelene fra den kunnskapen i ditt ordinære liv, til hvilken nytte er det da til?

Det vil forårsake mer skade enn gode, fordi du vil bli overbevist om du må repetere erfaringen for å oppnå frihet du trodde at erfaringen gav. Men det er ingen frihet, det er binding. Enhver erfaring er så godt som kunnskapen assimilert fra den. Du prøver kanskje å få det tilbake, men den vil alltid være utenfor rekkevidde, fordi alle erfaringer skjer i tid og slutter. Men Selvkunnskap slutter aldri, fordi den er ikke i tid (en annen virkelighetsorden og ståsted bakenfor tid og rom).

Åpenbaringer og andre ekstrasensorisk (langt-utenfor rekkevidde) erfaringer er vidunderlige og de peker på selvets fantastiske skjønnhet og kraft, men de er likevel objekter kjent til Selvet. Hvis du identifiserer deg med dem, er du heftet i dualiteten igjen og vil lide fordi du vil jage noe utenfor deg selv for å føle deg lykkelig eller fullstendig. Som du vet fungerer ikke det, fordi lykksalighet er ikke utenfor deg selv, det er deg. Nyt erfaringene for hva de er, og vite at de varer aldri og du trenger dem ikke til å hvile i den perfekte tilfredsstillelse, som er din sanne natur, fullstendig og komplett, og trenger ikke noe.

Dette er ofte en tøff ting for granskere å assimilere, at Selvkunnskapen ikke er følelsesavhengig. Selvkunnskapens lykksalighet er basert på stødig kunnskap. Problemet ligger i

misforståelsen av ordet lykksalighet (bliss). Det er to typer lykksalighet: ananda, som er erfaringsbasert lykksalighet, og anantum, som er Selvets lykksalighet. Selvets lykksalighet, som er alltid tilstedeværende, grenseløs og uforanderlig, er ingen erfaring, det er din sanne natur, anantum.

Selvkunnskapens lykksalighet kan bli erfart som en følelse, slik som dyp søvn lykksalighet, som er konkludert med når du står opp, eller som parabhakti, hvor kjærlighet er kjent til å være deg, din sanne natur, som betyr bevissthet, Selvet. Parabhakti er alt du kunne ønske deg og vite at du, selvet vil aldri forlate deg. Det er kjærlighet som elsker seg selv. Den er grenseløs tilfredsstillelse, parama sukka eller tripti er ord brukt i tekstene.

Naturen av noe er forskjellige fra attributter av noe. Mennesker blir ofte forvirret av disse to. Naturen er den essensielle essensen, noe som er grunnleggende eller iboende i noe og kan ikke bli fjernet. En attributt er en eiendel, som kan eller ikke kan være essensiell til naturen av en ting. Naturen av noe er den uforanderlige variabelen, mens derimot en eiendel er vanligvis en foranderlig variabel, slik som at sukkerets natur er søthet. Hvis du tar søtheten bort, er ikke sukker lenger noe sukker. Eller at naturen av ild er varme. Hvis du tar varmen bort, er ikke ild lenger ild. Selvets natur, oppmerksomhet/ bevissthet, er parama prema svarupa. Parama betyr grenseløs; svarupa betyr natur og prema er kjærligheten, som gjør kjærlighet mulig.

Når jeg vet at Jeg er bevissthet, Jeg er prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærlighet er kunnskap fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når Selvkunnskap har negert handleren. Det betyr ikke at lykksaligheten forsvinner når Selvkunnskap er stødig. Det gjør ingen ting hvorvidt lykksalighetserfaringen er tilstede eller ikke, fordi Selvkunnskapens lykksalighet er alltid tilstedeværende, fordi Selvkunnskapens lykksalighet er Selvets lykksalighet. Faktumet er at du kunne være halv-død, ødelagt, med ingen i verden som bryr seg om deg, og fortsatt føle deg bra fordi det å vite hvem du er som Selvet betyr at du er fryktløs og trenger ingenting for å være lykkelig.

Mens det er fint å ha mennesker som vi bryr oss om og vår karma går smidig, og en ønsker selvfølgelig å foretrekke det enn det motsatte, men det er ikke essensielt for vår sinnsro.

Lykksalighet, frihet fra alle følelsesbaserte identiteter, inkludert de negative som depresjon eller andre mentale lidelser, betyr frihet fra avhengighet på objekter for din lykksalighet.

Åpenbaringer er pekere på Selvet, ikke noe mer enn det. Enhver erfaring, uansett hvor opphøyd det er, skjer i Feltet, slik at det er reflektert bevissthet. En av de fine sidene med disse høyenergi erfaringene er at de fyller opp sinnet med shakti, som føles ganske vidunderlig, gitt den alminnelige virkelighetsnaturen som erfart fra et dualistisk perspektiv. Men enn så forførende de er, er det best å ikke jakte dem, fordi du vil utvikle bindende

tendenser eller inntrykk (vasanaer) for dem, hvor du tror at du ikke er Selvet hvis du ikke føler deg lykksalig eller har disse ekstrasensoriske erfaringer. Men det føles ikke som noe annet å være Selvet; alle følelser er kjent til det. Å være Selvet er den mest ordinære tingen, fordi det er bare det. Mange spirituelle typer går seg vill eller fast i hva vi kaller for det sattviske gyldne bur. De tror feilaktig at disse erfaringene gjør dem overlegne og de er hekta på dem. Den har en tendens til å avle spirituell arroganse, en ødeleggende slag av narsissme.

Universet – Brahmans dag og natt – Manifestert og Umanifestert

Uansett, om universet: Dagens materialistiske vitenskapsmenn har ikke kjennskap til selvet. De vet at det er noe der, men de vet ikke hva det er. De er grunnleggende arrogante og kan til og med ikke ha tillit til sunn fornuft når det kommer til rett konklusjon. Men de vet om universet, som er materie og som er skapt og ødelagt. De bruker direkte erfaring og slutning for å finne ut om Det Store Smellet.

Brahmans (Skapelse, upersonlig skaper) dag og natt er bare en metaforisk måte å si på at universet begynner og slutter. Men den slutter egentlig ikke når Brahman sover, fordi Brahman sover aldri. Den kan bare sove når den var våken. Men den er ikke våken. Å si at den sover avhenger å være våken, som ville gjøre den til et stort individ. Det er skapelsesbevisstheten og universets ødeleggelse. Den er ufødt og evig. Hvor går universet når den sover? Den går inn i det umanifesterte, inn i en potensiell tilstand og smeller igjen etter milliarder av tidsperioder. Hvordan visste Rishiene om dette uten alle fantasifulle vitenskapelige instrumenter? Brahman med hjelp av Maya, åpenbarte det til dem.

Bruken av ordet Manifestasjon og Skapelse -Tattva Bodhah

En liten oppsummering og dette med å vise hvorfor en foretrekker å bruke ordet manifestasjon enn skapelse i Vedanta selv om man kan bruke dem begge.

Kausal (potensialitet) kropp – Karana sariram

- *Et frø er den kausale tilstanden av et tre.
- *Et sjakkbrett og brikker er den kausale tilstanden av hvert sjakkspill, som har blitt spilt.
- *Potensialitet eller den umanifesterte formen av dine grove og subtile kropper.
- *Skapt av det mest subtile materieform (prakriti).
- *Ikke synlig til meg selv eller andre.

Dyp søvntilstand

- *Både min subtile kropp og grove fysiske kropp forsvinner fra min bevissthet og entrer den umanifesterte tilstanden.
- *Bare ufrivillige fysiologiske funksjoner er aktive.
- *Bare kausalkroppen er aktiv.

Materie – Manifestasjon - Umanifestasjon

Materie kan ikke bli skapt eller ødelagt.

Materie og energi er tilsvarende, fordi en kan bli omdannet inn i den andre.

Vi vil unngå ordet skapelse og bruke manifestasjon istedenfor.

Vi vil unngå ordet ødeleggelse og bruke umanifestasjon eller oppløsning.

Den kausale tilstanden av all materie blir kalt for «Maya».

Universet manifesterte fra Maya. Først ble det subtile universet (makrokosmos) manifestert og ut kom først rom (akasha) – som har med persepsjon lyd (Rishiene som tok ned mantraer fra umanifestasjon/ Den Kausale tilstanden hørte dem via lyd først før det ble muntlig undervist. Etter hvert flere årtusener etterpå så ble Vedaene skrevet ned).

Gud/ Det Totale Sinnet eksisterte før tid og rom startet ved Det Store Smellet. Gud endret seg eller manifesterte seg som Universet slik at i virkeligheten var ingenting skapt. Og Gud vil etter hvert umanifestere som Universet etter flere trillioner av år. Før universet var det bare Bevissthet (Brahman). Universet var tilstede i potensiell eller kausal form, fordi Bevissthet har kapasitet til å manifesteres som Universet. Denne potensialitetsformen blir kalt for Maya. Bevissthet kombinert med den potensielle formen av Universet (Maya) ble Universet, som vi kjenner det.

Jagat er en manifestasjon, ikke en skapelse

Ifølge vitenskapsmennene er hele jagat (verden), inkludert noen kropp-sinn-sansekompleks en manifestasjon og ikke en skapelse. Manifestasjon betyr hva som er umanifestert blir manifestert, som et tre, i formen av umanifestert kunnskap i frø, som blir manifestert, gitt tid og sted. Et udifferensiert tre i frøet er kunnskapen av det umanifesterte treet.

Vitenskapsmenn sier at for fjorten milliarder år siden, var universet en materiesuppe. Det var så varmt at de uforanderlige kreftene, kjernekraft, gravitasjonskraft, elektromagnetisk kraft, og de svake krefter var umanifestert. La oss se på dagens språk. Den sier umanifestert, og Vedanta sier også avyaktam, umanifestert. Kreftene var ikke tillatt å operere på grunn av temperaturen var så høy. Det er som med vann i havet som ikke fryser om vinteren på grunn av tilstedeværelsen av salt, som senker frysepunktet. En lignende ting skjedde med jagat. Fordi av de ekstraordinære høye temperaturene, ble de uforanderlige kreftene dempet; de var blitt gjort inaktive, og kunne ikke gjøre noe. Så gikk temperaturen ned. Hvorfor? Vitenskapsmenn vil si at de ikke vet. Hvis temperaturen ikke gikk ned, ville det ikke bli noe manifestasjon. Men den gikk ned: Og siden temperaturen gikk ned, ble kjernekraften aktiv og skapte først kvarker. Etter det er det en helt annen historie av de andre kreftene, som kom sammen for å se dette universet manifestere seg.

Spørsmålet er, var det en tilfeldig bevegelse eller var det en metodisk utvikling som skjedde, slik som universet er nå? Hvis forskjellige ting har skjedd ikke skjedde på måten de gjorde, ville det ikke være noe univers. Vitenskapsmennene vet dette. Det er som alfabetssuppe som inneholder bokstavene A B C og så videre, fra hvordan ord kan bli laget. Ta ordet univers. Hva er sannsynligheten av at bokstavene kommer sammen og lager ordet univers med ordet for hvert av dets element? Sannsynligheten er lik null; det er null sannsynlighet. Dette vet de. Slik at hele universet, med ytterligere muligheter, er ikke lukket. En stjerne kan slukne for å bli et svarthull, og en ny stjerne kan bli født. Alle disse stjernene er viktige for å vedlikeholde universets temperatur; ellers vil det kollapse. Alt som er her er en manifestasjon, og manifestasjon betyr at det har vært her før, men i en umanifestert tilstand: og så ble den manifestert.

Alt som var her før srsti, ikke separat fra den ene virkeligheten, sat, som har kjennskap til alt er velkjent.

Jagat med dens navn og former, er ikke-separat fra det selvinnlýsende vesenet. Det selvinnlýsende vesenet, låner dens eksistens til alt. Alt er bare ord med deres betydninger, ingenting begripelig. Hvorvidt det er tid og rom eller noe i tid og rom, ingenting har noe eksistens med unntak av den ene som er deg. Derfor, en ikke-dualistisk Sat alene var her før. Selv nå er en ikke-dualistisk Sat alene her.

Gud/ Det Totale Sinnet

Alt gjennomtrengende (utenfor rom); derfor formløst

Udelelig

Evig (utenfor tid); derfor uforanderlig

Usynlig til menneskesansene

Alltid subjektet; kan ikke bli erfart som et objekt. Subjektet er alltid tilstedeværende, mens objekter kommer og går.

Uten noen attributter (som farge f.eks.)

Det Totale Sinnet gjør alle vesener levende i Universet.

Bevissthet er separat fra materie, men gjennomtrenger den, slik som rom gjennomtrenger alt. Bevissthet blir kalt for Atma. Et speil reflekterer sollyset. Naturen av det reflekterte sollyset og det originale sollyset er det samme. På samme måten Jivaatma sin natur og Brahman er den samme.

Vedaene sier at bevissthet er en høyere virkelighetsorden enn livløse objekter og derfor kommer materie ut av bevissthet.

En person, som realiserer dette kan oppnå frigjøring selv når han er i «live» (jivan-mukti).

BEVISSTHETSVITENSKAP KVANTEFYSIKK VITENSKAP

Bevissthet – Det harde problemet i vitenskapen

Max Planck Nobels prisvinner i fysikk 1918:

«Vitenskap kan ikke løse bevissthetsmysteriet. Og det er fordi de siste analysene sier at vi er en del av mysteriet som vi prøver å løse.»

Hvordan kan opplevelsen av *hvordan det er* å være deg, av utsyn og tilstedeværelse, smerte og farger, kjærlighet og tenkning, oppstå fra nervebuntene og kjemikaliene i hjernens våte materie?

Ingen vet? Gjennom hele tenkningens historie har man forsøkt å besvare spørsmålet om hva bevissthet er og hvordan det oppstår. Filosofene blir ikke enige, og naturvitenskapen har ikke et godt svar, for bevisstheten passer liksom ikke inn i vitenskapens fysikalske verdensbilde. Det er ingen opplagt vei fra vitenskapens utenfra-beskrivelser til vårt indre liv. Det subjektive er utilgjengelig for objektiv vitenskap. I nevrovitenskapen, og i filosofien, kalles dette bare *the hard problem*, og jakten på den konkrete sammenhengen mellom hjerne og subjektive erfaringer er utropt til «den ultimate intellektuelle utfordring for vårt nye årtusen».

Kvantefysikkens Gåtefulle Implikasjoner

Gunaer og Vitenskap

Student: Er de tre gunaene (energier og kvaliteter) de samme elementene som elektronet, protonet og nøytronet?

Vedanta lærer: Protonet, elektronet og nøytronet er ikke det samme som gunaene i det at gunaene er kreftene eller energiene, som forårsaker den materielle verden. Selv om gunaer er objekter kjent av deg (bevissthet) som protonet, nøytronet og elektronet er objekter kjent av deg, er gunaer forut protonet, elektronet og nøytronet selv om de er mikroskopiske og utgjør stoffet av den materielle virkeligheten, som dukker opp fra gunaene. Protonet, elektronet og nøytronet kan bli sett som metaforer til gunaene i det at sattva er intelligensen bak skapelsen, tamas materien, som skapelsen er laget av og rajas er energien som gir liv. Vedanta har ingen problemer med vitenskap eller kvantefysikk. Som den er anvendt i dag, fokuserer kvantefysikk det meste på den praktiske bruken av teorien og ikke på dens gåtefulle (mystiske) implikasjoner. Siden urgamle tider, har vestlige filosofer og tenkere fra Aristoteles og fremover kommet opp med mange esoteriske spekulasjoner på den fysiske virkelighetsnaturen.

Faktisk var det en student av Aristoteles, Democritus, som påstod at alle objekter er laget opp av i stadig større grad mindre enheter og navngav dem atomer, som betyr den minste enheten. Hva disse store tenkerne gikk glipp av er hva de Vediske forstod mange år forut: at alt (inkludert protonet, nøytronet og elektronet) dukker opp fra og løser seg opp inn i bevissthet, som er forut til alt (inkludert gunaene), og bevissthet kan ikke bli objektifisert.

Den praktiske anvendelsen av kvantefysikk har endret verden, og hvis den er forstått korrekt så peker virkelig kvantefysikk på at den materielle verden ikke har noe substans, og at bevissthet er essensen. I beste fall, når fysikere snakker om bevissthet, ser de den som et persepsjons-objekt, og misforstår det fullstendig ved å anta at sinnet er bevisst eller mer nøyaktig at bevissthet er noe vi har istedenfor noe vi er.

Kvantefysikk er enig med hva Vedaene har sagt hele tiden at det er ingen virkelig skapelse, det er bare en tilsynelatende skapelse. Husk, virkelig som å være definert som det som alltid er tilstedeværende og aldri endrer seg. Det eneste som er kontinuerlig er bevissthet.

Vedanta mot Vitenskap

Denne ideen om å forbedre verden, som en motivasjon for å gjøre noe er ikke en god en og virker sjelden. Det er fordi den grunnleggende forutsetningen at det er noe galt med verden på den måten den er (det er ikke noe galt), som har en underforstått betydning om at den er virkelig, som den ikke er. Når det Totale Sinnet (Isvara) vil fjerne mer ignoranse, vil det skje. Det er ikke noe galt med ignoranse eller dualitet; Den er vakker og veldig intelligent. Ignoranse har ingen begynnelse og er uendelig på det makrokosmiske nivået; den vil alltid være det, fordi bevissthet er evig. Det er fordi ignoranse er en kraft, som eksisterer i bevissthet ellers ville det ikke være grenseløs.

Selv for individet, med en gang personlig ignoranse er fjernet, er ignoranse over for deg. Derimot, forblir maya (makrokosmisk ignoranse) uforandret. Det Totale Sinnets skapelse trenger ikke deg eller et individ til å være opplyst. Selv om alle spiller vår del i det store bildet (dharmafeltet eller makrokosmisk film), er skapelsen uforandret ved tilstedeværelsen eller fraværet av individet, den opplyste eller uopplyste. På det makrokosmiske nivået, når denne livssyklusen er over og denne skapelsen slutter, vil det ikke bli ødelagt. Den vil gå inn i frøtilstand og en vakker dag vil den spire på nytt.

Den er ikke virkelig: hvorfor bryr seg med hvordan den fungerer? Det spiller ingen rolle. Hva er medfølelsen for? Den mest medfølelse ting som et individ kan gjøre er å realisere deres sanne natur som selvet og leve fritt i den tilsynelatende virkeligheten. På den måten ærer du deg selv og skapelsen.

Hvorfor bør verden være annerledes enn den er? Bevissthet utviklet Vedanta slik at bevissthet kunne fjerne ignoranse, på den måten den velger å gjøre det for dens egne hensikter. Det er ikke opp til noen individer. Sjekk dine motivasjoner og det viktigste, sørg for at din forståelse av det store bildet er riktig. Du trenger å foreta en passende selvgransking å diskriminere ikke-selvet (individet) fra selvet.

De som lytter til Vedanta er sinn, som har blitt rensket og er dermed kvalifisert til å lytte til den. Vedanta tiltrekker seg bare til et modent sinn, en som har realisert at det er ikke noe å oppnå og bevise i den tilsynelatende virkeligheten.

Vitenskapsmenn spesielt, er intellektuelle og er en del bundet til deres meninger og vil i beste fall prøve å passe inn Vedanta til deres tenkning enn omvendt. Vedanta kommer til de som er klar, når Det Totale Sinnet anser det passende at det gjør det. Det er nåde og nåde er gjort seg fortjent til. Når du vet at du er selvet, ser du alle og alt som selvet og verden er perfekt på den måten den er. Det Totale Sinnet vil endre hva som vil bli endret på, når den trengs å endres på. Det er den eneste handleren, det er ingen andre. Det er hvor vitenskap bommer fullstendig: Den tar ikke hensyn til Det Totale Sinnet (Makro-kosmisk Sinn).

I klassisk fysikk sies det at månen er der uansett om man ser på den eller ikke. Men i kvantefysikk er det ikke slik. En observasjonshandling ser ut til å ha en innflytelse på utfallet.

Vedanta sier at begge stemmer. Spørsmålet avhenger av hvor du ser det fra (hvilken virkelighetsorden) og hvem du tar deg selv i å være. Vedanta sier at den tilsynelatende verden har en merkelig ontologisk status i at den verken eksisterer eller ikke er ikke-eksisterende. Vi erfarer den, så den eksisterer, den er ikke virkelig, som betyr at den ikke er alltid tilstedeværende og endrer seg alltid.

Verden oppstår ut av bevissthet, den eksisterer egentlig ikke der ute siden vi erfarer alt i sinnet. Alle objekter består av bevissthet og oppstår av bevissthet, eksisterer avhengig av bevissthet. Dette er lokalisering av objekter-undervisningen. Hvis din orientering er kroppen, er objektene der ute, hvis din orientering er bevissthet, oppstår de ut av deg og oppløser seg i deg.

Vedanta sier noen ganger at det er tre virkelighetsnivåer eller ordener. Og andre ganger to ordener, som nevnt før (satya og mithya). Når persepsjon tar plass gjennom Vasana-filtrene (vasanaer er programmeringer, vaner, tendenser, inntrykk), vil vi se (forstå) det som er tolket av individets preginger. På denne måten har den en subjektiv virkelighet, som er kalt for pratibasika eller jiva srsti, individets skapelse. Det Totale Sinnets/ Makro-kosmisk Sinn sin skapelse (Isvara srsti eller viyavaharika), den empiriske virkeligheten, eksisterer selv om hvordan individets sinn ser eller tolker den. På den måten er månen der uansett når du ser den eller ikke, som klassisk fysikk snakker om. Det kan ha forskjellige betydninger for forskjellige mennesker (pratibasika), men månen er månen.

Paramarthika, som er selvets perspektiv, er bare ren bevissthet. Det er ingen objekter,

ingen dualitet, bare selvlysende bevissthet. Dette er ikke-dualitetsvisjonen, å se eller forstå at alt er selvet, består av selvet.

Kvantefysikk er det nærmeste vitenskapen har kommet for å finne en vitenskapsmodell til å forklare bevissthet. Så mye vitenskap har prøvd å fjerne kvantefysikk, har den ikke kommet opp med et bedre alternativ, så det er den beste den har. En fysiker vet at kvantefysikken ikke er ufeilbarlig og i beste fall kan bare måle sannsynligheter eller sannsynlighetsstørrelse. Poenget med vitenskap er måling. Et stort problem. Ordet kvante betyr diskontinuitet, hvor det er et fullstendig hopp fra et sett av formler til andre tilsynelatende urelaterte formler.

Københavntolkningen har sittet fast og kvantefysikk sier at observatøren har en effekt på det observerte. Hvordan ser Vedanta på dette? Igjen, snakker vi om ren bevissthet eller reflektert bevissthet? Fra bevissthetens ståsted er det ingen skapelse og ingenting har skjedd, det vil si ingen observatør, fordi det er ikke noe å observere. Det er bare selvet, ingen objekter. Fra perspektivet av reflektert bevissthet, ignoranse-opererte maya har gjort det umulige og villeder bevissthet i å tenke at det er begrenset, liten og separat. Med andre ord, selvet fortryllet av ignoranse, bevissthet med subtil kropp (ego-sinn-intellekt verktøy), den tilsynelatende virkeligheten eller mithya. Her har vi Det Totale Sinnets skapelse, og den opererer ifølge spesifikke lover, som i Den Forente Feltteorien (Teorien om alt). Det er ikke et kaos.

Sett fra ignoransens ståsted forklarer disse lovene bevissthetens eksistens. Til en som ser virkelighet som en dualitet, er sinnet hypnotisert av materialisme. For dem ser det ut til at bevissthet må ha utviklet seg ut av materie. Hvis en spør de fleste fysikere om bevissthet inni et Forent Felt vil de flest tro at du er gal og vil bli med en gang fiendtlig til ideen.

Kvantefysikk gjelder den tilsynelatende eller den reflekterte virkeligheten. Inn i denne virkeligheten er det forskjellige lover, som gjelder til forskjellige virkelighetsnivåer, som passer til Vedantaundervisningene. Alt har blitt planlagt før noen vitenskapsmenn har satt navnet på noe av det.

Som på Newtonsk, eller klassisk, nivå (vitenskapens verden av billiardkuler og klokker), den empiriske virkeligheten og hva Vedanta kaller for vyavaharika, er lovene forutsigbare og målbare. De samme lovene gjelder alle, med andre ord, de er sann uansett hva din personlige erfaring er.

På atom-og subatomær nivå, den underlige og sprø kvantefysikkverden, gjelder ikke disse reglene lengre. Her starter den materielle verden å forsvinne og det er for det meste tomrom. Da entrer Higgs Bosonpartikkelet, den unnnvikende lille tingen som ikke har noe masse, men er kjent for å eksistere fordi den har en elektrisk ladning. De kaller det for Gudepartikkelen, som egentlig er ganske morsomt. Faktisk har en hørt grunner til hvorfor det blir kalt for det på grunn av at vitenskap ikke kan finne det og det gjør dem gale, slik at de refererer det som den fordømte (goddamn) partikkelen. I denne verden har observatøren en effekt på det observerte. Hvem er denne observatøren? Reflektert bevissthet: Vedanta kaller det for pratibasika, den subjektive virkeligheten.

På rent bevissthetsnivå (som hva vitenskapsmannen John Hagelin sier er Planck-skalaen) er det ingen skapelse, bare bevissthet. Vedanta kaller dette for paramarthika, ren bevissthet: hel og fullstendig, ikke-dualitet, grenseløs, uforanderlig, selv-bevisst bevissthet eller selvet, essensen av alt er hva Vedanta kaller det for. Vitenskapsmenn forvirrer ren bevissthet med reflektert bevissthet, det virkelige med den tilsynelatende virkelige. Det er bare en bevissthet. Ren bevissthet er alltid fri av reflektert bevissthet. De er begge bevissthet, men de er ikke det samme, de eksisterer i forskjellige virkelighetsordener, den virkelige og den tilsynelatende virkelige som nevnt.

Å forstå identiteten mellom (1) ren bevissthet (2) bevissthet opererer som maya eller ignoranse (Det Totale Sinnet) og (3) bevissthet pluss en subtil Kropp (ego-sinn-intellekt), som er individet. De er alle bevissthet, men en må være veldig klar på hvordan de er forbundet og hvordan og hvorfor de ikke er det samme.

Vedanta blir kalt for ikke-dualitetsvitenskap. Det er ingenting å forbedre og tanken om å finne opp hjulet på nytt er jo egentlig nytteløst. Vedanta er ikke hardt å markedsføre/selge, fordi den bare appellerer til sinn, som er klar for selvgransking. Når sinnet er klar og modent vil læreren eller veilederen dukke opp og Vedanta vil bli utfoldet.

Amit Goswami har gjort et bra arbeide og er blant dem som en nesten kan kalle for opplyste vitenskapsmenn. Boka Selv-bevisst Univers har jeg lest med stor interesse i for tiden. Selv Goswami er ikke klar på individ-Totale Sinn (Skaper/ Skapelse)-Bevissthet identitet. Det Totale Sinnet (Isvara) er ren bevissthet pluss maya (ignoranse) som skaper dharmafeltet eller verden. Et individ er ren bevissthet (selvet fortryllet av ignoranse) pluss subtil kroppen (ego-sinn-intellekt). Ignoransevirkningen er mithya, den tilsynelatende virkelighet.

Bevissthet er alt som er, den tilsynelatende virkeligheten oppstår ut av den og er totalt avhengig av den, men bevissthet er alltid fri av den.

Vedanta kollapser totalt det subjektive-objektive skillet og oppløser dualitet, som vitenskapen ikke har vært i stand til og vil aldri gjøre det fordi den kan aldri måle bevissthet. Vedanta har planlagt alt tusener av år siden og det er ikke noe å motbevisse, argumentere eller eksperimentere med eller noe å oppdage. Vedanta betyr kunnskapen som slutter søket etter kunnskap.

Amit Goswami sier at bevissthet er den grunnleggende væren eller eksistensen. Professor John Hagelin sier det grunnleggende med Planck-skalaen og Superstreng teorien har vitenskapen bevist dette til å være sant. Nassim Hamein prater også om Planck i sine teorier om fraktalholografisk univers og her er noen få utdrag:

«Kvantefysikkens holografiske prinsipp statuerer at den totale beskrivelsen av et angitt romlig volum kan anses som kodet på en lyslignende overflate som grenser til regionen, akkurat som eventhorisonten av et sort hull. Prinsippet ble først konstruert for å forklare et para-

doks der termodynamikkens andre lov syntes å brytes, nemlig i tilfeller hvor et objekt med en bestemt entropi (ordnet informasjonsmengde) absorberes av et sort hull. Objektets entropi ville forsvinne og total entropi vil senkes, noe termodynamikkens andre lov forbyr. Det holografiske prinsipp løser dette problemet ved å beskrive hvordan all energi/ informasjon om et objekt som absorberes av et sort hull i stedet distribueres uniformt utover hullets overflate og bevares som informasjonsenheter av Plancks lengde eller «Planck bits». På denne måten kan man anse all informasjon absorbert av et sort hull som lagret holografisk på overflaten i form av abstrakte Planck-pikslar, eller bits, og dermed kan vi beregne den totale informasjonsmengden i systemet bare ved å telle Planck-enheter på overflatens areal. Den fraktal-holografiske modellen tar dette prinsippet til neste naturlige steg ved å postulere at informasjonen ikke bare lagres lokalt i ett sort hull, men at det deles med alle sorte hull i universet (og samtlige univers). Med dette resonnementet kan vi ankomme en ny forståelse av hva masse egentlig er, og hvordan universet er grenseløst forbundet.

Konklusjonen er at masse er et resultat av informasjonsutveksling mellom alle protoner i universet. All materie er med andre ord et uttrykk av et underliggende enhetlig felt, der absolutt all informasjon ligger implisitt kodet, lagret holografisk. Rommet er definerende for materie, ikke omvendt. Nå kan vi se nærmere på den underliggende geometrien som dimensjonerer romtidmanifoldet, og definerer størrelsesforhold fra Planck til proton til univers.»

Selv om det er mye opplyste vitenskapelige tilnærmelser idag, klarer ikke vitenskapen å forstå bevissthet den dag i dag.

Tanker er bølgen og havet. Bevissthet er H₂O. Bølgen og havet avhenger av H₂O, men er selv fri for bølgen og havet.

Problemene, som moderne vitenskap har i forståelse av universets opprinnelse er et godt eksempel på dette. Den kan resonnerer seg opp til et visst punkt hvor det forstår at det må være et øyeblikk når skapelsen begynte, men den kan ikke fortelle oss hva skjedde på skapelsens punkt eller før det skjedde. Kvantefysikk, den mest avanserte teorien i fysikken til dags dato, kan ikke gå bakenfor Big Bang, det Store Smellet. Grunnen til dette er at ikke-dualitet, eller singularitet, som er hva vitenskapen kaller ikke-dualitet, er et nivå (det er ingen nivå eller tilstand, men det kan til nød brukes) fra hvor det er ingen informasjon hvor en kan resonnerer seg fra. Hvis det er ikke-dualitet, er det ingen objekter. Vitenskapen vil sitte fast på dette punktet til den forstår hva bevissthet er, som den ikke vil gjøre, hvis ikke selvkunnskap fjerner ignoranse for vitenskapsmannen.

Kvantefysikk og Vedanta

En kan stille seg dette spørsmålet:

Vil det hjelpe kvantefysikk å innlemme konseptene fra Vedanta og gjøre et kvantesprang i riktig retning?

Kvantefysikk er på randen av å etablere ikke-dualitet virkelighetsnaturen. Den grunnleggende dualistiske tilnærmingen av materiell vitenskap, vil imidlertid ikke være i stand å overskride sine egne begrensninger (med andre ord dens fokus på målbare bevis som et verifiseringsmiddel) for å bevise den grunnleggende ikke-dualitetsnaturen av universet. Det som er ikke-dualitet er definert som grenseløs og hva som er grenseløs er uten kvaliteter og egenskaper og har ingen skisserte bindinger og det som ikke har en skissert binding er ikke underlagt til objektifisering eller måling.

Heldigvis må ikke kvantefysikk verifisere virkelighetsnaturen av ikke-dualitet, fordi ikke-dualitet virkelighetsnaturen av ikke-dualitet er en utvilsomt fakta. Hvordan kan tilsynelatende, som eksistensen av noen objekter være kjent enn bevissthet? De grunnleggende parametre, som ethvert objekt er målt og derfor etablert som et virkelig vesen er tid og rom, som er i seg selv objekter, som er helt avhengig av bevissthet for deres eksistens. Og bevissthet kan ikke ha dukket opp fra en livløs materiell essens, om det er det kausale, subtile eller grove, fordi det bevisste kan ikke dukke opp fra noe som er livløs, et fenomen som av analogi vil likestille det med å oppreise de døde.

Derfor må bevissthet nødvendigvis eksistere forut for eller alt i alt bakenfor parametrene av tid og rom. I slike tilfeller kan det ikke være noe materiell essens enn bevissthet i seg selv, fordi slik essens kunne bli identifisert, som et middel av dens målinger med tanke på tid og rom. Derfor må bevissthet være den ikke-reduserbare essensen av alle eksistenser, den grunnleggende ikke-dualitetsvirkelighet, som er eksistensen eller væren i seg selv.

Selv om det var noe som eksisterte utenfor bevissthet, hvilken forskjell ville det gjøre? Alt som eksisterer i en slik virkelighet ville ha absolutt ingen betydning for vår erfaring, og på denne måten ville det virkelig ikke være verdt vår betraktning på grunnlag av Vedanta. Uansett hvor fascinerende kvantefysikk er, hva vi må huske med tanke på Vedanta er at poenget med selvgransking ikke er å etablere virkelighetsnaturen (ikke-dualitet), men heller oppnå frigjøring fra avhengighet av objekter for lykke. Det vi er etter er moksha, frigjøring fra begrensning og lidelse, ikke enkelt og greit en intellektuell forståelse av virkelighetsnaturen.

En skal ikke avvise kvantefysikken, for dens funn, som har relevans med hensyn til den tilsynelatende virkeligheten. En skal heller ikke å avfeie relevansen av forståelsen av virkelighetsnaturen (ikke-dualitet), for utvilsomme ikke-dualitetsvisjoner, som leverer grunnlaget til selvkunnskap, som er målet av Vedantas selvgransking. Men selv hvis materiell vitenskap var i stand til å etablere virkelighetsnaturen (ikke-dualitet), som en verifiserbar fakta, hva så? Selv om tekstbøker ville gi oss en indirekte forståelse av den ikke-dualitetsnaturen av universet, ville vi forbli salet med ledelseserfaringen. Og lidelse stammer ikke fra vår ignoranse av virkelighetsnaturen (ikke-dualitet), men heller fra vår ignoranse av dens innblanding med hensyn til vår sans av ufullstendighet og utilstrekkelighet og den grunnleggende mangel på evner av begrensede objekter til å levere varig oppfyllelse.

Med andre ord, verdiene av ikke-dualitetsvisjonen er bare enkelt og greit å forstå at alt er laget av samme essensen, men at alle objekter bare er begrenset tidsbundne manifestasjoner av bevissthet, som dukker opp i bevissthet og siden bevissthet i seg selv er evig, er objektene som er laget av det og viser seg inni det midlertidige og ikke i stand til å levere varig oppfyllelse og varig lykke. Kunnskapen av ikke-dualitet vil ikke hjelpe med mindre vi forstår ikke-dualitetsnaturen med hensyn til vår egen natur.

Hvis vi har oppnådd direkte kunnskap om virkelighetens ikke-dualitetsnatur av et kunnskapsmiddel av en systematisk analyse av vår egen erfaring og dermed oppnådd forståelsen at dens natur, vår egen natur, er den varige freden og lykken vi søker gjennom våre jag etter objekter. Det faktum av objektets ikke-dualitetsnatur vil ikke gjøre oss noe godt med hensyn til å fjerne vår selvignoranse: Å fri oss fra vår avhengighet av objekter og dermed gi oss oppnåelsen av moksha, som er essensielt oppdagelsen og gjenvinning av vår sanne identitet som grenseløs bevissthet.

Konklusjonen er at kvantefysikk ikke kan og trenger ikke å bevise eksistensnaturen (ikke-dualitet). Ikke-dualitet står som en åpenbart fakta bare gjennom den gradvise negering (av kunnskapsmiddel eller forståelse) av alle objektive former som projiserer på skjermen av ren bevissthet, som dermed oppdaget som essensen av alle tilsynelatende objekter og det grunnleggende alltid eksisterende uforanderlige, ikke-dualitetsvirkelighet, som er ens selv.

Kvantefysikk - Observatøren og det Observerte - Seeren og det Sette

Student: Hva er Vedantas forståelse med tanke på det berømte kvantefysikkeksperimentet, som involverer observatøren og den tilsynelatende partikkelen, som oppfører seg som energibølge så vel som en materiebølge?

Læreren: Selvet er ikke i den samme virkelighetsordenen, som observatøren, subjektet, og den observerte partikkelen, objektet. Selvet er upåvirket av materieobservasjonen, og materie er upåvirket av observasjonen av selvet, fordi dette er en ikke-dualitetsvirkelighet og det er bare selvet. I den tilsynelatende virkeligheten ser det ut til at den som ser eller individuell bevissthet, har en påvirkning på eller er påvirket (er påvirket av) materie, fordi de er i samme virkelighetsorden. Bevissthet påvirker ikke virkelighet: Den er alltid fri av den tilsynelatende virkeligheten.

Det er maya, eller gunaene, som manipulerer seeren og det sette, som får det til å se ut som det er en påvirkning. Men når du ser det fra selvets ståsted, er det ingen påvirkning. Nøkkelen er alltid hvilket nivå du ser det fra. Vitenskap objektiviserer bevissthet, tar observatøren til å være virkelig: den tror bevissthet er noe observatøren har istedenfor å være dens sanne natur. Den har ikke diskriminert det virkelige fra den tilsynelatende virkelige, siden det eneste kunnskapsmiddelet den har er sansene.

Forvirringen er mellom satya og mithya, det virkelige med det tilsynelatende virkelige, eller det erfarende vitne med det ikke-erfarende vitne, seeren og det sette, nirguna brahman med saguna brahman. Seeren og det sette er også kalt for vitne og det som er vitnet, hva som er kalt for opaque og det gjennomsiktige vitnet. Opaque vitnet er individet med kvaliteter, som ser på bevissthet gjennom dens preging (vasanaer). Det gjennomsiktige vitnet er ren bevissthet med ingen kvaliteter som preger den og det er vitnet av opaque vitne, det ultimate subjektet.

Det vil være mer passende å si at selvet, bare ser seg selv, og det er hva som kjenner til seeren med referanse til det sette bare når maya opererer. Det selvbevisste selvet viser seg som seeren, men den er egentlig ikke en seer, hvis ikke det å se referer til ens eget selv. Når ignoranse opererer tror individet at seeren (observatøren) er forskjellig fra det sette (observerte): subjektet og objektet er forskjellig. Seeren, (Det Totale Sinnet) er også kjent som saguna brahman og fordi den opererer maya (gunaene) er den ikke villedet av dem, med andre ord ren sattva.

Guds partikkel - Vitenskap - Vedanta Bevissthetsvitenskap

Vitenskap er flott, og en kan ikke unngå å elske det, fordi villedede vitenskapsmenn er også Det Totale Sinnet. Selv om vitenskap skulle hatt sin grunnmur i bevissthet uten selvkunnskap vil det ikke gjøre noe forskjell til den eksistensielle lidelsen av vitenskapsmannen.

Vedanta er en bevissthetsvitenskap, men vitenskapsmenn avviser, med nesten få unntak, det som spirituell vås. Du kan tilnærme bevissthet med intellektet, men du vil bare komme til døråpningen av selvkunnskap og ikke videre. Det Totale Sinnet er veldig streng med slike ting, og du vil ikke komme igjennom døren inntil intellektet har blitt trent til å tenke annerledes og sinnet har utviklet seg til å ønske forskjellige ting, ellers vil ikke Det Totale Sinnet passere deg. Til å ønske forskjellige ting må sinnet bli rensset. Og til å tenke annerledes trenger du å bli undervist. For å bli undervist trenger du rette kvalifikasjoner, og doktorgrad (eller professorgrad) er ikke verdt papiret det er skrevet på i denne skolen. Beklager, vitenskapsmenn!

Intellektuelle er bundet på den måten de tenker på. De er stolte av deres sinn og har investert så mye i dem at ideen av en annerledes tenkemåte blir avvist med en gang. Vedanta er vanskelig å selge, den tiltrekker bare sinnene, som er klare for selvgransking, som er hvorfor kvalifikasjonene er så viktig. Nå nylig har en vitenskapsgren utviklet seg til en mer opplyst tilnærming, men selv de mest opplyste vitenskapsmenn objektifiserer bevissthet og forvirrer den tilsynelatende virkelighet, reflektert bevisthet (mithya) med ren bevissthet (satya).

Vitenskapsmenn er ofte ateister, fordi de er, for det meste, en arrogant, selvgod gjeng, som har forfengeligheten til å tro at det er ingenting større enn deres små begrensede

sinn, slik som en Skaper, for eksempel (ikke tenk på ren bevissthet). Å forstå bevissthet er nyttig bare hvis det hjelper en til å forstå forskjellen mellom det virkelige (det som er varig og uforanderlig) og det tilsynelatende virkelige (det som ikke er varig og endrer seg alltid), og at alt i den tilsynelatende virkelighet kommer fra Isvara/ Det Totale Sinnet, inkludert vitenskapelig forståelse.

Med mindre vitenskapelig funn er forstått fra et ikke-dualitets perspektiv, er de ikke i stand til å gjøre denne forskjellen. Vitenskap er bare et kunnskapsmiddel til objekter. Det er intet poeng i å prøve å komme igjennom hos vitenskapsmannen. Krishna sier i Bhagavad Gita: «La ikke den vise forstyrre sinnene av den ignorante». Det er intet behov for å fikse på noe i verden: Det Totale Sinnets skapelse er perfekt på den måten den er, og vitenskapsmenn har dens plass i showet.

Selv om vitenskap fortsatt er interessant, siden det er fasinerende å se hvordan Det Totale Sinnet åpenbarer skapelsens hyllest til menneskesinnet: har min interesse dalt, når jeg fant Vedanta fordi jeg forstod at alle svarene til eksistensen rommes i Vedaskriften, og ikke noe annet sted. Slutten på søken. Det gir ingen forskjell for moksa å ha kjennskap til vitenskapelig fakta om objektenes verden. Faktum er at den kan være et hinder i det at en blir fanget til å tro at vitenskap har svarene eller at en er mer intelligent hvis en forstår vitenskap, som en ikke er. Vitenskap kan gi deg kunnskap av objekter og hvordan skapelsen fungerer, men selv med all vitenskap i verden vil ingen person fullt ut forstå Det Totale Sinnet.

Problemet med vitenskap er at det representerer sinnets beste innsats til å finne ut den objektive sannheten av den materielle virkeligheten, inni grensene av den tilsynelatende virkeligheten. Den kan ikke gå ut av den tilsynelatende virkeligheten uten selvkunnskap. Vitenskap tar ikke og kan ikke ta maya eller Det Totale Sinnet i betraktning, og har derfor ikke midler til å diskriminere mellom hva som er virkelig eller hva som er tilsynelatende virkelig. Vitenskap tror objekter er virkelige. Vedanta har ikke noe strid med vitenskap som et kunnskapsmiddel for objekter. Men den er ikke gyldig kunnskapsmiddel til bevissthet, fordi vitenskapen er mangelfull, en fange av en metodikk, som er alene basert på persepsjon og slutning av objekter.

Selv om bevissthet tilnærmer seg forståelse av bevissthet, er den fortsatt bundet til dens vitenskapsteori, sansene. Det er på den måten begrenset til tolkninger og antakelser iboende i dens metodikk. Følgelig, på sitt beste kan den bare objektivisere bevissthet, å se noe vi har istedenfor hvem vi er. Vitenskap er alt om måling og bevis, og bevissthet er den eneste tingen i virkeligheten, som ikke trenger bevis, fordi det er selvinnsynsende. Jeg mener, hvordan vet du at du vet eller vet hva du ikke vet? Det betyr vel at du er bevisst? Problemet er forståelse av hva det betyr å være bevissthet istedenfor å tenke at du (sinnet) er bevisst.

Bevissthet er også den eneste tingen som ikke kan bli studert eller målt, fordi det er subjektet og ikke objektet. Den kan ikke hoppe over gjerdet (snakker metaforisk, fordi det

er ingen gjerder siden bevissthet er alt som er) og bli et objekt, selv om all objekter, subtile og grove oppstår i bevissthet.

Anekdotisk sett var Higgs Boson (tilsynelatende) først referert til i frustrasjon som «goddamn» fordømte partikkelen, fordi fysikere kunne ikke finne den, men spekulerte at det måtte eksistere. Dette navnet endret seg til Gudepartikkelen, fordi av partikkelen sin spirituelle implikasjoner, mest til ergrelsene for vitenskapsmenn, som foretrakk det offisielle navnet, og spesielt til mannen som først spekulerte om dens eksistens (Peter Higgs), som må ha vært absolutt lite festlig, siden han er en erklært ateist. Peter Higgs foreslo hans ideer for 50 år siden og det har ikke vært før nå at teknologien endelig har identifisert bosonet.

I en lekmanns terminologi er Higgs Boson en subatomær partikkel, som forskere lenge har mistenkt for å eksistere, men kunne ikke finne den, fordi den ser ikke ut til å ha masse, ingen volum og ingen vekt, de kunne bare spore dens fotavtrykk (så å si). Grunnen til at de visste at den måtte eksistere er at de hadde funnet ut at noe måtte være ansvarlig for å gjøre at partikler holder sammen til å danne masse. Higgs er vanskelig å observere, fordi det er veldig ustabil og bryter sammen veldig raskt. Ved Large Hadron Collider (LHC, verdens største og kraftigste akselerator) (CERN), akselerer protoner til nesten lyshastighet og slår seg sammen. I en av hver 10 milliarder kollisjoner, vil en Higgs boson bli dannet. Hvis en er dannet, kan den ikke bli observert direkte, fordi den eksisterer i så korte mellomrom av tiden før den bryter sammen. Vitenskapsmenn tar opp restene av kollisjonen og jobber bakover, setter sammen hvor partiklene kommer fra nedbrytningen av the Higgs.

Vitenskapsmenn vet nå at Higgs bosonet i bunn og grunn holder universet sammen. Den skaper et felt, som tillater partikler i å binde sammen til å forme ting, som stjerner og planeter m.m. Den er som skapelsens kosmiske magiske lim, selv om den er så u håndgripelig i seg selv. Alle ting består av subatomære partikler, og forskjellige subatomære partikler er ansvarlig for å gi materie forskjellige egenskaper. En av de mest mystiske og viktige egenskaper er masse. Men hvorfor kunne ikke masse bare antas som gitt? Et så enkelt spørsmål, men veldig dypsinlig, at mange ikke en gang tenker å spørre det. Ja, hvorfor?

Hvis vitenskap bare kunne rådføre seg med sampradaya (tradisjonell Vedanta), kunne vi forklare dette ganske enkelt med undervisningen på panchikarana, hvordan materie formes via gunaene. Materie formes når maya manifesterer og de tre gunaene oppstår fra bevissthet. Sattva guna (intelligens) er bak og iboende i skapelse, rajas guna er ansvarlig for handling eller projeksjon, tamasa guna er ansvarlig for fysisk essens.

Pancikaranaundervisningen, som Vediske seere har kjent til i tusener av år, er dyp, elegant og forbløffende i dens detaljerte bredde av forståelse, men dessverre ukjent for vitenskapsmannen. Likevel, Det Totale Sinnet liker å holde på hemmeligheter, slik at noen av de veldig fine detaljene av skapelse blir kjent bare når tiden er inne. Gud spiller ikke terning med universet, som Einstein med rette kunngjorde. Alt i skapelsen er perfekt,

briljant og intelligent laget av Det Totale Sinnet. Oppdagelsen av Higgs Boson som med kvantefysikk presenterer et nytt paradigme av tenkning om objektenes verden, fra vitenskapelig ståsted. Den modellen er kalt for Higgs-mekanisme.

Higgs-mekanismen er alt om å forstå masse, som ikke er det samme som volumet eller vekten. (legg merket til at masse er den egentlige mengden av stoff, som rommer i en kropp: Volumet er så mye rom kroppen tar opp og vekten er kraften anvendt av gravitasjon på det objektet) Masse, volum og vekt er målt enten i metrisk eller standard systemer av måling, som er den samme overalt. Masse skiller seg ut, siden den er uavhengig av alt på og utenfor planeten, mens derimot vekt er forskjellig på jorden eller i rom fordi gravitasjon er ikke den samme overalt. Noen partikler, som protoner og nøytroner, har masse. Andre, som fotoner, har det ikke.

Selv om mange tror at Higgs Boson eller Gudepartikkel, er partikkelen som gir masse til andre partikler, og på denne måten skaper materie, er det ikke teknisk korrekt. Mer presist, er partikkelen en kvantifisert manifestasjon av et felt (Higgs feltet) som genererer masse gjennom dens interaksjon med andre partikler.

Mange Higgs bosons klumper seg sammen og utgjør Higgsfeltet. Higgsfeltet er et usynlig energifelt presentert gjennom universet. Det er substansen som fyller alle rom-tid, som kom til syne ved universets fødsel og har handlet som sin egen energikilde siden da. Uten Higgsfeltet, ville universet bare være en mengde individuelle partikler, som suser rundt ved lysets hastighet: ingen atomer av noe slag ville eksistere, slik at materiesubstansen ikke ville være i stand til å forme. Siden Higgsfeltet er overalt, reiser partikler gjennom det hele tiden. Derimot, vil partikler med større masse interagere mer med Higgsfeltet enn partikler med mindre masse. Dette forklarer hvorfor to partikler, som er av samme størrelse kan ha forskjellig masse.

Vitenskapsmenn har bevist eksistensen av Higgs Bosonet for noen år siden (takktil milliard dollar CERN partikkelakseleratoren bygget i Sveits for dette ene målet), og nå låner dens oppdagelse støtte til Standard-modellen av partikkelfysikk, eller de kjente lovene av partikkelfysikk, som vitenskapsmenn tror regjerer de grunnleggende materiens byggesteiner. Hvis de bare forsto Det Totale Sinnet (Makrokosmisk Sinn)!

Higgs Bosonet høres ut som en flott metafor for bevissthet, siden den ikke bare gjennomtrenger all materie, men grov materie ville ikke manifestere uten den. Som med rom, som gjennomtrenger all materie og uten den ville ikke materie ha noe å eksistere i. Bortsett fra, så vel så det er mystisk og alt gjennomtrengende som Higgs Bosonet er, sammen med rom, er det et annet objekt kjent til bevissthet. Med all liv, oppstår i bevissthet, består av bevissthet og eksisterer avhengig av bevissthet. Uten bevissthet er det ingen Higgs Boson eller noen andre partikler og derfor ingen rom, ingen materie og ingen univers.

Siden dens oppdagelse for noen år siden, har partikkelen laget bølger i fysiker-miljøet

med alle slags erklæringer bundet til den. Nå som vitenskapsmenn har målt partikkelenes masse viser Higgs bosonet seg å være den presise massen som trengs for å holde universet på randen av ustabilitet. Men fysikere sier at den delikate tilstanden etter hvert vil kollapse og universet vil bli ustabilt, som vil lede til dens bortgang. Nå kan de gjøre mange beregninger, inkludert en som ser ut til å vise universets ende. Det er på samme måte som om vitenskapsmennene snublet over Det Totale Sinnets signatur på den Kosmiske blåkopi av skapelse, men de vet ikke hva det betyr, fordi de ikke anerkjenner en Skaper eller forstår bevissthet. De er så nærme, men så langt borte likevel fordi de vet ikke at selv om universet eksisterer er den ikke virkelig. Så mye som vitenskapsmenn ville bevise ellers, som at universet eksisterer i tid, hadde den en begynnelse og må ha en slutt. Og bevissthet vil være der å vitne den.

Rom og Tomrom

«Rom er ikke tomt. Det er fullt i motsetning til et vakuum, og er grunnlaget for eksistensen av alt, inkludert oss selv. Universet er ikke separat fra dette kosmiske energihavet.»

-David Bohm

Det er interessant at kvantefysikk stopper ved rom når Vedanta fortsetter til neste steg, bevissthet, som vitenskap ikke gjør. Siden de er materielle vitenskapsmenn, kan de ikke det.

Tomrommet er bare et objekt. Tomrommet er selvet uten diskrete objekter. Tomrommet er ikke bevisst. Det er ren materiell refleksjon av ren bevissthet i Mayaspeilet. Den er kjent av deg, ren bevissthet. Når du erfarer det, ignorerer du faktumet at du, reflektert bevissthet, er også et objekt. Slik at du tror at du erfarer tomrommet, mens derimot deg, ren original bevissthet, egentlig vitner dette tomrommet.

Rom er en bra metafor for det altgjennomtrengelige selvet.

Nassim Harameins livslange studie av romtidens geometri har ledet til utgivelsen av flere vitenskapelige artikler der han presenterer en ny forståelse av Einsteins feltligninger og universalkreftenes mekanikk. Teorien omfatter både *holografiske* og *fraktale* prinsipper og har derfor blitt kalt *Holofraktografisk Univers*, eller ganske enkelt Fraktalholografisk Univers.

Vakuum

Tomt rom vakuum er unikt i den forstand at det finnes absolutt overalt. Det fyller rommet mellom kvarker, protoner og elektroner såvel som planeter, galakser og univers. Vakuumet utgjør 99,99999 % av atomet og dermed kan vi egentlig si at alt vi ser rundt oss i all hovedsak er tomt rom intethet. Naturlig nok har vakuumet i årtusener vært en kilde til fascinasjon blant filosofer og fysikere da det rent logisk og intuitivt sett utgjør

virkelighetens lerret eksistensens rom. Da forskere i moderne tid tilnærmet seg dette lerretet teoretisk, med matematikkens og fysikkens terminologi, fant de ut at det innehar et *endeløst* energipotensiale. Svingninger i vakuumet, *vakuumfluktuasjoner*, kan nemlig fylle et avgrenset rom med uendelig finere og finere grader av vibrasjon, og ettersom hver lille vibrasjon er et energetisk uttrykk må vakuumet sies å besitte absolutt energi. I den forstand er det matematisk påvist uendelighet både relativistisk, i Singularitet, og kvantemekanisk, i vakuumbetthet, men konvensjonell fysikk ser likevel ingen sammenheng mellom disse. I lys av den fraktalholografiske modellen derimot kan vi forstå vårt univers som *innsiden* av et sort hull som en singularitet og dermed følger det naturlig at vakuumet besitter uendelig energitetthet. Altså at vakuumet *er* Singulariteten. La oss se hvordan:

I sentrum av torustopologien presentert ovenfor finner vi intethet null volum, null dimensjon punktet der ekstrem romtidkurvatur utligner alle krefter og etterlater et nullpunkt for energi. I singulariteten reduserer romtidens geometri til et *minimum* antall vektorer for stabilitet og maksimal symmetri, hvilket resulterer i en perfekt matematisk balanse, best beskrevet geometrisk som de tolv konvergerende linjene av et «kuboktaeder» (cubeoctahedron).

Her utlignes alle krefter i komplett ekvilibrum og skaper stillhet, intethet det absolutte nullpunkt, også kalt vakuum. Dette gjør at vakuumet praktisk talt er et fullstendig stabilt, superledende, superflytende enhetlig medium med uendelig energipotensiale og nontemporal, nonlokal forbindelse med alle andre steder i universet, med andre ord; en Singularitet i ordets sanneste betydning, og den eneste definisjonen av ordet som gir mening. Logisk sett kan vi nemlig ikke omtale singularitet som forbundet med avgrenset sted eller tid. En gang singularitet alltid singularitet overalt; det er den ubønnhørlige regelen som all moderne fysikk forsøker å sno seg unna. Uendelighet er overalt. Ettersom all kurvatur i romtiden ender i dette punktet er det ubetydelig *hvor* utsiden av eventhorisonten ser ut til å befinne seg i tredimensjonalt rom. Singulariteten er Kosmisk og felles for alle systemer uansett størrelse, uansett romlig lokasjon i vårt eget eller noe annet univers. I så måte kan to atomer, eller to mennesker, tilsynelatende være adskilt med millioner av lysår mens de bak sin eventhorisont, i sin kjerne, er ett og samme fenomen; den Kosmiske Singulariteten forbinder alt.

Sinn fra Materie eller Materie fra Sinn?

Vedanta lærer: Materie kommer ikke til å konfigurere seg selv, fordi den er ikke bevisst. Hvis du sier at materie er bevisst, hvorfor kaller du det for materie? Enkel observasjon viser at dette er et selvbevisst univers.

Student: Kvantefysikk leder til partikkelverdenen og strenger som viser seg og forsvinner inn i et energifelt, og materie og energi er det samme, men i forskjellige former. Dessuten kan ikke energi bli skapt eller ødelagt. Derfor kan ikke materie bli ødelagt eller bli skapt.

Vedanta lærer: Ja, fordi det er egentlig evig bevissthet, som ser ut til å bevege seg. Ignoranse om skapelsen skyldes binding til sansene, som det eneste gyldige kunnskapsmiddelet.

Student: Swami Paramarthananda brukte termodynamikkloven i forbindelse med Gaudapada til å avsløre at det er ingen skapelse ifølge Sankhya filosofi, og selvfølgelig fjernet Gaudapada også oppfatningen av årsakløs årsak, med andre ord prakriti.

Vedanta-lærer: Hvis vi tar kausalitetsideen seriøst da er den årsakløse årsaken, som egentlig ikke er en årsak, fordi virkelighet er ikke-dualitet, bevissthet. Det er et ordproblem, som avhenger av definisjonen av prakriti (naturen, skapelsen). Hvis den er materiell, vil den ikke skape noe. For at noe skal skje, en skapelse, trenger du to faktorer, en intelligent agent (naimittika karanam, eller bevissthet) og noe som agenten handler på (upadana karanam, eller materie). Det er derfor Vedanta oppfinner Det Totale Sinnet/ maya. Gud, Skaperen, er et konsept. Den har bare en hensikt hvis skapelsen har en hensikt. Og skapelsen har bare en hensikt så lenge du ikke forstår virkelighetsnaturen av ikke-dualitet.

Student: For å gå tilbake til materie/ bevissthet hypotesen, så står vi igjen med energifelt fra hvor all materie oppstår og som i sin tur produserte bevissthet og dette energifeltet er nityam, med andre ord årsaksløs.

Vedanta-lærer: Ja, men egentlig er ikke feltet årsaksløs ifølge Vedanta. Feltet er forårsaket av den som har kjennskap, fortryllet av ignoranse. Den er ikke bevissthet heller. Den ser ut til å være det på grunn av nærhet til bevissthet. Den er egentlig ikke nær til bevissthet, den er bevissthet.

Ignoranse er et uvanlig fenomen: Den skaper ikke bare hva som er umulig mulig, men den får alt til å være baklengs. La vitenskapsmenn tenke at bevissthet utviklet seg ut av materie hvis det behager dem. Det ser logisk ut helt til du prøver å forstå den. Den viser at vitenskap er på lik linje med religion i det som er dens hypotese, og noen ganger er dens sannheter, litt mer enn bare trossystemer, som ikke tåler å bli gransket.

Student: Spørsmålet som da gjenstår er, hvor kom all energien fra? Det åpenbare svaret: Det Store Smellet (Big Bang). Nytt problem: Hvordan skjedde det, siden det er en hendelse i tid?

Vedanta-lærer: Hva som er kalt for energi er egentlig bevissthet som tilsynelatende beveger seg. Den ser ut til å bevege seg (som partikler eller bølger), fordi den er observert gjennom et instrument, som er i tid, sinnet/ sansene. Den kommer fra, eller er skapt, av et sinn som er ignorant av bevissthetens natur. Til å formulere det på en litt annerledes måte, bevissthet fortryllet av maya identifiserer seg med sinnet/ intellektet, som er i tid, og dette produserer bevegelse/tilsynekomsten.

Dette er dristhi-srithi vada, den er der, fordi jeg er her. Når sinnet er koblet ut, men ikke sover (samadhi) stopper bevegelsen og når den er reaktivert, begynner bevegelsen. Sinnet/ intellektet er et upadhi, en betingelse eller begrenset tilbehør. Du ser på et klart vann i et blått glass og den ser ut til å være blå. Tid er relativ til sinnet. Den er bare et konsept. Når du ser fra bevissthetens ståsted eksisterer ikke tid. Uten tid kan du ikke ha en skapelse.

For å repetere, problemet med materie-forholdet til bevissthet avhenger av definisjonen av materie. Er materie livløs eller er den bevisst? Hvis den er bevisst, hvorfor har vi da to forskjellige ord? Materie er livløs. Den er ikke i stand til kunnskap. Den eksisterer (sat), men den vet ikke at den eksisterer (chit). Hvordan kan bevissthet utvikle seg ut av materie? Vitenskapelige materialistutviklingsider gir ingen mening fra dette ståstedet. Hvis det var et Big Bang/ Det Store Smellet, måtte noe eller noen (Gud) gjøre smellet. Materie er ikke i stand til å smelle, fordi den er livløs. Atom-bomben er bare farlig når et bevisst vesen trykker på knappen.

Er det mulig for materie å utvikle seg tilsynelatende ut av bevissthet, hvis vi bringer ignoranse i ligningen. Bevissthet er grenseløs. Det betyr at den har alle krefter. Hvis den ikke har kraften til å glemme hva den var ville den ikke være grenseløs. Ignoranse derimot, er ikke grenseløs, som betyr at den slutter når kunnskapen åpner. Når, enten gjennom en tilfeldig åpenbaring eller gjennom en yogapraksis (chitta vritti nirodha) eller gjennom Vedanta pramana (kunnskapsmiddel), opererer ikke sinnet lengre, som ens eget kunnskapsmiddel, men sover ikke, **det er klart at det er ingen skapelse, den er bare en sinnsprojeksjon.**

Når du starter i maya og tar verden for å være virkelig og du sporer tilbake til begynnelsen, kan du ikke løse forholdet mellom bevissthet og materie, fordi den som gjør granskingen, intellektet er i maya. Den presenterer seg som begrenset i kunnskap (avidya, ignoranse). Slik at den ikke kan forstå ens egen årsak, som er grenseløs bevissthet. En lypære skinner, men den opplyser ikke elektrisiteten som er blitt transformert inn i lyset til pæren. Men når ignoranse er fjernet, kan **intellektet, som egentlig er bevissthet hele veien, se klart at det ikke er en virkelig skapelse. Den er mithya, tilsynelatende.**

Er Dualitet Virkelig?

Dualitet er ikke ikke-eksisterende. Det er enkelt og greit ikke virkelig, selv om den viser seg tilsynelatende virkelig for våre sanser. Når jeg ser et tre for eksempel, ser det ut til å bli et erfarende objekt lokalisert i tid og rom borte fra meg. Kvantefysikk, imidlertid, er uenig. Den sier at objektene som virker å være borte fra oss er ikke der som de viser seg å være. De er projisert av våre sanser. For å komme til denne konklusjonen, bruker den instrumenter til å måle atferden og bestanddelen av objektenelementene, og slutning for å fjerne dem.

For eksempel, kan du fjerne en skjorte ved å se på den fra nivået av bomullen som er dens bestanddel. Du kan eliminere bomullen ved å se det fra ståstedet av elementærpartiklene den er laget av, fra atomer og ned til bosons. Du kan løse opp det mest subtile bestanddel til rom, som den viser seg i. Derfor er objekter bare tomt rom, som viser seg som solide objekter. De er ikke virkelige, som betyr at de viser seg og forsvinner. Objekter ser ut til å eksistere når de tilsynelatende viser seg og de ser ut til å slutte å eksistere når de ikke gjør det. Faktumet er at alle objektene, som viser seg igjen betyr at de ikke egentlig forsvant; de var tilstede underbevisst, men uten at individet erfarte det. Når de viser seg til individet, viser de seg som tanker, som er gitt navn.

Dualitet er objektserfaringene borte fra meg, og ikke-dualitet er kunnskapen om at objektene er ikke separat fra meg. De er ikke separate, fordi objekter er bare tanker. Tanker er kunnskap, og kunnskap er den observerende bevisstheten, fordi du kan ikke ha tanker med mindre du er bevisst. Når du er død, tenker du ikke.

Igen, forteller kvantemekanikk oss at materielle objekter, som våre sanser forteller oss ikke endrer seg, er i kontinuerlig endring. Med en gang vi krysser bindingen av det såkalte virkelige og kalkulerte objektverden, den tilsynelatende solide materievirkeligheten viker plassen for mer og mer subtile energier, som ikke kan bli målt nøyaktig og hvor kommer de fra? Vitenskap kaller det for enhetsfeltet. Vedanta kaller det for ikke-dualistisk bevissthet, Selvet, Eksistensens substans. Den tilsynelatende begrensede bevisste entiteten jeg tror jeg ikke er forskjellig fra den.

Kan vi stole på at våre sanser forteller oss sannheten?

Donald Hoffman hevder at selv om vi bør ta våre persepsjoner seriøst, bør vi ikke ta dem bokstavelig. Hvordan er det mulig at verden vi ser ikke er objektiv virkelighet? Og hvordan kan våre sanser være nyttig hvis de ikke kommuniserer sannheten? Hoffmann stiller disse spørsmålene og svarer på dem og andre i boka si.

Helt siden menneskeheten har gått på jorden, har naturlig seleksjon favorisert persepsjon, som gjemmer sannheten og veileder oss gjennom nyttige handlinger, former våre sanser til å holde oss i live og reproducere. Vi observerer en bil i fart og går ikke foran den: Vi observerer muggsopp på brød og spiser det ikke. Disse inntrykkene er ikke objektiv virkelighet. Som et mapppeikon på skrivebordsskjermen er et nyttig symbol istedenfor en ekte representasjon over hva en datamaskins fil ser ut. Vi ser at objekter hver dag bare er ikoner, som tillater oss å navigere i verden forsiktig og praktisk.

Implikasjoner av virkeligheten i denne oppdagelsen er stor. Fra å undersøke hvorfor moteklærdesignere skaper klær som gir illusjonen av en mer attraktiv kropp til å studere hvordan bedrifter bruker farge til å fremkalle spesifikke følelser hos forbrukere, og til og med demontere oppfatningen om at romtid er objektiv virkelighet. Boka til Hoffmann, «The Case Against Reality» våger å stille spørsmål ved alt vi trodde vi hadde kjennskap til om verden vi ser.

Hologram og Holografisk Prosjeksjon nevnt av vitenskapsmenn

Utdrag fra Rupert Sheldrakes bok Morfisk resonans om emnet hologram eller holografi hvor han nevner David Bohm:

Den mest populære analogien for distribuert lagring av hukommelse er holografi, en form for linsefritt fotografi hvor interferensmønstre lagres som hologrammer, som igjen kan rekonstrueres til det opprinnelige bildet i tre dimensjoner. Hvis en del av hologrammet ødelegges, kan likevel hele bildet rekonstrueres fra det som er igjen, men med dårligere oppløsning. Helheten er tilstede i hver enkelt del. Det kan høres mystisk ut, men det grunnleggende prinsippet er enkelt. Når du ser utover, tar øynene inn prøver av lys fra alle deler av landskapet foran deg. Lyset som absorberes av øynene, er bare en liten del av det lyset som er tilgjengelig, og likevel ser du alt rundt deg. Hvis du flytter deg noen meter, kan du fortsatt se alt fra der du står, selv om øynene nå plukker ut lysbølger fra et annet sted. På lignende måte er helheten foldet inn i hver del av hologrammet. Slik er det ikke med et vanlig fotografi; river du vekk halve hologrammet, kan du fortsatt gjen-skepe hele bildet.

Men hva hvis holografiske bølgemønstre ikke får minnet til å lagres i hjernen i det hele tatt? Pribram kom senere til denne konklusjonen. Han tenkte da på hjernen som en bølgeform-analysator heller enn som et lagringssystem og han sammenlignet den med en radiomottaker som plukker opp bølgeformer fra den implikate orden og dermed gjør dem eksplikate. Dette aspektet av Pribrams tenkning var inspirert av David Bohm, som tenkte seg at hele universet kunne være holografisk, i den forstand at helheten var foldet inn i hver del.

Ifølge Bohm er den observerte eller manifeste verden den eksplikate eller utfoldte orden, og denne fremstår fra den implikate eller innfoldte orden. Bohm tenkte seg at den implikate orden bærer på en form for minne. Det som skjer ett sted, blir introjisert eller injisert i den implikate orden, som potensielt er til stede overalt. Når så den implikate orden folder seg ut til den eksplikate orden, vil dette minnet påvirke det som skjer og gi prosessen egenskaper i likhet med morfisk resonans. Med Bohms ord vil hvert øyeblikk inneholde en projeksjon av re-injiseringen av tidligere øyeblikk, som utgjør et slags minne, slik at dette resulterer i et generelt motstykke til tidligere former.

En gang i fremtiden kan morfisk resonans være innarbeidet i en utvidet versjon av kvanteteorien, noe Bohm også antydte. Ingen av oss vet i dag. Hvordan kan morfisk resonans forklares? Er et åpent spørsmål. I lys av debatten om hvorvidt det finnes hukommelsesspor, kan vi spørre om morfisk resonans eller minnet i en implikat orden stemmer bedre overens med kjensgjerningene enn sporteorien.

Sporteorien sier at hukommelse lagres materielt i hjernen, f.eks. som kjemikalier i synapsene. Alternativet er resonansteori, hvor endring overføres ved resonans fra lignende mønstre i fortidig aktivitet. Vi går ikke rundt med minnet i hodene våre, derimot tuner vi oss inn, stiller oss inn på oss selv i fortiden. Resonans i minne og hukommelse

inngår i en mye videre hypotese. Hypotesen om morfisk resonans ser for seg en resonans av vibrerende aktivitet i alle selvorganiserende systemer, på tvers av rom og tid. Morfisk resonans underligger vaner i vid forstand, vaner av krystallisering og proteinfolding. Den ligger også bak arvelighet av morfogenetiske felt og instinktiv atferd. Den har en sentral rolle i læring og overføring av læring. Morfisk resonans gir oss en ny måte å se hukommelse på. Det er minst fem slags erindring eller hukommelse: tilvenning eller vanedannelse, sensibilisering, atferdshukommelse, gjenkjennelse og gjenkallelse.

Morfisk resonans - oppsummert går denne hypotesen til Sheldrake på:

1) Selvorganiserende systemer, inkludert molekyler, celler, vev, organer, organismer, samfunn og sinn eller mentale strukturer, er vevet og sammensatt av hierarkier eller holarkier av holoier eller morfiske enheter. På hvert nivå er helheten mer enn summen av delene, og disse delene er selv helheter sammensatt av deler.

2) Helheten på hvert nivå er avhengig av et organiserende felt klart et morfisk felt. Dette feltet er inni og rundt det systemet det organiserer; det er et vibrerende mønster av aktivitet som interagerer med systemets kvante- og elektromagnetiske felt.

Den felles betegnelsen morfisk felt inkluderer:

- a) Morfogenetisk felt som former utviklingen til planter og dyr.
- b) Adferds- og sansefelt som organiserer bevegelser, faste handlingsmønstre og instinkter hos dyr.
- c) Sosiale felt som forbinder og koordinerer adferden til sosiale grupper.
- d) Mentale felt som ligger bak mental aktivitet og former sinnets vaner.

3) Morfiske felt inneholder attraktorer (mål) og chreoder (tilvante adkomstmuligheter til målene), som guider systemet til angitt tilstand, opprettholder dets integritet og stabiliserer det vis-a-vis forstyrrelser.

4) Morfiske felt formes gjennom resonans fra alle lignende tidligere systemer, og inneholder derved en samlet kollektiv hukommelse. Morfisk resonans betinges av samsvær og svekkes ikke av avstand i tid eller rom. Morfiske felt er lokale, inni og rundt systemene de organiserer, mens morfisk resonans er ikke-lokal.

5) Morfisk resonans innebærer en overføring av form eller innform-ering, fremfor en overføring av energi.

6) Morfisk felt er sannsynlighetsfelt, på samme måte som kvantefelt, og de virker ved å prege mønstre inn i ellers vilkårlige hendelser i systemer under deres innflytelse.

7) Alle selvorganiserende systemer er influert av selvresonans fra deres egen fortid; en fortid som spiller en sentral rolle i å opprettholde halonets identitet og kontinuitet.

Denne hypotesen lar spørsmålet stå åpent om hvordan morfisk resonans faktisk virker. Det er flere muligheter. En er at overføring av informasjon skjer gjennom det fysikeren David Bohm formulerte som den implikate orden. Den implikate eller innfoldte orden er utspring for den verden vi kan observere - den eksplikate eller utfoldte orden - hvor ting er lokalisert i tid og rom. I den implikate orden er alt innfoldt i alt, ifølge Bohm.

Eller: Resonans kan skje gjennom kvantevakuumfeltet, også kjent som nullpunktenergifeltet, som formidler alle kvante- og elektromagnetiske prosesser.

Eller: Systemer som ligner hverandre, kan være forbundet gjennom skjulte ekstra dimensjoner, som finnes i streng- og M-teori.

Eller: Kan hende morfisk resonans må spores gjennom nye former for fysikk vi ennå ikke kjenner noe til. Denne hypotesen er i høy grad testbar, og forskningsmateriale fra mange kanter støtter allerede opp under den.

Morfisk resonans og naturlover – Intervju med biologen Rupert Sheldrake

– Det folk særlig forbinder med deg er ellers din teori om morfologiske eller morfogenetiske felt. Hva er egentlig det?

– Den grunnleggende ideen er at det finnes en form for hukommelse i naturen. Det jeg mener er at universet, som er radikalt evolusjonært, ikke er styrt av faste lover som var på plass allerede under the big bang, som er den konvensjonelle antakelsen. I stedet for lover har naturen vaner som utvikler seg. Det må derfor finnes en type hukommelse i naturen. Det jeg foreslår er at det i alle ting, som i krystaller, molekyler, planter, dyr eller samfunn, finnes et organiserende prinsipp, som jeg kaller et morfisk felt, og som gjør helheten til noe mer enn summen av delene. Morfiske felt har å gjøre med form eller organisering. Ordet kommer fra gresk og betyr form. I biologi kalles det morfogenetiske felt. Morfogenesis, betyr genesis av form, skapelse av form, eller formens tilblivelse. De styrer planter og dyrs form. En annen type morfiske felt er atferdsfelt, som organiserer dyrs atferd og organisasjonen av nervesystemet. Mentale felt organiserer sinnets aktivitet. Alt dette er ulike morfiske felt. Fiskestimer og flokker av fugler er avhengige av sosiale morfiske felt. Feltene har en iboende hukommelse, gitt av morfisk resonans, som er en påvirkning på tvers av tid og rom, fra lignende systemer i fortiden. Det finnes dermed en kollektiv hukommelse hos alle arter, som så individer bygger på og bidrar til. Dette er en måte å forstå naturens vaner og utvikling.

Det er en teori som kan testes, noe som også er blitt gjort. Eksperimentene har så langt stort sett gitt støtte til teorien. Støtten er ikke overveldende, for det er ikke gjort så mye

forskning. Jeg mener likevel at forskningen så langt viser at dette er en rimelig måte å se på ting, og en bedre måte å se på ting enn det gamle dogmet om at naturlovene er faste. Det er nemlig en påstand som ikke er støttet av vitenskapelig data. Forsvarerne av ortodoks vitenskap forsvarer vanligvis ikke deres synspunkt. De tar det bare for gitt. Hvis man starter en diskusjon om hvorvidt regelmessighetene i naturen utvikler seg eller om de er basert på faste lover, så klarer de ikke å gjøre det særlig godt, hvis de prøver å forsvare deres synspunkt basert på vitenskapelige data. I beste fall står man igjen med dette som et åpent spørsmål. Jeg mener at den vitenskapelige evidensen går i retning av teorien om morfisk resonans.

Blant de ti vitenskapsdogmene er flere avhengige av dogmet om faste naturlover. Dogmet om at biologisk arv er helt materielt, gjennom gener og epigenetisk modifikasjon og noen andre mekanismer, utfordres gjennom ideen om morfisk resonans. Konvensjonell genetisk teori sliter på grunn av at det viser seg at for de fleste menneskelige karakteristikk så fremstår genene som bestemmende for 5 %, og ikke 80 %, som folk inntil nylig trodde var tilfelle.

Dogmet om at hukommelse er lagret i hjernen er også utfordret av morfisk resonans, siden hjernen fremstår mer som en slags TV-antenne, mens hukommelse dukker opp på tvers av tid og rom, heller enn å være lagret som kjemiske spor i hjernen. Ingen har vært i stand til å finne disse hukommelsessporene i hjernen. Konvensjonell neurovitenskap har mislykkes totalt i forhold til dette. Det er forståelig at de har mislykkes, for de ser etter noe som ikke finnes.

Ervin Laszlo nevner også dette om David Bohm og hans teorier om holofelt eller implikate orden i boka Revolusjonen i Vitenskapen på s.36 og 37:

Den utradisjonelle fysikeren David Bohm var blant dem som ikke ville godta kvantenes underlige oppførsel som noen fullstendig beskrivelse av virkeligheten. Hans teori om skjulte variabler sier at utvelgelsen av kvantets tilstand ikke er vilkårlig, men styrt av virkelige, men dypereliggende fysiske prosesser. En pilotbølge han kaller for kvantepotensialet «Q» utgår fra et dypere lag i universet, som vi ikke kan observere. Pilotbølgen styrer partikkelen og den oppførsel vi observerer. Det vil si at det bare er på overflaten partikkelens oppførsel er merkelig og ubestemt, på et dypere nivå er den bestemt av kvantepotensialet. Kvantetilstanden er en klassisk bestemt tilstand, styrt av en klassisk, men i seg selv ikke-observerbar fysisk prosess.

Bohm kalte dette dypere nivå av virkeligheten for den implikate eller innfoldte orden et holofelt hvor alle kvantetilstander er permanent innkodet. Vår observerbare virkelighet utgår fra dette feltet som kontinuerlig utfoldelse og blir til den eksplikate eller utfoldete orden.

«Relativitet- og kvanteteorien er enig i at de begge impliserer behovet for å se på verden som en udelt hele, hvor alle universelle deler, inkludert den som observerer og hans instrumenter, slår sammen og forener i en totalitet. Denne nye formen av innsikt kan kanskje bli kalt for Udelt Hele i flytende bevegelse. Dette synet impliserer at flyten er, på en eller annen måte forut for tingene som kan bli sett til å forme og oppløse i flyten. I denne flyten, er ikke sinnet og materie separate substanser. De er heller forskjellige aspekter av den ene hele og ubrutte bevegelse.»

- David Bohm

Vitenskap åpen for konseptet om hologram og holografisk projeksjon

Utenom David Bohm, da han levde, så er det i dag ulike Vitenskap og ikke-dualitetkretser hvor det er åpenhet av noen vitenskapsmenn om holografisk projeksjon som analogi i sin vitenskapelige kunnskap, som omhandler kosmologi, ren potensiale fra det kausale og kvantefysikk. Det er kontroversielt, men jeg nevner noe her for å vise at det er noen som er inne på noe elementer her, som er i samsvar med Vedantaundervisningen.

Overlappingen (ren potensiale) av kvantemekanikk, overlapper oppå seg selv dette hele universet av ting og vesener. Den er alene selvobservasjon som forestiller seg dette universet. Det er ingen «big bang», men en stor drøm. Vi er ikke rollefigurene av dette hologrammet, men drømmeren i seg selv, den ene potensielle som forestiller og oppfatter seg selv i dette. Nyt spillet.

Paralleller mellom nåværende tankemodeller av holografisk prinsipp i fysikken, Vedaene og Vedanta

Teknisk sett, er Maya det materielle aspektet av grenseløs bevisst eksistens (Brahman). Med andre ord er den aspektet av grenseløs bevisst eksistens, som har kapasitet til å manifestere objektive fenomener. Ikke alle objektive fenomener har fysisk egenskap, men selv ideer og følelser har definitivt kvaliteter som ikke bare skjelner dem fra andre ideer og følelser, men mer nøyaktig, presenterer dem som gjennomsiktede entiteter inni grenseløs bevisst eksistens. Ting som materialiserer seg inni grenseløs bevisst eksistens med andre ord.

Ifølge Vedisk kosmologi, viser de subtile elementene seg først (hvor vi kan referere til Shakespeare sine ord, som stoff hvor drømmer er laget av). Bare som et resultat av en prosess kalt for panchikarana, som involverer blanding av de fem subtile elementene. Siden vi vanligvis likestiller det materialistiske med fysisk egenskap, er det Vediske synet at til og med subtile nivåer er materielle, og ikke det fysiske. I denne forstanden kan vi si at alt som er begripelig eller tenkelig er materiell.

Isvara (Det Totale Sinnet) er enkelt og greit navnet vi gir til den tilsynelatende begren-

sete virkningen som Maya har på den grenseløse bevisste eksistensen. Først og fremst kan vi si at disse virkningene er å overgi den grenseløse bevisste eksistensen, som er uten kvaliteter eller karakteristikk, som allvitende, allmektig og allestedsnærværende. Eller se det på en annen måte at det er Maya sin opprinnelige virkning å projisere det kollektive dharma (fysiske, psykologiske og etiske lover) som er personifisert, som Isvara, som utgjør den strukturelle planen og leverer årsak og virkning funksjonen av manifestasjonen.

Det er ingen grunn til eksistensen av Maya. Vi vet ikke hvorfor Selvet/ Bevissthet har inni seg kapasiteten til å manifestere. Alt vi vet er at manifestasjonen er et unektelig faktum. Den kan likevel ikke fremdeles være konsekvensen av en intensjon eller handling på den delen, som er helhetlig upersonlig, ikke-kvaliteter og på grunn av dens alt-gjennomtrengende og perfekte helhet, er den ikke kapabel til å prestere en handling. Selv om Vedisk kosmologi påstår det uforklarlige aspektet av det grenseløse bevisste eksistens, som er ansvarlig for den tilsynelatende ubegripelige eksistensen av både subtile og grove erfaringsvirkeligheter.

Et Fraktal-Holografisk Univers teori

Haramains modell synes å oppnå det ingen tidligere modeller har klart, nemlig foreningen av Fysikk på tvers av mikro-og makro-kosmisk skala. I hele den moderne fysikkens historie har dette vært en Hellig Gral: å integrere Gravitasjonskraften, som opererer på makrokosmisk skala, med de subatomiske kjernekreftene og det Elektromagnetiske kvantefeltet. Med denne foreningen blir vi i stand til å redegjøre for alle kosmiske fenomen analogt, fra atom til univers, inklusive kompleksiteten av biologisk liv og den menneskelige bevissthet. Der tidligere forsøk har kommet til kort, og skapt uhensiktsmessig innviklede lappverk av matematiske formler, mestrer Haramains modell oppgaven i en enkel vending.

Med noen få grunnleggende endringer i vår konvensjonelle fysikk presenteres en forenklet, elegant forståelse av den underliggende geometrien i vårt univers, og, som forventet av en Forent Feltteori, samler den de mange ulike grener av vitenskapene under et felles tre og inviterer oss til å revurdere dem fra et helt nytt perspektiv. Her følger en kort introduksjon til grunnprinsippene i den fraktal-holografiske modellen.

Hva menes med fraktal-holografisk?

Fraktal betyr ganske enkelt at det samme grunnleggende mønsteret repeteres på alle skala. Fraktaler er vanlige i naturen og gjør seg spesielt synlig i organisk vekst og i krystalliske former.

Holografisk betyr at helheten er representert i alle punkt av et gitt system. F.eks. i et holografisk fotografi har hvert eneste punkt av den holografiske platen informasjon om hele det avfotograferte objektet lagret i et interferensmønster skapt gjennom lysbølger. Flere modeller innen moderne kosmologi forsøker å beskrive universet som holografisk.

99 % av universet sin substans inneholder rom. Det er verdt å nevne at det matematiske

prinsipp av teoriene til Haremeim er i samsvar med prinsippene, som er kjent som hellig geometri, som har blitt bevart gjennom arkitektur, symboler og skrifter forbundet med kulturer og sivilisasjoner: Antikkens Egypt, Kina, Mayaene og Hebreerne (Israel, Palestina).

Fraktal-holografisk univers teori indikerer at alt i universet er forbundet, fra den største til den minste skala, gjennom en forenet forståelse av gravitasjon. Istedenfor å være et tomt tomhet, viser rom å være en usynlig basseng av potensiell energi, som egentlig er kilden til det materielle universet. Med andre ord, det demonstrerer at det er rom som definerer materie og ikke materie, som definerer rom.

Grunnlaget av teorien er at svarte hull er overalt og alt. Alle materielle former, fra det minste identifiserbare biter til de store kosmiske fenomener, er derfor essensielt svarte hull. Vi viser oss kontinuerlig og forsvinner ved lysets hastighet, slik at halve tiden er vi et vakuum laget av 64 teatrede-blokker, som er sortert på en slik måte at et min svart-hull er skapt rett av senteret i hvert blokk.

Dessuten, er hele det observerbare universet innvending av et stort svart hull og, derfor en singularitet. Den doble torus-strukturen av vakuumet er essensielt til teorien. Ideen er at universet er et spinnende tre-dimensjonalt fraktal-holografisk uendelig begge veier. All materie dukker opp, former vakuumet rommet og vender tilbake til vakuumet/ rommet i en uendelig syklus.

Implikasjonen av denne tilknyttede universteorien er at det bare er fordi vi oppfatter rom som noe tomt at vi ikke ser den underliggende forbindelsen mellom alle ting, den enestående substansen som utgjør den ikke-dual naturen av det materialistiske universet.

Dr. Jude Currivan er en kosmolog og futurist om boka Kosmisk Hologram

Hun har forsket på virkelighetens natur hele sitt liv. Hun har studert fysikk i Oxford Universitetet hvor hun har spesialisert seg i emner som kvantefysikk og kosmologi. I tillegg har hun doktorgrad i arkeologi i Universitetet i Reading. Hvor hun har forsket på antikke kosmologier. Hennes siste bok Kosmisk Hologram - Informasjon i Skapelsens Sentrum kom ut i fjor. Den handler om:

Å utforske hvordan informasjon er mer fundamental enn energi, materie, rom eller tid så undersøker Currivan den siste forskning på mange felt av studier og mange eksistens-skalaer for å vise hvordan vårt Univers er in-formert og holografisk manifestert. Hun forklarer hvordan fraktal informasjonelle mønstre som veileder atferden på det atomiske-nivået til å også veilede galaktiske klynge-strukterer i rommet.

Hun viser hvordan byer utvikler seg i samme in-formasjonelle måter galakser utvikler

seg og hvordan dynamikken in-formasjonelle former, som gjennomtrenger økosystemer er identiske til informasjonelle strukturer av Internett og vår sosial atferd.

Hun utforsker også hvordan bevissthet forbinder oss til mange lag av universelle informasjon, som gjør oss til en slags medskapere av kosmisk hologram av virkeligheten. Hun utforsker hvordan det kosmiske hologrammet er underliggende i den sanne opprinnelse av raser og vår evolusjon.

Stephen Hawking: Hva skjer inni svarte hull er som et Hologram, Science Vibe – November 29, 2015

Stephen Hawking presenterte en ide på en pressekonferanse i Stockholm 25. august 2015, og forklarte hva som skjer hvis alt falt inni svarte hull. Informasjonen som faller inn i et svart hull må bli lagret et sted, hvis ikke ville det bryte en kvantemekanikk-lov.

Hawking sa at informasjon om hva som er inni et svart hull er projisert på kanten av svarte hullet, også kalt for bak horisonten, i et hologram. Han sa hans nye løsning anvendes til hvert svarte hull i universet, og har løst det gamle paradokset, som fysikere møter. Andre fysikere har vært reservert, og sier at hans ide er fengslende, men trenger mer bevis.

Hvis du faller inn i et svart hull, vil du dø. I svarte hull, er gravitasjon så ekstremt sterkt, selv ikke lys kan unnsnippe dem. Men vitenskapsmenn lurte på om det ville være noe igjen, som aske: Kan beviset være at med en gang du har eksistert kommet ut av svarte hullet? På 70-tallet viste Hawking at svarte hull omsider var i ferd med å slippe opp for energi og dø. Og når det skjer, antar vi at all informasjon lagret inni må bli borte. Men dette vil gå imot kvantemekanikklovene: informasjon kan ikke bli borte.

Holografisk prinsipp og Skyggen som binder

Slik er menneskekroppen, og det er også kosmiske kroppen

Slik er menneskesinnet, og det er også kosmiske sinnet

Slik er mikrokosmos, og det er også makrokosmos

Slik er atomet, og det er også universet

Upanishadene

I Platons hulelignelser er fanger lenket inni en hule, istand til å se på bare skyggene, som er kastet på veggen av dukkespillere, som står foran bålet bak dem. For fangene, er skyggene og ikke de virkelige objektene som kaster disse skyggene, det som representerer hele virkeligheten.

Det er bare når fangene er sluppet løs fra hulen at de forstår den sanne virkelighetsnaturen, som de kaller en bok eller en mann nettopp bare var skygger av de virkelige objektene som projiserte på en vegg.

Platons poeng er at selv for oss, utenfor hulen, kan vi ikke oppfatte virkeligheten nøyaktig. For eksempel, kan vi forvirre navnet eller bilde av et objekt i vårt sinn med et egentlig objekt i seg selv.

Fysikere begynner imidlertid å se skyggene, som de som ble erfart av Platons fanger, at de kan være en mye mer nøyaktig representasjon av virkelighet enn det filosofene realiserte og kunne hjelpe å binde sammen tidligere ubundet fysikk-konsepter, som romtid, gravitasjon og kvantesammenfiltrering.

Denne realiseringen stammer fra Det Holografiske Prinsippet, et konsept foreslått på 1990-tallet av en gruppe teoretiske fysikere, som inkluderte Gerardus 't Hooft og Leonard Susskind. Deres påstander var at all informasjon rommet inni et romområde kan være representert på grensen av det området. Slik at innholdene av et tredimensjonalt rom ville være beskrevet på den to-dimensjonale grensen, som former grensen av det rommet.

Hvis dette er vanskelig å forestille seg, se for deg et rom hvor veggene er dekket i speil. Den fullstendige informasjonen om de tre-dimensjonale objektene inni rommet er tilstede i deres to-dimensjonelle refleksjoner, hologrammer eller skygger, i speilene. Det betyr at du egentlig kan rekonstruere disse objektene basert på deres refleksjoner.

Det Holografiske Prinsippet stemmer også for et fem-dimensjonalt romtid med dens informasjon representert i fire dimensjoner på dens egen grense. På denne måten er vår verden et fire dimensjonalt skygge på veggen av den fem-dimensjonale hulen. Hvis du beveger deg bort fra veggen hvor vår virkelighet eksisterer, entrer du en femte dimensjon.

Men dette konseptet har et enda mer viktig mål i fysikk enn bare å overvelde sinnet. Fysikerne har også funnet ut at det holografiske prinsippet kan hjelpe å binde sammen kvantefysikk med gravitasjon. Denne forbindelsen involverer kvantesammenfiltrering, den merkelige forbindelsen som spesifikke partikler fortsetter å dele selv om de er separerte på store avstander.

Essensielt sett, dukker romtid og gravitasjon fra kvantesammenfiltrering alt gjennom holografi-kraften. Ved å være villedet om virkelighet, som i Platons hule, er disse skyggene egentlig tråder, som binder sammen noe av de store sider av moderne fysikk, og peker mot en dypere forståelse om virkelighetens natur.

I en artikkel jeg skrev til Vitenskap og Ikke-dualitet, som het Kvantesammenfiltrering og Ormhull nevnes dette blant annet.

«Kristan Jensen ved Victoria Universitet i Canada og Andreas Karch fra Washington Universitet i Seattle antok at det 3 dimensjonelle rommet hvor kvarker (en av de minste byggesteinene i naturen vi kjenner i dag) er bosatt er en hypotetisk grense av 4 dimensjonell verden. I dette 3 dimensjonelle rommet, er sammenfiltrerte paret forbundet med en slags tankemessig streng. Men i dette 4 dimensjonelle rommet, blir strengen et ormehull.

Julian Sonner ved MIT i Cambridge bygger på Karch og Jensen sitt arbeide. Han observerte at et kvarke-antikvarke par, som kom ut produserte et sterk elektrisk felt, som sender den til den motsatte ladete partikkelen, som akselererer i motsatte retninger. Sonner fant også ut at den sammenfiltrerte partikkelen i 3 dimensjonelle verden er forbundet med ormehuller i den 4 dimensjonelle verden.

For å komme frem til dette resultatet, brukte Jensen, Karch og Sonner det såkalte holografiske prinsippet, et konsept skapt av Maldacena, som påstod at en kvanteteori med gravitasjon i et gitt rom er tilsvarende til en kvanteteori uten gravitasjon i et rom med en mindre dimensjon, som utgjør den originale rommets grense. Med andre ord, er svart hull inni 4 dimensjonalt rom og et ormehull mellom dem er matematisk tilsvarende til deres holografiske projeksjoner, som eksisterer på grensen i den 3 dimensjonen.

Disse projeksjonene er essensielle elementærpartikler, som fungerer ifølge kvantemekanikk-lovene uten gravitasjon og en streng som binder dem. Ormehullet og det sammenfiltrerte paret lever ikke i det samme rommet, men de er tilsvarende matematisk.

Susskind og Maldacena argumenterte for at de originale kvantepartiklene er bosatt i et rom uten gravitasjon. I et forenklet gravitasjonsfri tredimensjonal modell av vår verden, kan det ikke være noen svarte hull eller ormehull. Susskind tillegger at forbindelsen mellom et ormehull og sammenfiltrering i et høyere dimensjonalt rom bare er en matematisk analogi. Ormehullet og sammenfiltreringens likeverd gir bare mening i en teori med gravitasjon.

Imidlertid, sa Karch og hans kollegaer at deres beregninger er et viktig første steg for å verifisere Maldacena og Susskind sin teori. Deres leke modell uten gravitasjon gir en konkret realisering av ideen om at ormehull geometri og kvantesammenfiltrering kan være forskjellige manifestasjoner av den.

Professor Skendereis kommenterer dette i en artikkel om holografi:

«Holografi er et stort sprang framover på den måten vi tenker om strukturen og universets skapelse. Einstein sin relativitetsteori forklarer veldig bra nesten alle store skalaer i universet, men starter å løse seg opp når en undersøker dens opprinnelse og mekanismer på kvantenivå. Vitenskapsmenn har jobbet i tiår for å kombinere Einstein sin gravitasjonsteori og kvanteteori. Noen tror konseptet av et holografisk univers har potensialet til å forsone disse to. Jeg håper vår forskning tar et nytt steg mot dette.»

Fra Magasinet Visjon 1-2019 om holografi, kvantefysikk, helheten og universets flyt

Noen kvantefysikere konkluderer med at universet er holografisk oppbygd. Hvis det stemmer, er dette en revolusjon i vår bevissthet som det vil ta lang tid for oss mennesker å ta på alvor og integrere. Holografi er at helheten kan leses i den enkelte delen. Universet må ses som en sammenhengende helhet og ikke som en samling av atskilte deler. På samme måte som bølgene ikke kan ses atskilte fra havet, kan ikke delene som det hele består av, eksistere atskilt fra helheten.

David Bohm var en svært anerkjent kvantefysiker. Myriadene av ting, alt som finnes, mente Bohm, synes å være deler av en sømløs og ubegrenset helhet av vibrasjoner og bølgelengder hvor alt flyter i et samspill, som bevegelsene i en strøm av vann. De enkelte delene har ikke en mekanisk, men en organisk forbindelse, som betyr at de utvikler seg i sammenheng med helheten, i relasjoner med andre.

Sitat av Lao Tzu: «Uten å gå ut av huset mitt, er jeg kjent med hele universet». Det kan tolkes som at han intuitivt hadde fanget opp holografien.

Å få avklart hva bevissthet er, er helt avgjørende for vår selvoppfattelse og forståelsen av livet. Fysiker og nobelprisvinner Max Planck mente at materien, den fysiske verden er en virkning av bevissthet. Kvantefysikere har nå fortalt oss at alle såkalte tomrom mellom partiklene slett ikke er tomme, men smekk fulle av energi. Dette ble lagt til side i flere tiår fordi det var uforståelig, helt til Bohm konkluderte med at det var bevissthet i tomrommene, deler av en større bevissthet.

Ifølge fysikere som er tilhengere av et holografisk verdensbilde, er vi en slags mottakere som flyter gjennom en kaleidoskopisk flom av bevegelse og frekvenser. Helheten finnes i alle deler og atskillelse finnes ikke. Vår opplevde virkelighet er illusjoner, som vi selv former ved at vi tolker en flyt av frekvenser. Den holografiske hjernen vår er god på lyn-rask dechiffrering og tolker denne flommen eller flyten. Universet synes logisk å by på ubegrensede, og for oss ufattelige muligheter for opplevelser ut fra vår bevissthet, som er i stadig endring.

Edgar Mitchell – kvanteholografisk formalisme

I 2007 var sjettemann på månen, Edgar Mitchell, i Oslo. Etter måneferden satte han alt inn på å utforske fenomenet bevissthet. Vi snakket med ham om virkeligheten og fremtiden. Snakket med flux forlag og de stilte interessante spørsmål:

Han har doktorgrad fra MIT og to bachelorgrader fra henholdsvis U.S. Naval Postgraduate School og Carnegie Mellon University. Han var marinepilot i Koreakrigen, men er i dag total pasifist. Etter måneturen ville han utvide vitenskapens og menneskets syn på virkeligheten, og grunnla Institute of Noetic Sciences (IONS) som utforsker bevissthetens natur.

Utveksling av informasjon

– Jeg har selv erfart at alt er forbundet med alt. Og jeg mener at vitenskapen kan bekrefte dette. Skal vi trenge inn i spørsmålet om intelligens i universet, må vi gå gjennom kvantefysikken. Hva er vårt forhold til universet? Når vi ser hubbleteleskopets bilder av rommet, tar det pusten fra oss. Vi har ingen idé om hva dette egentlig er.

– *Vår bevissthet rommer kanskje et potensiale til å trenge inn i dette. Tror du at en utvidet menneskelig bevissthet vil fjerne behovet for religion?*

– Vitenskap er fortsatt vår beste redskap for å avdekke fakta. Fakta gir oss informasjon. Men det er en helt annen sak å sette informasjonen inn i en større sammenheng og gi den mening. Når det gjelder vår forståelse av hvordan ting henger sammen og knyttes opp mot hverandre, er vi nettopp kommet ned fra trærne. Vi er svært lite kloke, men vi beveger oss fremover med de redskaper vi har til rådighet. Etter Descartes og Newton har vitenskap og religion gått hver sin vei. Å bringe dem sammen igjen, som to sider av samme virkelighet, er et skritt i riktig retning. Når vi har gjort det, kan det lede oss til noe nytt.

– *Du snakker om informasjon som semi-materie...*

– Walter Schempp oppdaget på 1990-tallet *kvanteholografisk formalisme*, en struktur for informasjon som bringer kvanteinformasjon fra atomært til makronivå. Det er et stort skritt fremover, fordi det hjelper vitenskapen til å bruke en dyademodell (både-og) istedenfor bare en dualistisk modell (enten-eller). Dette gir oss en mekanisme for informasjon vi aldri har hatt før. Informasjon fra kvantenivå bringes inn i vår fysiske virkelighet. Informasjon blir et bindeledd som knytter ting sammen på alle nivåer. Kvanteholografisk formalisme ser ut til å være naturens grunnleggende informasjonssystem.

– *Ervin Laszlo og enkelte andre hevder at informasjon kan lagres og hentes ut av et dypere-liggende vakuumfelt.*

– For hundre år siden oppdaget man at lyshastigheten var den samme uansett hvordan du måler den, og ut fra dette sa man at rommet måtte være helt tomt. Det er feil tolkning av riktig svar. Lyshastigheten er den samme, men at rommet dermed må være tomt er gal konklusjon. Rommet er fullt av energi, vi kaller det vakuumfeltenergi, nullpunktenergi eller «den nye eter». Materie og antimaterie popper inn og ut av virkeligheten gjennom kvantefluktuasjoner. Materien skriver seg fra den underliggende kvantedyna-

mikken. Det såkalte nullpunktfeltet eller akashafeltet, som Laszlo kaller det, har mange egenskaper vi ikke skjønner. Jeg tror for øvrig big bang er feil utgangspunkt. Men enten det er feil eller ikke, blir energi og materie skapt fra dette underliggende feltet, med kvantefluktuasjoner i det vi kaller vakuum-energi.

Pionerer i kvantefysikken var interessert i Vedaene og Vedanta

Erwin Schrödinger, Werner Heisenberg og Niels Bohr var alle interessert i å studere Vedaene og Vedanta. De flørtet med Vedanta for å si det sånn og gikk ikke i dybden, som de studenter og lærere som følger tradisjonell Advaita Vedanta idag, men Schrödingere var absolutt en av dem som inspirerte meg til å følge Tradisjonell Advaita Vedanta og hadde et visst innblikk i hva selvkunnskapen hadde som viktig emne: Bevissthet.

Erwin Schrödinger kom ut med selvbiografien: *Hva er livet* hvor han nevnte i et kapittel at han forstod at bevissthet var grunnleggende eller essensen i alt. Og var litt kjent med konseptet maya.

Heisenberg sa «Kvanteteorien vil ikke se helt latterlig ut for mennesker som har lest Vedanta.»

Fysikeren Fritjof Capra ble intervjuet av Renee Weber i boka *Holografisk Paradigme* (side 217 -218), hvor han sier at Schrödinger hadde flere diskusjoner med Heisenberg. Heisenberg var i India og møtte Tagore. De pratet en del om indisk filosofi og at samtalen hadde hjulpet Heisenberg en del i hans arbeide i fysikken, fordi de viste han at alle nye ideer i kvantefysikken var ikke sprøe. Han realiserte at det var en hel kultur, som hadde skrevet under på lignende ideer.

Den berømte Danske fysikeren og Nobel Pris-vinner Niels Bohr fulgte Vedaene. Han sa «Jeg går inn i Upanishadene for å stille spørsmål.» Både Bohr og Schrödinger, grunnleggerne av Kvantefysikken var ivrige lesere av Vediske tekster og observerte at deres eksperimenter i kvantefysikken var samsvarende med hva de de hadde lest i Vedaene.

Når Schrödinger snakket om universet hvor partikler er representert av bølgefunksjoner sa han dette: «Enheten og kontinuitet av Vedanta er reflektert i enheten og kontinuiteten av bølgemekanikker. Dette er fullt ut i samsvar med Vedanta sitt konsept om alt er ett.»

Ifølge Walter J. Moore på side 125 av hans biografiske arbeide *Livet til Erwin Schrödinger*: «Schrödinger fant ut at Vedanta underviste at bevissthet er entall, alt skjer og spilles ut i en universell bevissthet og det er ingen flertall av selver.

Schrödinger trodde ikke det var mulig å demonstrere bevissthetsenheten av logiske argumenter. En måtte se på analogier og han forstod den ikke-materielle evige naturen av bevissthets-selvet og hvordan selvet er forbundet til det høyeste.

Vediske tekster som Bhagavad Gita og Upanishadene ble vurdert som en av de mest innflytelsesrike bøkene skrevet av personer som Thoreau, Kant, Schopenhauer, Schrödinger, Werner Heisenberg, Tesla og Einstein blant annet.

Kvantevirkelighet

Lothar Schafer møtte jeg i 2013 i San Jose, California på Vitenskap og ikke-dualitetskongress og han nevnte at han hadde utdannet seg i Oslo og i Helsinki, og bor nå i USA. En veldig morsom og hyggelig person dette. Jeg ble fasinert over boka hans - INFINITE POTENTIAL - GRENSELØS POTENSIALE. Han har god kunnskap om teoretisk fysikk og kvantefysikk.

Kvantefysikk er stedet hvor urgammel filosofi og ny vitenskap møtes, sier Lothar Schäfer. Klassisk fysikk er materialisme. Alt er forklart når det gjelder partikler i bevegelse, som adlyder Newton's lover. «I begynnelsen så formet Gud materie i solid, masse, hard og ugjennomtrengelige partikler, så veldig hardt at det ikke kan ødelegges i biter.» skrev Isaac Newton i 17 århundre.

Kvantefysikk er fysikkavdeling, som har med elementære vesentlige deler av ting: elektroner, atomer og molekyler. På nivået av disse tingene så finner vi ut at:

- 1) Grunnlaget for den materielle verdenen er ikke-materiell;
- 2) Det er en del av virkeligheten som vi ikke kan se, men det den er, er virkelig, fordi den har et potensiale til å handle gjennom oss.

I kontrast i det 20 århundrets oppdagelse av kvantefysikk så konkluderte Heisenberg at atomer og elementære partikler ikke eksisterer som enkle materielle partikler.

- 3) Virkeligheten er en udelt helhet.
- 4) Bevissthet er en kosmisk eiendom.

I Erwin Schrödingers kvantemekanikk er ikke elektroner i atomer og molekyler materielle partikler eller små baller, men gjeldende bølger. Du må tenke at disse bølgene er mønstre av informasjon eller matematiske former. Deres natur er som sannsynlighets bølger. Men sannsynligheter er dimensjonsløse numre, som ikke bærer på masse eller energi, men bare informasjon om numeriske relasjoner. Likevel så er den synlige orden av verden fastsatt av interaksjoner med disse usynlige bølgene. Deres innblanding bestemmer, for eks. hva slags molekyler eksisterer og hvordan disse molekylene påvirker hverandre i vår kropp til å holde oss i live.

I moderne vitenskap var oppdagelsen av ikke-materielle former som elementer av virkelighet en overraskelse, men den er ikke ny. Allerede i det 6 århundret så lærte Pythagoras at alle ting er numre; Og Platon trodde også at atomer var matematiske former. Som med urgamle vismenn hadde merket seg, at når vi prøver å gå materiens natur til røttene, som at nivå på atomenes innfall av materie er borte, og at vi befinner oss i en virke-

lighet av ikke-materie former.

Som ikke-materiell enheter, så er disse formene usynlige. De overskriver (transcenderer) vår erfaring, fordi det er ikke noe å se. Likevel, så er de virkelig, fordi det har et potensiale til å manifestere seg i en empirisk verden og handle i det. De former en virkelighet av muligheter i den fysiske virkeligheten, når man gjenoppfrisker Aristoteles teori om at det er tre sett av væren: Virkelig-væren, ikke-væren og mulighet-væren. Siden de transcenderer vår erfaring, så kan vi ikke vite dets presise natur av former i mulighetenes virkelighet, men det er indikasjoner på at de er bølger og at disse bølgene er indikasjoner på at de er forbundet, som bølger i et hav. For å forestille oss at det transcenderte bakgrunnen av universet er en udelt helhet, hvor alle ting og mennesker er forbundet.

Aristoteles oppfant konseptet av potensiale og ble inspirert av **Parmenides** (født 515 fvt., død 450 fvt.) var en filosof som i verseform fortalte hvordan han av en gudinne lærer opp om verdens egentlige vesen. Hans argumentasjon bygger på disse hovedpunktene: verden er en uforanderlig, evig, sammenhengende enhetlig kule og sansene som forteller oss annet, lyver. Forandringen er umulig i og med at ingenting kan bli til av ingenting. Det som er, det er. Det kan ikke ha blitt til av ingenting og ei heller slutte å eksistere.

Parmenides mener at forklaringen på den forandring og bevegelse som sansene gir inntrykk av, ligger på et rent tankemessig plan. Og dermed må være en løgn. Hos Parmenides er tomrom umulig, for det er ikke-eksisterende og ikke-eksistens kan umulig ha utstrekning.

Giordano Bruno (født 1548 og ble brent på bålet i år 1600), som var en filosof og dominikanermunk og nevnte dette om virkelighetsstrukturen: Er en sammentreff av materie og form, potensiale og handling, slik at det å være logisk delt i hva som er og hva det kan være, fysisk udelt og ett. Potensiale betyr helhet.

Niels Bohr nevnte at menneskeerfaring avslører ingenting om virkelighetsnaturen. Schaffer stiller spørsmålet om hvis observasjoner forteller oss ingenting om virkeligheten og at det betyr at virkeligheten er ikke-empirisk?

Albert Einstein sa at det var noe galt med kvantefysikken. Den er ufullstendig. Noe mangler.

I bølgeformene av molekyler så oppdager vi likeverdighet mellom det mentale og det fysiske planet. Molekyler påtar seg ingenting den ikke er tillatt å gjøre av bølgeformer i deres kvantetilstander, som eksisterer i molekyllignende system av indre bilder. Konseptet av indre bilder kommer fra psykologi. Hjernevitenskapsmannen Gerard Hüther kaller de indre bildene alt det som er gjemt bak den synlige overflate av levende vesener og som kontrollerer deres handlinger.

I kjemi, så foretar ikke et molekyl noe den ikke er tillatt av en bølgeform, et indre bilde

av en kvantetilstand. I livet, tar mennesker på seg ingenting som ikke er tillatt av sinnets indre bilde. Dette er likeverdigheten av det mentale og fysiske. Kvantefysikk viser seg som Universets psykologi. Siden indre bilder kontrollerer alle molekylære prosesser, så må de også ha kontrollert, livets evolusjon. Vi kan tenke oss at livets evolusjon er en prosess av at livsformer tilpasser seg til former i den kosmiske virkelighet av muligheter. Fra harmonien av det mentale og fysiske, så var det et lite steg til begrepet at bevissthet er en kosmisk eierskap. Det er ikke det at fysikere har sett i deres forskning bevis for en kosmisk bevissthet. Det var ikke noe uventete avsløringer, men subtile forslag, som gjorde at noen fysikere ble presset til denne konklusjon.

Ta for eksempel, fakta om at kvantebølgefunksjoner former en virkelighet av potensiale. I dette er det mer tankelignende enn tinglignende. Tanker har også et naturlig potensiale. Dine tanker er virkelig i deg, usynlig for andre, men de har et potensiale til å uttrykke seg i den empiriske verden. Hvis bølgefunksjonene av kvantetilstandene er tanker, dukker dette spørsmålet opp: I hvilket sinn eksisterer de i? På samme måte, er bølger av kosmisk potensiale av virkelighet mønstre av informasjon. Normalt, har informasjon til hensikt å være til nytte for et sinn eller en bevissthet. Men spørsmålet er: Hvilken bevissthet er involvert? Siden disse formene eksisterer i en transcendent virkelighet av universet, betyr det at det er en kosmisk bevissthet?

På denne måten så har flere pionerer av kvantefysikken konkludert med at materiale i verden er sinnsmateriale, som Arthur Stanley Eddington uttrykket det i 1930-årene. Et spesielt kraftfull argument for bevissthet som en kosmisk eiendom kommer fra David Bohms syn på virkeligheten at den er en udelt helhet. Hvis universet er en udelt helhet, som Menas Kafatos og Robert Nadeau har konkludert med, så kommer alt utifra en helhet og tilhører det, inkludert vår bevissthet. Derfor er bevissthet en kosmisk eiendom.

Som før, var fremtreden av denne ideen i fysikken en overraskelse, men ikke noe ny. Allerede på 1800-tallet lærte den tyske filosof idealisten Georg Wilhelm Friedrich Hegel at Absolutt Ånd, er hovedsakelig virkelighetsstruktur, og alt kommer ut av det og tilhører det, inkludert vår egen tenking, som til sist er tenking av kosmisk ånd, som tenker i deg. Og selv Hegel var ikke den første til å uttrykke slike synspunkter. Tusener av år før Hegel, så har indiske vismenn beskrevet at når du tar en del krukker, som er fylt opp av vann og plasserer de i solen, så er solen i hver og en av dem. Selv om det er bare en sol. På samme måte konkluderte de at bevissthet er funnet i utallig mennesker, selv om det bare er en bevissthet: kosmisk bevissthet.

Mange fysikere reagerer med sinne til slike sammenligninger. Men selv om du liker det eller ikke, beskriver kvantefysikken verden slik at det har tatt vitenskap i sentrum av urgammel åndelige læringer. For eksempel, i metafysikken til Plotinus, som levde i det 3 århundre etter Kristus, er Gud ett og verden er ikke skapelsen bare av Den Ene, men som Johannes Hirschberger beskriver det som, en utstråling av det gudommelige.

Hvert molekyl inneholder praktisk talt uendelige numre av kvantetilstander, en som er opptatt, mens andre er tomme. Kvantefysikere kaller disse tomme tilstandene virtuelle. De representerer virkelighetspotensiale i et molekyl, som fremtidens empiriske struktu-

rer kommer fra, i moderne fysikk så er alle empiriske strukturer aktualisering av virtuelle tilstander. På en forbløffende måte, ble samme uttrykk brukt av Meister Eckhart, en tysk munk og mystiker, som forklarte den empiriske verdenen. Meister Eckhart trodde at den empiriske verdenen er aktualiseringer av en usynlig orden, som han kalte for virtuell væren av ting. En må lure på hva som egentlig skjer i vårt menneskesinn når en mystiker og en gruppe av moderne kjemikere uavhengig kaller virtuell en ikke-empirisk område av virkeligheten.

De virtuelle tilstandene av molekyler er en skapelse i en område av bølger. I Kashmir Shaivism, så kommer den synlige verden ut av Spanda: subtile vibrasjoner, bølger, eller pulserende energier i det gudommelige. Som Muller-Ortega forklarer det som, Spanda er bølgene av bevissthetshavet, som uten den er det ikke noe bevissthet i det hele tatt. Må vi tro på at Schrödingers bølgefunksjoner er pulserende energier i det gudommelige? For moderne vestlig sinn er det umulig å akseptere harmonien av det fysiske, spirituelle og det mentale er en metamorfose (forvandling) av vår bevissthet trengs for å akseptere verdensbildet til den nye fysikken. Oppdagelsen av kvantefenomenet kan være tegn på at bevissthetsstrukturer går igjennom mutasjoner på en eller annen måte, som Jean Gebser har forklart flere faser av vår evolusjon. Og i et holistisk kvante univers, så kan kosmisk orden passe for en modell for menneske orden. Det er ikke noe konflikt mellom en spirituell og en rasjonell forståelse av verden, og vi kan bygge en verdensorden basert på samarbeid, ikke konkurranse, men på godhet, og ikke aggresjon.

«Virkelighet avslører seg selv hovedsakelig som ingenting annet enn potensialitet.»
- Hans Petter Durr

Noen ord fra Lothar om hans malerier, som illustrerer denne artikkelen: *«Når jeg vokste opp, så var jeg fasinert av bølger. Jeg elsket havet og hver dag så jeg bølger i elven Rhinen. Etter hvert som tiden gikk, så ble min lidenskap for bølger så intenst at jeg følte trang til å lage malerier av bølger og sjøer. Problemet med mine malerier var at bølgene, som jeg malte, kom fra overalt, inkludert himmelen. Når som helst jeg malte sjøer, så kom bølgene ut av singulære punkter i himmelen, og båtene seilte gjennom rom som fly. På den tiden var jeg ikke oppmerksom på konseptet av Spanda, de usynlige kosmiske vibrasjonene i det gudommelige, som de urgamle indiske vismennene lærte var de kreative prinsippene av universet.»*

Nå har jeg ingen tvil: Min lidenskap for bølger var behovet av Spanda i meg.

Jeg har hatt flere interessante dialoger i de siste ulike nettforaer. Og her kommer en slags konstruktiv kritikk om emnet:

«Kvantemekanikken inspirert av Vediske skrifter?»

«Svaret er ganske enkelt Nei. En historisk gjennomgang av kvantefysikkens historie gjør det helt klart at ingen slik inspirasjon lå bak de grunnleggende nyvinningene i pionertiden, eller den mest produktive fasen på 20 og tidlig 30-tall, og heller ikke vedr. forløperne i form

av Bohrs atommodell og den viktigste oppdagelsen av alle, Max Plancks oppdagelse av at energi er kvantifisert.

Når det er sagt er det et faktum at mange av kvanteteoriens pionerer fattet en interesse for Østens filosofiske tradisjoner, og Niels Bohr hadde nok stor innflytelse her, i kraft av å være en «farsfigur» for en ny generasjonen av fysikere. Men å si at kvanteteorien kom som følge av dette er å snu det på hodet: Det var snarere slik at kvanteteorien vanskelig eller umulig lot seg «forstå» med basis i en mainstream vestlig filosofisk tradisjon. For Bohr var det særlig et spørsmål om eksistensen av komplementære motsetning som følger av kvantemekanikken (f.eks. forholdet mellom en partikkels posisjon og moment), et forhold som ikke finner en tilfredsstillende forklaring i klassisk mekanikk. Han lånte imidlertid forestillingen om de komplementære størrelsene Yin og Yang fra taoismen, og inkorporerte senere dette velkjente symbolet i sitt våpenskjold da han ble adlet, sammen med mottoet «contraria sunt complementa» (motsetninger er komplementære).

Etter hvert utviklet han en virkelighetsforståelse mange fant vanskelig for å akseptere - både Schrödinger og Heisenberg følte at han på fundamentalt vis konfronterte deres verdensbilde, noe som fikk Schrödinger til å si at dersom kvanteteorien er riktig, da skulle han ha ønsket at han aldri ble fysiker; og Bohrs konflikt med Einstein er berømt. Men både Schrödinger og Heisenberg utviklet etter hvert deres egne filosofier basert på f.eks. Østens skrifter, og for Schrödinger fikk først og fremst de indiske Upanishadene en stor betydning (ikke vedaene, som trådstarter hevder). Som han skriver i sin svært leseverdige bok «Mind and Matter» følte han at han måtte velge mellom to filosofiske fundamenter som begge kunne utgjøre en adekvat forståelsesramme for kvanteteorien: Den ene var interessant nok Leibniz sin monadologi, og den andre var den som ble antydnet i Upanishadene; men fordi han ikke kunne fordra implikasjonene fra førstnevnte (slik han (miss)forsto Leibniz) valgte han Upanishadene som et mer estetisk tilfredsstillende fundament.

Ellers er jeg (stort sett) enig med de kritiske kommentarene her på tråden: New Age er en pest og en plage også i måten kvantefysikken representeres og tildels kommersialiser på (det sier jeg, som på sett og vis selv er «new-ager»). Jeg har så og si til gode å se en av disse kvanteguruene som kan regne, noe som er fundamentalt for å gripe i det minste litt av kvantefysikkens essens - å påstå at man har forstått kvantefysikken uten at man har mestret dens matematiske fundament (mest raffinert uttrykt gjennom Dirac-formalismen) viser bare at man i usedvanlig grad er utstyrt med en frekhetens nådegave. (På den andre siden mente Feynmann at enhver som hevder å forstå kvanteteorien viser med en slik påstand at man ikke har forstått noe som helst). Men uansett, det er et interessant faktum at mange av kvantefysikkens pionerer fattet interessen for Østens filosofiske tradisjoner. At dette misforstås og misrepresenteres og trekkes ned i søla av new-age burde ikke få andre til å se forbi dette faktum.

Jeg har tidligere anbefalt essaysamlingen redigert av Ken Wilber: (som for øvrig er åpen for mye, og på sett og vis kan betraktes som en «guruskikkelse» for de mer intellektuelle segmentene av new age) er selv svært så kritisk til moderne spekulativ kvantefilosofi - ikke bare til de verste new-age fantasiene, men også til Fritjof Capra og hans tanker. Likevel har

Wilber respekt for tankene til kvantefysikkens pionerer vedrørende disse forholdene - noe som kan skyldes at han selv bygger på filosofer som Whitehead og Bergson, som begge var glødende opptatt av kvanteteori.

Kort kommentar til dette: Jeg er enig i det meste, også tildels dette med New Age fantasiene i Kvantefysikken. Det er mye spekulativt helt klart, men likevel det er også en slags kreativitet og nysgjerrighet hos noen vitenskapsmenn at en ikke kan forkaste alt der heller. Å skape broer mellom Kvantefysikk og det spirituelle eller Vedanta bevissthetsvitenskap er ei heller veien å gå, som jeg har innsett. Det er ulike virkelighetsordener, som kvantefysikk og bevissthet handler om.

Kvantefysikk kommer heller ikke fra Vedaene, men Vedaene har inspirert Heisenberg, Schrödinger og Bohr i arbeidet de gjorde for å grunnlegge kvantefysikk til å ta det på alvor og de så paralleller som nevnt. Det er også poenget med dette kapittelet at jeg vil vise at det er vitenskapsmenn, som har tanker og ideer som er parallelle til Vedanta og vedisk kunnskap. De er inne på noe interessant.

Forøvrig er Upanishadene i slutten av alle Vedaene og Vedantas kunnskap er hovedsakelig fra Upanishadene, Brahma Sutraene og Bhagavad Gita. Det var eneste denne personen bommet kraftig på.

Mer om Planck Skala - Kvantefysikk - Bevissthet - Vedanta

Planckskalaen er en interessant metafor for bevissthet. Problemet med vitenskap er at den representerer sinnets beste anstrengelse til å finne ut om den objektive sannheten av den materielle virkeligheten, innenfor den tilsynelatende virkeligheten. Derfor er den en fange av dens metodikk, som er basert på persepsjon og slutning av objekter alene. Fysikken prøver å være upartisk og unngå den myke vitenskapsfilosofi og psykologi ved å bruke dobbelt-blind eksperimenter som etablerer kunnskap uavhengig av vitenskapsmannen. Men den unngår bevissthet i det store og det hele, fordi den er bundet til dens epistemologi (vitenskapsteori) og sansene. Den er begrenset til tolkning eller antakelser iboende i dens metodikk.

Det er veldig få empiriske fakta i vitenskap: Det meste av vitenskapskunnskap er basert på teorier om midlertidige fenomener. Vitenskap er kanskje ikke så blind og dogmatisk som religion, som den avskyr, men den er likevel blind. Så verdifull som vitenskap har blitt i å produsere teknologi, som har gitt oss livsstilen vi nyter i dag, for det meste faller den inn i religiøse feller som avviser å undersøke på nytt dens feilaktige/ eller ufullstendige antakelser om virkelighetens natur, spesielt dens vegring mot å granske bevissthet.

For å sitere Scott Tyson, en berømt vitenskapsmann og tenker: «Verken den vitenskapelige metode eller vitenskapelige kunnskap, som vi aksepterer som sannhet eller vår forståelse av verden vi lever i kan være akseptert som statisk, hvis sannhet er vårt seriøse mål. Søken etter sannhet kan ikke bli separert fra behovet for kontinuerlig å undersøke

metodene igjen, antakelsene og tolkningene hvor vår persepsjon av virkelighet er basert på.»

Selv om det likevel er sant, er problemet med hans ide: På hva skal en basere ens nye undersøkelser av fakta? Om en ikke har et kunnskapsmiddel, som viser livet fra bevissthetens perspektiv, sitter vi fast i den tilsynelatende virkeligheten og det beste vi kan komme opp med er relative sannheter. Troen på dualitet er så kraftfull at det villeder og laster sinnet. Vi er som fluer, som er holdt inn i et glass med lokket på for en stund. Når lokket er fjernet, er fluene ikke i stand til å hoppe ut på grunn av at de har ubevisst gjort en kognitiv forpliktelse til troen om at det er et lokk på glasset.

Vitenskap bruker bestemte standardiserte målemetoder til å oppnå informasjon på ethvert gitte emne, hovedmålet til å avgjøre konsekvenser av resultater i deres data. Vitenskapelig måling holder ikke når det gjelder bevissthet, fordi vitenskap forstår ikke Det Totale Sinnet eller tar gjenstand i betraktning. Vitenskapslovene som de er forstått er derfor begrenset og vil forbli det, uansett hvor mye fremgang er gjort eller opplyst vitenskapen, helt til bevissthet tas i betraktning og Det Totale Sinnet er forstått. Vitenskap har likevel hatt en stor innvirkning på vårt nåværende verdensbilde, og Vedanta har ingen strid med det, som et kunnskapsmiddel for objekter, men det er ikke gyldig kunnskapsmiddel til bevissthet.

Oppdraget til vitenskap er å observere og måle det materielle universet. For at noe skal kvalifisere som verdt å studere, må den ha egenskaper som er observerbare og målbare. Kunnskapsmiddelet til vitenskap er persepsjon og slutning, og det er ikke ment for å bli brukt til noe annet enn objekter. Mens undervisningen på tilsynekomster av skapelsen og hva det betyr som undervist av Vedanta vil definitivt ikke interessere de fleste fysikere, faktumet er at kvantefysikk, rådende teori i vitenskap og hva den peker på, sier akkurat det samme som hva Vedanta sier. Hva kvantefysikk peker på er at bevissthet er substansen og at den materielle virkelighet er ikke materiell, men består av bevissthet.

Kvantefysikk beviser at observasjonen av et objekt umiddelbart kan påvirke atferden eller et annet stort fjerntliggende objekt, selv om ingen fysisk kraft er brukt, kalt for sammenfiltring. Da dette peker mot ikke-dualitets virkeligheten forekommer ikke for vitenskapsmennene selvfølgelig! Kvantefysikk beviser at objekter kan være to steder på samme tid og objektet blir bare en virkelighet over dens observasjon. Verste av alt, det virkelige skjelettet i skapet av vitenskap er at kvantefysikken benekter eksistensen av en fysisk virkelig verden uavhengig av dens observasjon, et veldig ubehagelig fakta, som stirrer vidåpent i vitenskapen sitt fjes, uansett hvor mye den ønsker å late som at den ikke er der.

I ordene av Pascual Jordan, en av grunnleggerne av kvanteteorien: «Observasjoner forstyrrer ikke bare hva som er målt, de produserer det.» Hva som er interessant er at kvantefysikk som en teori fungerer perfekt, hvorvidt eller ikke en tror på hva den beviser, som er nøyaktig hva Vedanta sier om bevissthet. Den praktiske anvendelsen av kvantefysikken har endret vår verden, likevel hva kvantefysikken roper ut og peker på at bevissthet er essensen, men faller for døde ører. Vitenskapsmenn, som har åpnet opp om

hva dilemmaet kvantefysikk utgjør for vitenskap (Amit Goswami, Self-Bevisst Univers, Robert Lanza, Det Biosentriske Universet):

Bevisstheten skaper universet

Begrepet biosentrisme kommer fra latin, og betyr noe slikt som «livet i sentrum». Det er en teori som omfatter hele universet, og dikterer at det er livet som skaper universet, ikke omvendt. En tenker seg med andre ord at det er en persons bevissthet som skaper formen og størrelsen på universets gjenstander.

Den berømte filosofen Kant er inne på det samme. Han hevdet at vi ikke kan si noe om tingene i seg selv, bare hvordan vi oppfatter dem. Lanza bruker en blå himmel som eksempel, og sier at cellene i en persons hjerne kan forandres slik at himmelen ser grønn eller rød ut.

I teorien kan vi hevde at en blå gjenstand, for eksempel, i virkeligheten er alt annet enn blå, da blå er den fargen som ikke blir absorbert, men reflekteres (avvises) og treffer øyet vårt.

- Til syvende og sist: Hva du ser kunne ikke eksistere uten bevisstheten din. Vår bevissthet gir mening til verdenen, skriver Lanza.

Scott M. Tyson, Det Uobserverbare Universet og andre vitenskapsmenn, som blant annet David Bohm, Lothar Schafer og Rupert Sheldrake er inne på noe, men fortsatt misforstår de og tror at den uavhengige observatøren er sinnet, som er bevisst, istedenfor en forståelse av at sinnet er et objekt kjent til bevissthet, den ene (og eneste) observatøren. Sinnet er ikke noe mer enn livløs linse hvor bevissthet er projisert.

Mange New Age-teorier har dukket opp rundt de samme misforståelsene av kvantefysikk og skaper pseudo-vitenskapelig sludder, bøker som The Secret (Hemmeligheten) florerte av ubetydelige tolkninger av kvantefysikken, hvor en kan påvirke eller kontrollere den fysiske verden med ens tanker og handlinger. Her er Vedanta fullstendig enig med vitenskapsmannens avsky av slike ideer. Som forklart avslører Vedanta at selv om den tilsynelatende virkelighet ikke er virkelig, eksisterer den og den er styrt av lover eller dharmas som regjerer den. Hvorvidt en er selvrealisert eller ikke, gjelder disse lovene deg. Det Totale Sinnets skapelse tar hensyn til hele eksistensfeltet og kan ikke bli manipulert av vilje, som forklart av karma yoga-undervisningen. Karma yoga er en holdning en anvender til enhver tanke eller handling. Du kan foreta passende handling til enhver gitt situasjon for å oppnå maksimal sjanse til å få de resultater du ønsker, men du har ikke ansvaret for resultatene. Eksistensfeltet (Det Totale Sinnet) har ansvaret.

Sannheten er at den virkelige kvantegåten er mer merkelig og mer dyptgående enn hva den vitenskapelige eller spirituelle arenaen får ut av den. På grensen hvor fysikk ikke lengre tvinger konsensus, er betydningen av kvantefysikken ganske kontroversiell og heftig debattert: Uheldigvis, ikke med et kunnskapsmiddel som kunne forklare det hele, som med Vedanta. Flere og flere vitenskapsmenn kommer ut av skapet, så å si, for å snakke om det. Det er mange berømte vitenskapsmenn, som har sett til Østen for svar, som med

Erwin Schrödinger, som flørtet med Vedanta. Dessverre er vitenskap uten selvkunnskap, slik det er praktisert nå, sammen med alle andre tolkninger av sannhet, fortsatt bli misforstått.

For å sitere vitenskapsmannen Eugene Wigner, Nobel prisvinner for hans bidrag til kvantemekanikk og atomfysikk: «Når området av fysisk teori var utvidet til å omfatte mikroskopiske fenomen gjennom skapelsen av kvantefysikk, kom konseptet av bevissthet i forgrunnen. Det var ikke mulig å utforme lovene av kvantefysikk i en samsvarende måte uten referanse til bevissthet.»

John Hagelin – Bruce Lipton – Candace Pert

Student: Er de fem elementene som utgjør mayas (skaper og skapelse) grunnmur og all materie allegorier eller bør jeg være i stand til å finne samme ide i vitenskap?

Vedanta-lærer: Det er ingen allegori. Det er ren logikk. Vitenskap har langt igjen til å nærme seg enighet med denne åpenbare sannheten, og det er mye mer opplyst tilnærming i disse dager. Noen vitenskapsmenn, som professor Bruce Lipton har spesielt gått langt for å bevise dette gjennom hans forskning i biogenetikk. Han beviste kategorisk at vi ikke bare er et produkt av våre gener, men at vi også er et produkt av vårt miljø. Han utviklet og beviste epigenetikk-teorien og jeg anbefaler folk å lese noe fra han, som med boka Tro, Dogmer og Biologi. Professor Candace Pert har også gjort en flott jobb i hennes forskning, Emosjonelle molekyler. Det er flere vitenskapsmenn, som jobber for å bevise at bevissthet er essensen for all eksistens. John Hagelin, som prater om superenhetsstringteori, som essensen av væren eller eksistensen. Problemet med de fleste vitenskapsmenn, selv de mest opplyste, er at de ikke helt forstår Det Totale Sinnet, Skaper og Skapelse.

John Hagelin - Enhetsfelt - Holografisk prinsipp - Ormehull - Bevissthet

I Workshop 2 før-kongress Science And Non Duality, San Jose California 2014:

John Hagelin hadde workshop om bevissthet gjennom kaninhullet (uttrykk lånt fra Alice i Eventyrland og dokumentaren *Hva i huleste vet vi* hvor Hagelin deltok i - What the Bleep). Hagelin har i yngre dager jobbet litt i det berømte stedet CERN i Sveits. Idag er han sjefsvitenskapsmann i organisasjonen, David Lynch Foundation, som hovedsakelig er opptatt av transcendental meditasjon og undervisning av dette i USA.

Hagelin har vært her i lang tid, men har dessverre en begrenset versjon av bevissthet. Han er så nærme, men likevel så langt unna svaret på hva bevissthet er. Vitenskap kan ha kommet nærmere til å forstå bevissthet, men den tar den for å være noe vi har enn vi er, en slags fjerde tilstandsnivå. Bevissthet er ikke en tilstand, den forårsaker alle tilstan-

der. Hagelin har ingen selvkunnskap eller veldig lite av den. Hans språk er erfaringsbasert, han er en yogaperson og Maharishis store person i USA. Han fjerner ikke den som mediterer (handleren).

Vitenskap har ingen satya (det som er uforanderlig og står alene uavhengig noe annet)/mithya (det som er foranderlig og er avhengig av noe annet for å eksistere) undervisning. Hvordan skal en klare seg uten en kunnskap å negere handleren, personen og verden? Ikke mye, med unntak av å kile sinnet litt. Uansett har Hagelin vært til inspirasjon på min vei til å forstå og realisere hva bevissthet er.

Emner som Hagelin berørte var sammenkobling over avstand, tid-rom ormehull (sorte hull) og hjernen blant annet.

Et interessant spørsmål Hagelin prøvde å svare på: Hvordan kan menneskehjernen få tilgang til enhetsfeltet, som vi alle er en del av? Hagelin nevnte forskning fra Maldacena og Susskind som antok at kvantesammenfiltrering skjer gjennom ormehull og var innom emner som sorte hull, singularitet, string teori, mørk energi (anti-gravitet, vakuum m.m.)

Det er fasinende teorier som Hagelin kom med og Leonard Susskind har kommet blant annet ut med en bok, som er verdt å lese - som har med svarte hull, informasjon og String-teori revolusjonen - Holografisk Univers.

Bevissthet trenger ingen validering

Døden er bare en erfaringsendring, ikke noe mer. Du er alltid her, du har alltid vært her og du vil alltid være her. Det trengs ikke å bevise at jeg er bevisst, fordi det er selvinnlysende. Fra våre analyser av bevissthet, oppdager vi at det er eksistens, hva er. Hvis jeg spør om du har en tvil om hvorvidt du eksisterer eller om du er bevisst, vil du aldri svare bekreftende. Det må være rimelig å si at ingen har noensinne fortalt deg at du eksisterer eller at du er bevisst. Disse fakta trenger ingen åpenbaring, fordi de er selvinnlysende.

Hvert objekt trenger å bli validert av bevissthet, meg, men bevissthet i seg selv krever ingen validering. Som nevnt ovenfor er det ikke mulig at jeg kan vite noe om jeg ikke er bevisst. Du kan negere alle objekter, men du kan aldri negere den som vet, fordi den som vet må være der til å negere noe. Bevissthet beviser eksistensen av alt. Siden den er evig eksisterende, må eksistensen være dens grunnleggende natur. Det er ikke to eller flere eksistenser. Vedanta sier at det bare er en, og den er ikke-dualitet. Hvis bevissthet er lånt fra en annen kilde, ville den ikke vare. Vi vet den er den eneste tingen som varer. Alt annet, alle objekter kommer og går. Hva som er lånt er ikke-essensielt. Hva som er grunnleggende er essensielt. Essensielt betyr at ingenting eksisterer uten bevissthet.

Knepet er å forstå hva det betyr å være bevissthet. Deri ligger all den ignoransen og all den undervisningen. Skeptisisme er bra, så lenge du ikke forelsker deg i dine tvil.

Vedanta dekker alt

Vedanta dekker alt: Kosmos, psyken og ren bevissthet, mens derimot materiell vitenskap bare dekker kosmos og psykologisk vitenskap dekker psyken. Verken materiell vitenskap eller psykologisk vitenskap forstår forbindelsen mellom dem, enda mindre om bevissthet, fordi deres felter og undersøkelsesmetodikk er gjensidig avvisende. Som mennesker er vi en kombinasjon av bevissthet (noen sier ånd) og materie og eksisterer i en rekke komplekse verdenslover og krefter. For å forstå oss selv så trenger vi et fullstendig/ komplett kunnskapsmiddel.

Vedanta har ikke bare med å realisere hvem du er bakenfor objekter, som viser seg i deg. For å være sikker, er denne kunnskapen Vedantas essens, men du kan ikke leve som bevissthet i verden av objekter, med mindre du kjenner til hva objekter egentlig er, og hvordan bevissthet og objektene det erfarende individet og erfaringsområdet fungerer sammen.

Vedanta er kunnskapen av tre ordener av den ene ikke-dualitetsvirkeligheten :

- 1) Ren bevissthet med (Isvara) og uten (paramatma) kapasiteten til å skape.
- 2) Materielle objekter (jagat)
- 3) Individet (jiva). Vi kan si at individene/ personene er små bunter behovsvillig bevissthet med forskjellig verdier og prioriteringer.

Vi trenger å forstå dem som de er. De involverer seg i verden av grove og subtile materielle objekter som er utsatt for upersonlige krefter og lover. Hvis ikke individer forstår strukturen av de objektive og subjektive verdenene hvor de lever i, da er kunnskapen deres ufullstendig og deres lidelser vil ikke avta.

Det tredje aspektet av Vedanta er ren bevissthet med og uten dens kapasitet til å skape objekter. Den er kalt for Isvara i tradisjonen, men hvis du insisterer på et Vestlig ord så kan du kalle det for Gud (Det Totale Sinn). Vi liker ikke ordet Gud fordi de vanvittige ideene mennesker har plukket opp fra religioner gjør det vanskelig å forstå. Du kan ikke si så mye om bevissthet med unntak av de objektene som viser seg i den, selv om det er den viktigste biten i det eksistensielle puslespillet. Det er veldig enkelt og mer subtil enn det mest subtile objektet. Vi kan si mye mer om bevissthet i rollen som skaper av individer, individene i seg selv og objektene som de kommer i kontakt med.

For å være fri så trenger jeg å forstå meg selv som alt, ikke bare bevissthet isolert fra objektene, som viser seg i den. Opplysthet er ingen erfaring som setter meg fri; Det er fullstendig kunnskap av meg selv som bevissthet og objektene, som viser seg i meg. Det tar tid for selvkunnskap å bli fullstendig fordi ignoranse er forferdelig seig. Du må høre på undervisningen om og om igjen og fjerne ignoranse litt etter litt.

Mange mennesker har realisert hvem de er på en erfaringsmessig måte og hevder at de er fullt ut opplyst, men vi kaller ikke det opplysthet. Disse såkalte opplyste er halvbakte, hvis du vil vite fordi de har bare delvis kunnskap om virkeligheten. Mange lever ikke moralsk riktige liv og ser ut til å nyte forvirrede søkende med besynderlig syn på opp-

lysthet. Hvis du ikke forstår det store bildet: hvordan alt henger sammen, hvordan alt er det samme og også forskjellig så er du fortsatt ikke opplyst.

Eneste måten du kan bevise betydningen av Vedanta er å underordne ditt sinn til den og la den fjerne din ignoranse, fordi det er bakenfor rekkevidden av alle andre bevismetoder, med andre ord persepsjon og slutning.

Om Kvantefysikk, Indianere, Bevissthet og Fremveksten av en Skapelseshistorie:

Et intervju med fysiker F.David Peat om kvantefysikk, indianere, bevissthet og framveksten av en skapelseshistorie i bladet Alternativ Nettverk i 1997, som var den første katalysatoren for min interesse for de gåtefulle implikasjoner av kvantefysikk, vitenskap og emnet bevissthet. Jeg viser til noen få smakebiter av den artikkelen.

Fysikeren David Peat samarbeidet gjennom flere år med den kjente kvantefysikeren David Bohm. Han er en av forgrunnsfigurene med hensyn til utviklingen av den nye fysikken, og diskuterer i dette intervjuet det verdensbildet den åpner for.

Peat tenker rundt forholdet mellom vår subjektive bevissthet og en eventuell objektiv virkelighet, og ser dette i sammenheng med ulike virkelighetssyn. Han hevder likevel at det både nå som tidligere er meningsløst å bygge noe verdensbilde på fysikken eller naturvitenskapene, da de alltid vil være i konstant forandring.

Bohm var opptatt av om det fantes ordnende prinsipper bortenfor tid og rom? Hva kan du si om dette?

Peat: I Newtons fysikk var rommet en slags bakgrunn som ting skjedde i, det var på en måte fiksert. Siden kom kvantemekanikken og revolusjonerte måten å se verden på. Den forteller oss at hver gang vi observerer virkeligheten, trer vi på en måte inn i den slik at den forandrer oss og vi forandrer den. Kvantemekanikken har vist oss at observasjon er en prosess som endrer de involverte partene. Likevel beholdes den gamle ordenen med tid og rom, som går tilbake til Descartes - ideen om koordinater og om at rom er sammenhengende og ikke kan deles. Dette blir tilbakevist av kvantemekanikken. På en måte hører den gamle orden, som vi fortsatt bruker når vi skriver ned ligninger, til i Newtons verden. Likevel fortsetter vi å holde fast ved den i kvantemekanikken. Jeg tror det er dette som leder til noen av de større problemene og paradoksene.

Et annet problem er tid. I fysikken har tid stort sett kun vært en størrelse i et regnestykke, men i vår direkte opplevelse derimot, handler tid om skapelse, om forandring og forvandling.

Bohm var veldig interessert i tid og rom, som virkelig gir dybde til disse tankene. Han foreslo å skape en helt ny orden, ikke en ny teori eller ide, men nesten som et helt nytt språk for å diskutere ideer. Det finnes kanskje en orden som rom, tid og materie springer ut av. Det jobbet David Bohm med.

Du har også skrevet en bok kalt Synchronicity, om meningsfulle sammentreff. Dette er noe som mange sikkert opplever som et meget subjektivt tema - mener du at det kanskje også finnes en objektiv sannhet her?

Peat: Det handler om hendelser som transcenderer skillene mellom kroppen, sjelen og den fysiske virkelighet, og også kategorier som tid og rom. Det er ett enkelt fenomen som manifesterer seg på flere ulike måter.

Man kan kanskje si at dette er noe som skjer dypt inne i et menneske når det gjennomlever en krise eller en slags opplysning, og som på en måte forsvinner ut i verden og blir til fysiske objekter, drømmer og andre ting.

Det er en kjent historie hvor Jung og Freud sitter midt i en opphetet diskusjon, når det plutselig smeller i bokskapet. De blir ganske skremt og Jung sier at det kommer til å skje igjen. Like etterpå smeller det på nytt, til begges forferdelse. Det kan se ut som om hva som skjedde mellom dem på en måte fløt over og manifesterte seg i den fysiske verden.

Man kan si at jeg skaper en synkronisitet eller min krise skaper en synkronisitet, men man må også gå lenger enn det. Man må forstå at ens selv eller ens krise ikke kan skilles fra den ytre verden. Det er en hendelse som finner sted i kroppen, bevisstheten og i en verden hinsides objekter.

For spiritueelt/ åndelige orienterte mennesker er dette normal tenkning, men for materialistiske mennesker virker det ganske fjernt. De kan kanskje akseptere dette på partikkelnivå, men ikke på et menneskelig nivå.

Peat: Det finnes et eksempel som jeg liker innen kvantemekanikken som dreier seg om nettopp synkronisiteter: Når man har en gruppe elektroner, kan den beskrives gjennom en funksjon, som må inneholde en symmetri, som kalles for antisymmetri. Denne antisymmetrien betyr at elektronene må innordne seg på en spesiell måte, og dette skjer uten at de kommer i nærheten av hverandre eller sender hverandre signaler eller kommuniserer på noen som helst måte. Det er kun på grunn av denne antisymmetrien at elektronene på en eller annen måte kjenner til hverandre. Dette er hva jeg kaller et sammenbindende prinsipp, noe som går dypere enn kausalitet fordi det ikke involverer noen årsak/ virkning-kjede!

Det er også slik Carl Jung beskrev synkronisitet - som en akausal forbindelse (en sammenheng uten årsak/ virkning-struktur). Slik tror jeg universet er bygget opp - og vi er en del av universet. Denne urgamle synkronisiteten er et grunnleggende prinsipp i universet.

På mange måter virker det som de nye vitenskapene beviser eller peker i retning av at deler av de spirituelle tradisjonene har rett i at det finnes et grunnleggende prinsipp bak tid og rom, som virker samtidig på alle nivåer:

Peat: Jeg vil gjerne legge til en advarsel her, for jeg tror dagens mennesker ofte sier at vitenskapen har bevist både det ene og det andre, og dermed bruker det som en dekning for spirituell visdom. Jeg tror at det er farlig å bruke vitenskapen til å bevise dette, for vi

snakker tross alt om vitenskapen ved slutten av det 20 århundre, og i det neste tusenåret kommer vitenskapen til å bli ganske annerledes. Den spirituelle/ åndelige tradisjonen er dypere enn det, slik at jeg ville ikke si at vitenskapen beviser noe, men heller at vitenskapen har forandret seg slik at den ikke lenger fornekte noe. Den ser seg selv i harmoni og balanse med annen visdom.

Jeg har nylig snakket med en vitenskapsmann som heter Brian Goodwin. Han har startet et doktorgradsprogram på hva han kaller «holistisk vitenskap», basert på blant annet Goethes ideer. Det de gjør er f.eks. i biologien å gå ut for å være sammen med en plante en stund for å oppleve den, og så siden gå tilbake til laboratoriet og visualisere den. Slik utforsker de den mentalt, og stiller spørsmål som: -Hvorfor er den slik som den er? Hvordan er forholdene mellom stilken og bladene og blomsten? Hva gjør den? Et praktisk spørsmål til dette er: - Hva ville de medisinske egenskapene til denne planten være? Man benytter seg av et system som er basert på visualisering, intuisjon og erfaring.

Studenter som Goodwin har gjort disse forsøkene sammen med, har kommet frem til en svært generell enighet om f.eks. hvilke medisinske egenskaper de forskjellige delene av en studert plante har. Deretter har de konsultert et medisinsk leksikon og funnet at deres antagelser faktisk har vært helt riktige. Dette er helt tydelig en annen form for å forandre seg, blant annet ved at den legger vekt på det intuitive. Med denne utviklingen vil vitenskapen etter hvert komme mer i balanse med den spirituelle/ åndelige virkeligheten.

Når man bringer bevissthet inn i vitenskapen snakker man da fortsatt om virkeligheten eller snakker man om ulike muligheter? Forskjellige postmoderne filosofer sier at man ikke kan kjenne den egentlige virkeligheten, at vitenskapens jakt på den ene sannheten er absurd, og at man kan forstå ens egne kategorier. Er det slik? Blir vitenskapen subjektive, eller er vi fortsatt på vei mot en sann virkelighet?

Peat: Det er et godt spørsmål som jeg ikke vet om jeg kan svare på. Jeg vet at fysikerne tidligere har leitet etter en slags endelig løsning, en måte man kan beskrive hele universet på gjennom den ultimate ligningen. Nå som vi har begynt å diskutere bevissthet, har vi blitt klar over at vi er deltagende i hele systemet. Dette er noe som vi må ta med i regnestykket, særlig fordi man i kvantefysikken nå har blitt veldig klar over at hvordan man stiller spørsmålet er avgjørende for hva slags svar man får. Slik kommer man tilbake igjen til subjektiviteten.

Dette er et stort filosofisk spørsmål: Kan man erkjenne virkeligheten slik den faktisk er? Eller bygger vi bare ideer og konsepter?

Peat: Vel jeg tror at vi driver med en del bygging for tiden, og at det er en av grunnene til at David Bohm ønsket en helt ny forståelse av vitenskapen: Han ønsket et nytt verktøy for å jobbe med disse tingene. Dette er bra, for i den postmoderne verden er vår forståelse basert på de tingene vi har bygget inn i språket vårt og systemene våre. Finnes det andre måter å forstå virkeligheten på?

Brian Goodwin med sin holistiske fysikk prøver på sin måte, gjennom intuisjon. En annen måte å forstå virkeligheten på er gjennom kroppen. Begge disse vil tradisjonelt sett blitt tolket som subjektive, men du har tatt spiritualitet med i bildet, og i mange av de

spirituelle tradisjonene mener man å ha en objektiv måte å kunne si noe om virkeligheten.

En indianerstamme snakker om å polere hjertets speil, og det gjelder å polere hjertet slik at det gjenspeiler virkeligheten nøyaktig. Det finnes andre veier og den vestlige vitenskapen har aldri diskutert dette skikkelig. Det viktige spørsmålet er egentlig hvordan disse menneskene kan begynne å kommunisere. Man spør om det kun finnes en virkelighet, om virkeligheten kun er en erfaring eller om den er en konstruksjon. Hvordan kan man snakke sammen om dette? Jeg tror at dette må begynne på et rent personlig nivå. Sett en spirituell person og en levende kunstner sammen og se om det finnes et språk som er felles for disse to. Kan den ene se hva den andre ser? For meg vil dette være dialogene med spirituelle mennesker, kunstnere, etc.

Vanligvis når jeg foreleser eller snakker med forskjellige grupper mennesker om dette, så går ikke samtalen særlig dypt. Dialogen dreier seg om at vi ser verden på denne måten, mens dere ser verden på deres måte. Vi har det eller det prinsippet og den teorien, mens dere ser saken sånn og sånn. Man går rett og slett i sirkel. Men dersom man ser på dette sammen, med virkelig innlevelse, da kan det bli ordentlig spennende. Det er dette jeg leter etter.

Dette har du gjort til en viss grad med Svartfot-folket?

Peat: Ja, de var meget interessert i en dialog, og vi fikk snakket skikkelig sammen. (En kan kjøpe boka Blackfoot Physics – A Journey into Native American Universe av F.David Peat på amazon.com hvor han sammenlikner og ser likheter/ ulikheter mellom vestlig vitenskap og Svartfot fysikk, filosofi og deres verdensbilde).

MIN INDIVIDUELLE REISE

I tiden før 1997 da jeg første gang oppdaget kvantefysikk i magasinet Alternativ Nettverk (i dag heter de Magasinet Visjon) hadde jeg alltid hatt troen på at vitenskap kunne svare på hvem jeg er og hva virkeligheten er for noe. Det var ikke før jeg hadde vært student i flere år i Vedanta at jeg realiserte og forstod hva svarene på de spørsmålene jeg nevnte var for noe og at gjennom egne undersøkelser og gransking kunne verifisere svarene på slike eksistensielle emner. Den intellektuelle siden kan fort bli undervurdert og undertrykt når man er sannhetssøker og er innom ulike alternative og spirituelle miljøer. Men den har alltid vært med meg så lenge jeg har vært bevisst sannhetssøker. Anti-intellektuell holdning i flere spirituelle miljøer har vært en ting jeg har reagert på og er veldig glad for at jeg har bevart min intellektuelle side. I Advaita Vedanta er intellektet et viktig verktøy for å fjerne ignoranse, selv om det ikke gir en frihet siden frihet jo er synonymt med grenseløs eksistens, bevissthet, lyksalighet og kjærlighet, som er vår sanne natur.

Året 1997 var for øvrig en milepæl i mitt liv som 24 åring og det var ikke bare kvantefysikk jeg åpnet opp for. Jeg gikk på yogakurs for første gang i regi av en som jobbet i samme barnehage som jeg gjorde. Å jobbe i barnehage var også ny erfaring samt at jeg jobbet i Telenor tidlig i 1997 og var der ca. 6 måneder. Det var mitt første møte med internett siden jeg jobbet i kundeserviceavdelingen der.

Vitenskap til ulike virkelighetsordener hvor det ikke er noe grunn til å endre på dem. De holder seg bra i respektive ordener. Til og med Kvantefysikk. Min intensjon med boka er ikke et ønske om å endre vitenskapen eller kvantefysikk som den er, men heller akseptere at det er virkelighetsordener det er snakk om her. Ordener av Den Ene Virkeligheten. Og belyse det. Bevissthetsvitenskapen har med å se utifra ikke-dualitetsvisjonen, eksistensens mandala eller Den Store Sammenheng.

Det er flere vitenskapsmenn som har gode intensjoner, tanker og ideer om ulike emner i vitenskapen og mitt første møte med de gåtefulle implikasjonene av kvantefysikken vil jeg dele i sin helhet, og som inspirerte meg en del på min vei. Intervju med F. David Peat, som samarbeidet med David Bohm over en periode i livet fra 1997 er en artikkel som har satt sine dype spor i meg og jeg deler smakebiter fra den med deg i slutten av kapittel 5.

Fra midten av 1990årene ble jeg introdusert for meditasjon og yoga og jeg vanket i ulike new age miljøer til og med midten av 2000-tallet. Sjamanisme var også en del av mitt interessefelt over en stund. Jeg er naturlig nok fortsatt opptatt av miljø og naturen. En del reiser gjennom årene har det blitt til land som Peru, Egypt, England, USA og andre steder. Også indre dype meditative reiser hvor jeg blant annet kunne se en tankeboble med navnet mitt inni. Alt vi ser er jo inni sinnet vårt (Mikrokosmisk sinn) som er en del av Det Totale Sinnet (Makrokosmisk sinn), og det er alltid en tanke bak alle erfaringer. Jeg har lest en del bøker og investert i en del penger, utenom reiser, på seminarer og kurs rundt omkring. Det har vært vel anvendte penger hver eneste krone og øre de siste 25

årene for en sannhetssøker som meg.

Men det som virkelig har gjort dypest inntrykk er mine to reiser til India. Den ene i 2010 og den andre i 2017. Mellom denne perioden ble jeg også mer og mer interessert i Mindfulness og det indiske helsesystemet ayurveda. Deepak Chopra viste meg veien til Vitenskap og ikke-dualitetskongresser i San Jose, California. Jeg var der i 2013 og 2014. De arrangeres i Oktober måned, varer nesten en uke og jeg vil dele med dere noe av det jeg fanget opp av det som fenget mitt sinn da. Jeg vil vise til noe dagbokutdrag som ble nevnt i Merlinscorner-bloggen min i 2013. En må huske på at jeg ikke står for alt det som skrives i dag, men morsomt å dele med dere mine tanker før Vedanta for alvor kom inn i bildet i november 2014. Det kan være til inspirasjon. Her er noen utdrag:

SAND – Science and nonduality kongresser i California 2013 og 2014 – utdrag fra reisebrev

Før-kongress dag torsdag 24. oktober 2013 - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND13 i San Jose, California.

På flyet fra Chicago til San Jose ble jeg ferdig med en Mindfulnessbok. Og ble inspirert til å starte på boka Zen Beginner's mind av Shunryue Suzuki.

Et sitat jeg fanget opp og som jeg har stor sans for: «I Nybegynnerens sinn finnes det mange muligheter, mens i ekspertens sinn er det få».

Første kurs/workshop var med Deepak Chopra, en indisk ayurvedisk lege og forfatter, som pratet endel om vitenskap basert på mer fokus på subjektive erfaringer. Og kaller blant annet Ayurveda for Qualia basert vitenskap. Med Qualia menes alle erfaringer vi har gjennom persepsjon, tanker, kropp og så videre.

På et subtilt nivå så har Qualia med innsikt, intuisjon, inspirasjon, fantasi og kreativitet. Deepak Chopra snakket i denne kongressen om at sosiale medier skaper enhetsbevissthet. Han sammenlignet internett som en global hjerne, som kan bli brukt til å endre mennesker til det bedre. «Det sosiale nettverket er et nevrologisk nettverk. Gjennom blogger og videoer er internett en kilde av vår kollektive bevissthet. Og siden du kan anvende din egen kreativitet så kan du også anvende den kollektive kreativiteten.»

Senere på kvelden pratet Chopra mer om bevissthet, som grunnmuren av all eksistens. Noe østlige visdomstradisjoner har hatt kjennskap til i årtusener gjennom dyp tilstedeværelse og erfaringer. Og hadde med seg flere vitenskapsmenn, som Menas Kafatos (gresk), Rudi Tanzi (professor i nevrologi) og Lothar Schæfer (professor i kjemi).

Sistnevnte pratet jeg litt med før han skulle være med på paneldebatten. Jeg var snart ferdig med hans bok Grenseløse Potensiale hvor han skriver endel om ikke-målbare/ ikke-empiriske elementer, som dagens vitenskap ikke har mye kunnskap om. Lothar utdannet seg i Oslo noen år på 70-tallet og husket igjen Sognsvann.

Første kongressdag fredag 25. oktober 2013, San Jose California - Science and Non-Duality.

Jeg startet dagen med en fin meditasjon av Rupert Spira, Vedanta - ikke-dualitetslærer.

A. I. Almaas (Hameed Ali) pratet om persepsjon og virkelighet. Han er født i Midtøsten og er grunnlegger av Diamond's approach. Han sa blant annet dette, som jeg har sans for «Vi mister ikke den individuelle bevisstheten når vi integrerer ikke-dualitet bevissthet.»

Første dag med sol og varme og jeg spiste lunsj ute og hadde fine samtaler ved bordet med en fra Australia og flere fra USA.

Jeg fulgte med på en dialog mellom tre personer som jobber med vitenskap og kvantefysikk: Catherine Pepin, fransk teoretisk fysiker, David Pruet, professor i matematikk og Menas Kafatos, gresk kvantefysiker. De fortalte om sine egne spirituelle og ikke-dualitets erfaringer og møte med latterliggjøring av kollegaer.

Kafatos nevnte at Einstein var åpen for det spirituelle, og Schrödinger studerte blant annet vediske (Vedanta) visdomslære. Han så paralleller mellom kvantemekanikk og Advaita Vedanta. Andre ble også nevnt i samme sammenheng.

Pepin nevnte noe viktig og det var at hun er opptatt av konstruktiv dialog mellom henne, som vitenskapskvinne og ikke-dualitet/spirituelle lærere. Hun har møtt flere ikke-dualitetslærere, som ikke er glad i logisk, intellektuell og matematisk tenkning. Og at det finnes dogmer blant ikke-dualitet/spirituelle lærere også. Ikke bare i vitenskapen. Så den gylne middelvei er viktig her også?! (Balanse mellom det logiske og intellektuelle med intuisjon/ ikke-dualitet/ spiritualitet.)

Andre kongressdag lørdag 26. oktober 2013, San Jose California - Science and Non-Duality.

Dagen startet med ny og veldig fin meditasjon med Rupert Spira. Og hovedtema var ekte indre lykke eller livsglede.

Første foredrag var med Donald Hoffmann, kognitiv vitenskapsmann og forfatter. Han pratet om bevissthet og grensesnittsteori om persepsjon. Han hadde noen fine forklaringer på ting:

Rom og tid er vår PC. Fysiske objekter er ikoner. Og pratet om kropp/sinn problematikken og forklarte matematisk hvordan det ble løst.

Mark Matousek, er en som liker å skrive om egne erfaringer om transformasjon og elsker å stille spørsmål. Han hadde ikke mange år igjen ifølge leger, men døden ble en døråpner for han. Mark nevner hvor viktig det er å fortelle historier og dele dem til hverandre og inspirerer, transcenderer, forbinder med hverandre, dele visdom med hverandre. Og verktøy til selvrealisering. Språk kan avsløre og man oppdager/utforsker selvet. Vi er ikke vår historie og det å se bakenfor dette var en oppdagelse for Mark.

John Hagelin, er en vitenskapsmann og jobbet en periode i CERN. Han er president i David Lynch Foundation og vier mye av sitt liv til forskning innen transcendent meditasjon og han hadde et foredrag om opplysthet og supernormale egenskaper. Han viste til forskning i transcendent meditasjon.

Jeg har vært en stor beundrer av multikunstner David Lynch og hans serie Twin Peaks er noe jeg har mest sans for av hans mesterverk. Som 16 åring ble jeg så fascinert over rollefiguren FBI Agent Dale Cooper og hans interesse for østlig visdom, yoga og meditasjon. Dale er også utrolig skarp mentalt og intuitiv. Og hans fascinasjon for Tibet og det spirituelle. Han hadde også sterke drømmer, som var med og løste gåten om hvem myrdet Laura Palmer. David Lynch er artist, skuespiller, regissør og forfatter. Han har nevnt hvor mye transcendent meditasjon har betydd for ham og det brukes flere steder i USA inkl. skoler for barn og unge.

Stephen La Berge, vitenskapsmann som har forsket på drømmer (spesielt Lucid dreaming - levende drømmer hvor vi er bevisst på og kan styre det som skjer) hadde et flott foredrag om sin forskning. Og nevnte noe jeg har sans for:

«Livet er en drøm.» Han mener med dette at drømmer er like ekte som den virkeligheten vi erfarer. Og at vi kan lære endel av drømmer på mange måter. Jeg hadde i barndommen endel levende drømmer hvor jeg fløy igjennom soveromsvinduet og husker prosessene, men ikke så mye av innholdet i drømmene.

Professor i kjemi, Lothar Schäfer hadde et morsom og innholdsrik foredrag om kvantevirkelighet og det spirituelle sinnet. Og nevnte dette med at alt det som kan måles er en verden full av illusjoner, mens den virkelige verden ligger i det ikke-empiriske. Det man ikke kan måle, men bare erfare og ha egen subjektiv interaksjon med. Han nevnte flere vitenskapsmenn, som var åpen for dette med ikke-fysisk informasjonsfelt med uendelig hav av muligheter.

I tillegg nevnte han ikke-dualitetslærere og paralleller til kvantemekanikk. Han forklarer kvantemekanikk på en enkel og forståelig måte slik at alle kan forstå det til en viss grad. Det mener jeg er konstruktivt og at man ikke må kunne avansert form for matte for å skjønne essensen.

Lørdagen ble avsluttet, som den startet for meg med artist, ikke-dualitetslærer og forfatter Rupert Spira. Han pratet om persepsjonens natur og var innom emner som ekte lyk-

ke, tilstedeværelse, stilte endel spørsmål og det var en inspirerende ikke-dualitetsreise.

Tredje og siste kongressdag søndag 27. oktober 2013, San Jose California - Science and NonDuality.

Morgenmeditasjon med Rupert Spira og emnet i meditasjonen var tilstedeværelse i dimensjonsløs/ formløs hav av subtil essens eller tilstand.

Jeg fikk endelig se Wisdom Tree hvor den indiske regissøren bak filmen har flettet inn kvantemekanikk, nevrovitenskap, kunst, musikk og spiritualitet på en veldig fin måte. Filmen var også sterk emosjonelt. Dyp film, som berører endel essensielle spørsmål om oss mennesker. Vakker indisk musikk i perioder.

Den greskfødte Professor i Computational fysikk, Menas Kafatos fikk æren av å avslutte SAND13 i San Jose, California. Han er veldig behagelig å høre på og har også studert diverse indisk visdomslære. Han er en av vitenskapsmennene som samarbeider endel med Deepak Chopra. En vitenskapsmann fra mitt hjerte!

Han pratet om observatør-basert vitenskap. Vitenskap om bevissthet og han er opptatt av at denne type vitenskap skal bygges på og utvide objekt basert vitenskap. Ikke erstatte den.

Observatør-basert vitenskap har med disse 7 punktene å gjøre:

- 1) Universell bevissthet.
- 2) Det er utenfor tid og rom, men opererer inni tid og rom.
- 3) Menneskets selv-tilstedeværelse (self-awareness) er en del av det.
- 4) Biologiske strukturer besitter av det.
- 5) Den eksisterer overalt og til alle tider.
- 6) Prosesser er fundamentalt i det fysiske Universet. Hjernene er verb og ikke substantiv. Det er prosesser det handler om.
- 7) Uendelig bevissthet blir sammentrukket/ forminsket ved å anta prinsipper, opererer både på mikro- og makronivå i Universet.

Menas ønsker å endre Descartes sitt sitat:

«Vi tenker og derfor eksisterer vi»

Til: «Vi eksisterer og observerer, derfor eksisterer alt.»

Jeg ser frem til å se mer frukter av samarbeidet mellom Menas og andre vitenskapsmenn + Deepak Chopra. De prater et språk som er på bølgelengde med det jeg mener er grunnleggende i vitenskapen.

I Magasinet Ildsjelen nr. 6 /2013 fikk jeg publisert en artikkel om Visdom, vitenskap og ikke-dualitet. Det var en artikkel om mine erfaringer og refleksjoner fra Science and Nonduality kongressen i San Jose, Oktober måned. Dette er inkludert i noe av de dagboks skriviene jeg gjorde under kongressen i år 2013. På samme tid når den kom ut i November 2013 var jeg også tilstede på den første Mindfulness-kongressen i Oslo.

Før-kongress og tur til San Fransisco - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

I San Fransisco var jeg innom The Walt Disney family museum. Jeg ble dypt rørt av å se alt det Walt har gitt verden gjennom hans kreative og skapende sinn! Mye glede, lek og moro. Og elementer jeg ikke har sett før!

Før-kongress workshops Science And Non Duality SAND 2014

Menas Kafatos, professor i Computational fysikk og Jay Kumar, professor i comparative religion, yoga filosofi, globale healing tradisjoner og nevro-kognitive studier hadde workshop om å søke det hellige i vitenskap. Emner som kvanteteori, kosmologi og integral imøtekommenhet ved å utforske bevissthetens natur gjennom linser til både vitenskap og religion/spiritualitet ble berørt.

Spørsmål som dukket opp under dialogen var blant annet: Er vitenskap og religion kompatibelt? Hvordan kan vitenskap og religion utfylle hverandre? Hva kan vi lære av urfolks spiritualitet? Hvorfor har/er det vestlige perspektivet/mentaliteten vært at vi er overlegen naturen og separert fra den?

Kafatos mener at kvanteteorien viser oss at vi ikke er separert fra naturen og universet. Og at vi er en del av en større og harmonisk helhet. Vi er forbundet med det hellige. Hva betyr hellig? Å føle en forbindelse til helhetens rene tilstedeværelse.

3 punkter om kvanteteorien ble nevnt:

1) Med komplimentær filosofi menes at to elementer ikke er motsetninger, men kan utfylle hverandre. F.eks. kan Gud (intelligent skaper) og evolusjon utfylle hverandre.

2) Rekursjon/Formel, som her og hvor som helst. Hva som er lokalt er globalt.

3) Kreativ interaktivitet (manifestasjon gjennom Qualia erfaringer)

Søke, sense, interaksjon og skapelse.

Istedenfor å bruke ordet illusjon om Maya fra Advaita Vedanta lære så ble dette brukt, som virker for meg mer konstruktivt:

Fanget i fragmentert perspektiv, begrensninger, separasjon av naturen, dualisme m.m.

Vedanta og ikke-lokal sammenkobling har til felles at vi ikke er separert fra naturen og universet.

Det hellige er overalt (steder, rom, geometri m.m.). Også i vitenskapen. Vi er berørt, sammenkoblet over avstand og delaktig i prosessene i universet.

Fundamentet/ Grunnmuren i religioner og spiritualitet er det samme som hos vitenskapen.

Workshop 2 før-kongress Science and Non Duality – SAND 14

John Hagelin hadde workshop om bevissthet gjennom kanin-hullet (uttrykk lånt fra

Alice i Eventyrland og dokumentaren hva i huleste vet vi som Hagelin deltok i). Hagelin har i yngre dager jobbet litt i det berømte stedet CERN i Sveits. Idag er han sjefsvitenskapsmann i organisasjonen, David Lynch Foundation, som hovedsakelig er opptatt av transcendentale meditasjon og undervisning av dette i USA.

Emner som Hagelin berørte var sammenkobling over avstand, tid-rom ormehull (sorte hull) og hjernen blant annet. Et interessant spørsmål Hagelin prøvde å svare på: Hvordan kan menneskehjernen få tilgang til enhetsfeltet, som vi alle er en del av?

Hagelin nevnte forskning fra Maldacena og Susskind som antok at kvantesammenfiltre-ring (Quantum entanglement) skjer gjennom ormehull og var innom emner som sorte hull, singularitet, string teori, mørk energi, anti-gravitet, vakuum m.m..

Ali H. Almaas, spirituell lærer, pratet om kvantesammenfiltrering som er et fysisk eller spiritielt fenomen. Og han var også inne på ormehull som Hagelin var det i sin workshop. Han var mest opptatt av å se på kvantesammenfiltrering ut ifra et spiritielt perspektiv. Og stilte spørsmål hvordan spirituell persepsjon, realiseringer og paralleller kan gi oss innsikt i emnet kvantesammenfiltrering.

Første kongressdag - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

Før frokost, som ifor så var jeg med Engelskmannen og Vedanta-læreren Rupert Spira sin gruppemeditasjon. Like inspirerende å være med på.

Chris Fields, som er en vitenskapsmann (samarbeider noe med Radin og hans Noetic Science team) pratet om hans perspektiv på Kvantesammenfiltrering, og nevnte hovedsakelig at verden er full av observatører.

Han mener at all interaksjon også er en observasjon. Interaksjon er bare informasjonsutvikling gjennom billedlige bindinger.

Neil Theise, professor i patologi og som samarbeider med Menas Kafatos har fått publisert dette i Vitenskapelig journal Complexity i 2013:

Non-dual Conscious realism: Fundamental principles of Non-Material, Self-organizing Universe

Theise nevnte kriterier for komplekse tilpassete systemer:

- 1) Numre betyr noe
- 2) Negative feedback loops
- 3) Interaksjon er lokal uten global sensing
- 4) Lav nivå av såkalt «randomness» (tilfeldig utvelgelse)

Theise nevnte et sitat han og Kafatos kom opp med, som konklusjon:

Vi lever ikke i universet, men vi ER universet.

Ikke-dualitet=Komplementær=Utfyller hverandre:

Kreativitet/Interaktivitet, Rekursjon og komplementæritet er nøkkelord i emner som

inkluderer kvantefysikk.

Theise nevnte at denne journalen går utenfor andre panpsykisme systemer beskrevet tidligere av andre.

Andre og tredje kongressdag - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

En ny dag som startet som vanlig med meditasjon av Rupert Spira. Første gang jeg har erfart regn i San Jose. Det klarnet opp utover dagen.

Gabor Mate er lege og forfatter. Han er kritisk til deler av vestlig perspektiv på sykdommer, lidelser og at man separerer kropp og sinn m.m. Mate er opptatt av kropp-sinn enhet og det som er autentisk naturlig i oss selv: Hva vi føler og hvordan forholdet er til sin egen kropp.

Følelser som man har undertrykket siden barndommen kan føre til sykdommer og lidelser senere i livet. Det samme med miljø og sosial påvirkning fra familie spesielt ifm. stress av ulik art. Noen sier at sykdommer har gjort at de ble mer autentisk med seg selv og kroppen. Fikk bedre kontakt med seg selv.

Rupert Spira, engelsk Vedantalærer pratet om separasjon fra selvet. Og hadde et flott sitat jeg fanget opp: Den ultimate vitenskap er ikke fysikk. Det er bevissthetsvitenskap.

En av de foredragene jeg så mest frem til denne dagen var kvantefysikeren Henry Stapp, som har professorgrad i partikkelfysikk. Han har samarbeidet med Wolfgang Pauli, som startet i 58. I 1970 så inviterte Heisenberg Stapp til å diskutere fundamentale elementer i kvantefysikken.

Stapp er opptatt av kvanteforbindelser mellom sinn og fysiske prosesser.

Stapp pratet om bevissthetsteori og hvordan kvantemekanikk fungerer i hverdagen. Han nevnte flere problemer med klassisk mekanikk/fysikk. Blant annet om at observatøren ikke er med i beregningen. I tillegg er også bevissthet utelatt der. Og i kvantemekanikk er de inkludert, som de fleste vet.

Han nevnte at grunnleggerne av kvantemekanikk/fysikk sa at bevissthet er fundamentalt viktig i kvantemekanikk. Klassisk mekanikk viser oss at det vi gjør er meningsløst. Og i kvantemekanikk viser at det vi gjør har mening og effekt. Det inkluderer prosesser i naturen.

Han har to lidenskap i livet og det er emnet synkronisitet og holografi.

Sky stilte spørsmål om det er forbindelse mellom fysikk og bevissthet. Og om visdom kan gi oss veiledning for oss. Han nevnte noe om ikke-fysisk informasjonsvirkelighet og viste til Fouriertransformasjon (tid og rom fjernet fra ligningen).

I min artikkel til science and nonduality om Bohm så nevnte jeg samme likning og link til nevrovitenskapmannen Karl Pribram sin teori om holografisk hjerne.

Denne informasjonsvirkeligheten er tidløs, udelt helhet, alltilstedeværende.

Han har skrevet en artikkel i journal of scientific exploration om Makroskopisk kvante-superposisjon.

Det var en panelsamtale om kvanteteori og fri vilje. Chris Fields (vitenskapsmann samarbeider med Noetic vitenskap, Donald Hoffman (kognitiv vitenskapsmann) og Henry Stapp (86 år gammel, som har samarbeidet med Heisenberg og hatt endel dialog med Wolfgang Pauli, begge kvantefysikk pionerer).

Stapp hevder at naturen har bevissthet og mente at Heisenberg ville ha vært enig. Vi er en del av naturen og naturen er en del av oss. Og at klassisk mekanikk ikke kan forklare hjernen skikkelig.

Men det kan kvantefysikk ifølge Stapp.

Stapp, Bohm, Penrose og Hameroff er åpen for at kvanter påvirker vår hjerne og prater om kvante-sinn teorier. Stapp har også vært i dialog med Bohm om kvantefysikk. Og han er også enig med Stapp om at kvantefysikk handler om ikke-lokalisering (tidløs) sfære.

Vedanta lærer Francis Lucille pleier å få spørsmål fra salen og svarer i en uskyldig og spontan tilstand. I en Vedantisk NOT-KNOWING tilstand. Flere morsomme dialoger

Å Praktisere Vedanta Selvgransking – James Swartz November 2014 Westerwald youtube video

Da jeg så en video på Youtube om tradisjonell Advaita Vedanta og en undervisning der en måned etter kongressen i 2014 i San Jose California var SAND (Science and Nonduality) - eventyret ute for min del. SAND gav meg inspirasjonen til å følge Vedantaundervisningen og er evig takknemlig for det:

Å praktisere Vedanta - Selvgransking av James Swartz - Westerland 2014 på youtube er en fin start for de fleste nybegynnere og var den første videoserien jeg fikk med meg av James Swartz og Shiningworld i november 2014. Den er delt opp i 16 deler og inneholder disse emnene:

1. Regler i Selvgransking
2. Motivasjoner, Objekter og Lykke
3. Virkelighet, Dualitet og Ikke-Dualitet
4. Et Gyldig Kunnskapsmiddel
5. Kvalifikasjoner for Vedanta
6. Selvets Vitenskap (Bevissthetsvitenskap)
7. Selvet og Dets Refleksjoner
8. Vedanta Oppsett
9. Isvara (Det Totale Sinn) og Samsara Chakra (lidelsehjulet)
10. Karma Yoga

11. Jnana - Kunnskaps Yoga
12. Spørsmål og Svar
13. De Tre Erfaringstilstander
14. Triguna - De Tre Energiens Yoga
15. Hverdagslig Gransking
16. Vedanta og Ikke-dualitetsvisjon

Etter hvert og i de siste årene har jeg gått over til Swami Dayananda, Swami Paramarthananda og Neema Majmudar som lærere i tradisjonell Advaita Vedanta. Jeg er evig takknemlig for at Shiningworld (James og Sundari Swartz) har bidratt med å introdusere meg til Advaita Vedanta og ser også tydelig at de har adoptert noen essensielle elementer fra spesielt Dayananda og Paramarthananda i deres undervisning.

Det er en del gjemte koder i den hengivenhetskulturen man ser i India. Når man virkelig dekker ned slik subtil info/ kunnskap og som også vedaene kommer fra gjennom hymner, poetiske mantrasanger i deres skrifter da er det gjemt en del gaver av kunnskap, som fjerner ignoransen og hindringer som dekker over hva og hvem vi egentlig er.

Det er naturlig nok både positive og negative sider ved alle kulturer på ulike måter, men det er flere grunner til at mennesker fra Vesten tiltrekkes kulturen til India. Nettopp på grunn av disse gjemte kodene i kulturen (gjemt i symboler i språk, bygninger, skikkelser/ statuer m.m.) Til nytte for de som følger det naturlig.

Hengivenhetskodene som blir vist i Indisk kultur hjelper oss til blant annet å elske alt og alle uansett form eller formløshet. Det er oss dette også uansett om vi liker det eller ikke.

Å akseptere at verden er som den er, positivt og negativt er jo tøft å erkjenne. Vi ønsker en perfekt verden hvor bare det gode regjerer og det samme med oss mennesker. Men å se det uperfekte i det perfekte i verden (eller oss som individer) og elske det vakre så vel som det stygge er også noe som er vanskelig å gjøre.

Et reisebrev til Tiruvannamalai i India Januar 2017

Fra 3. januar til 29. januar 2017 var jeg en tur til India. Det var hovedsakelig for å være med på Vedanta seminaret til James Swartz (Essensen av Vedanta). Det var 4 dager med seminar - 2 ganger om dagen (kl. 10-12 og 16-18). Og så en dag hvile og så 4 dager igjen med seminar. I midten av måneden var det 2 dager hvile. 28. januar var siste seminar-dag. India har alltid fasinert meg på mange måter og det er spesielt ulike områder som har med helse og livsstil å gjøre gjennom ulike yogatradisjoner, ayurveda og meditasjon. Og ikke minst Advaita Vedanta.

Sist gang jeg var en tur til India i 2010 var for å se på endel templer i ulike steder som Taj Mahal (Agra), diverse Krishna-templer i Mathura/ Vrindavan og en tur til Bangalore

samt Puttaparthi for å oppleve hengivenhetsmantraer i seremonier der. Jeg opplevde også Holi Holi festival der folk kaster farger tørt og vått på hverandre. Det var som å være med på paintball-krig. Jeg kan ikke huske å ledd så mye etter å ha vært med på den type tradisjon i India.

India tiltrekker mennesker over hele verden på ulike steder og er en av de mest populære stedene å besøke for de som er opptatt av spiritualitet, helse og livsstil. Det er noe med hele kulturen og landet som gjør at mange kommer hit, mens for min del i de siste årene så har Vedanta - slutten på all kunnskap (**Veda** har med kunnskap å gjøre og **anta** har med slutten) vært en del av min livsstil. Vedaene har mye å by på av kunnskap om oss mennesker (hvem vi er - eksistensiell kunnskap), skapelsen og virkeligheten. I tillegg tenker jeg etterhvert å studere litt mer om sanskrit og vedisk matte. Vedaene har kunnskap for alt man kan tenke seg.

Advaita (betyr ikke to på sanskrit). Vedanta har med ulike yoga typer som karma yoga (disiplinere og kultivere sinnet til å bli fredfull, rolig, harmonisk og modent for å lettere lytte til selvkunnskap), kunnskap (jnana yoga) og bhakti yoga (hengivenhet, lykksalighet og kjærlighet). Jeg skal fortelle mer i kort oppsummering om det vi gikk igjennom på seminaret senere i reisebrevet.

Det intellektuelle har ofte blitt sett ned på i ulike spirituelle grupper og av mennesker og noe jeg har reagert på i de 25 årene jeg har vært inne i det spirituelle eller det som noen vil kalle for alternativbevegelsen. Selvkunnskap er ifølge Vedanta det som fjerner ignoranse om hvem vi er og virkelighetens natur, og undersøke hva vi egentlig opplever i tillegg er fasinende å gjøre. Man kan trygt si at Vedanta ikke er for de som har en anti-intellektuell holdning i livet eller motstand mot kunnskap.

Jeg og en kamerat av meg fant et flott sted ca. 20 minutter fra Tiruvannamalai sentrum - et sted som heter Ashok Tree Nature Resort og ashram, som er en blanding av helsesenter (Ayurveda og naturopati) samt et sted for yoga-lærer utdanning og barne-skole. Det var interessant å få ayurvedisk konsultasjon om ernæringstips og massasje. Et fint sted som dyrker helse og velvære samt et stille sted. Ashok betyr å løsrive seg fra lidelse og sorg. Man jobber virkelig i sine egne prosesser psykologisk sett og det er naturlig at folk som er opptatt av å finne svar på dypere eksistensielle spørsmål i livet også tiltrekker seg dette stedet.

Maten var solid, inkludert vegetariansk kosthold med gode råvarer, men det var uten animalsk protein. Det tæret på min kropp som gjorde at både jeg og kameraten min dro flere ganger i siste halvdel av oppholdet til et sted hvor man kunne spise animalsk protein (egg, ost m.m.). Blooming Lotus (nær Agni Lingam) var et sted hvor de virkelig hadde kjærlighet til maten og som jeg ikke vil glemme.

Kameraten min og jeg satt på med en Rickshaw (Tukh Tukh er et kallenavn på det da jeg var i Peru i 2006 og 2007) hver dag når vi skulle til Vedanta seminaret som var ca. 20

minutter unna Ashok Tree Nature Resort stedet vi bodde på.

Kort fortalt på norsk så betyr satsang å komme sammen for å diskutere om vår sanne natur, som vedanta viser oss. Og det ledes av en lærer som er kvalifisert til å svare på spørsmål. En vedantalærer sier tydelig at han egentlig ikke er en lærer (guru) - som en skal forgude eller se opp til, men at han vil lære oss å bli vår egen lærer. Man tiltrekker seg Vedanta når man har den modenheten i sinnet sitt som skal til for å ta imot selvkunnskapen og metodikken for å fjerne ignoranse om hvem vi er og hva virkelighet er. En må gjøre jobben selv med å undersøke sine opplevelser m.m. Har man tvil og spørsmål så kan man stille en kvalifisert lærer spørsmål. Vedanta har ikke noe med ens personlige meninger, synspunkter og ideer. Den er 100 % upersonlig og objektiv i sin metodikk og selvkunnskap. Denne kunnskapen har funket for mennesker i årtusener i å frigjøre dem.

Det var Rishiene (seere som hadde kultivert rolig, harmonisk, modent og intelligent sinn i endel år for flere årtusener tilbake via meditasjon, kontemplasjoner m.m.), som fikk ned ulike hymner og kunnskap gjennom lyd, i første omgang. Vedanta blir kalt for shruti (hørt - muntlig tradisjon). Einstein (relativitetsteorien) kom ned som en slags åpenbaring og det samme skjedde med vedaene, som har kunnskap om alt som har med mennesker, skapelse og kosmos å gjøre. Rishiene hørte kunnskapen utenfra - det kom ikke fra dem. Men fra Selvet/Bevisstheten - Skapelsen - Upersonlig Skaper (blir kalt for Ishvara på sanskrit). Jeg bruker også navnet Det Totale Sinnet.

Det Rishiene hørte gikk via akasha (rom/eter) til hørselen deres og de hadde det som skulle til for å hente ned denne kunnskapen om hvem vi er, virkelighetens natur, skapelse m.m. (mikro og makro-kosmos). Sanskrit er et språk som mange blir berørt av gjennom mantraer og ulike tekster. Det rører noe i oss mennesker.

Gjennom Vedanta gransker (undersøker, analyserer, kontemplerer, reflekterer, systematiserer) man selv det som kunnskapen og metodikken lærer oss. Man kan ved å være en måned i India observere hvordan selvkunnskapen jobber i ens kropp og sinn. Det var fasinerende å oppleve og man har jo en fri vilje til å akseptere denne metodikken og kunnskapen eller ikke. For meg er jeg ikke i tvil om at det har vært mitt beste spirituelle valg å legge det meste jeg hadde kjennskap til og opplevd på hylla. Trekke essensen ut av dem og la den upersonlige metodikken til Vedanta jobbe i min kropp og mitt sinn. Måten denne selvkunnskapen jobber i kropp og sinn er fasinerende å observere som sagt. Hvordan den fjerner ignoransen av min sanne natur.

Jeg vil forklare kort om hva seminaret handlet om:

Undervisningen var delt opp i 3 deler - ESSENSEN AV VEDANTA

1) Kunnskap, karma, fri vilje, renselse, meditasjon

Tekst: Bhagavad Gita - kapittel 2-6.

2) Selvet - Eksistensen/ Bevissthet

Tekst: Inquiry to Existence (Panchadasi) - utvalgte vers.

3. Bliss (Lykksalighet)/ Kjærlighet/ Hengivenhet

Tekst: The Yoga of Love (Narada Bhakti Sutraene).

Kort sammendrag fra Essensen av Vedanta-undervisningen:

«Å stole på følelser er ikke god basis for et lykkelig liv. En kan ikke løse problemer alene og når en kommer til Vedanta betyr det at man trenger hjelp til å få kjennskap om hvem man er. Karma Yoga handler om passende handling og holdning til å løse emosjonelle utfordringer. Det innebærer å nøytralisere bindinger til det man liker/ misliker i livet. Du skapte ikke kropp-sinn verktøyet og resultatene i livet er ikke opp til deg, men opp til Det Totale Sinnet/ Dharma-feltet (verden er et nullsum-spill). Karma Yoga er med og forbereder en til å ta imot selvkunnskapen og at man er generelt rolig, moden og klar (sattvisk på sanskrit).

Kunnskapens Yoga har med å lytte (sravana), kontemplere/ analysere/ reflektere/ systematisere (manana) og aktualisere/ assimilere (nididhyasana). Du lever lykkelig i verden. Du er hva du ønsker: Tilfreds med å være deg selv - full, hel og komplett og har ikke behov for at noe der «ute» skal gjøre en lykkelig eller hel.

Det finnes bare «sannhet» og ikke min, din eller andre sin «sannhet». Du har tiltro (shradda) til skriftene for å løsrive/ frigjøre fra bindinger til «objekter». Løsningen er selvkunnskap, som fjerner ignoransen om hvem du er. Man har hengivenhet til sannhet og kunnskap. Å vite hvem man egentlig er, er kjærlighet til seg selv, (identifisering). En er fullstendig tilfreds (tripti) som vi er. Vi forstår og aktualiserer hvem vi er.»

Jeg har blitt presentert for mye gaver i mine turer fra India i 2010 og 2017 og i ettertid i den vediske visdommen på ulike måter. Det har gjort at jeg har kommet til et punkt i livet mitt hvor jeg ønsker å dele med dem som ønsker å lytte til kunnskapen og visdommen, som jeg har integrert og fordøyet noenlunde i meg selv.

Swami Dayanada har et flott sitat som jeg tar seriøst der hvor jeg er i livet mitt nå: «Undervisningen er en del av det spirituelle arbeidet (sadhana); Det er ikke noe galt i å undervise noen. Hva en vet med sikkerhet, bør en dele med andre. Selv noe så enkelt som chanting. Det er veldig nyttig for personen å undervise.»

Bergen, 03.12.2019

Etterord

Meningen med Livet

Dette er noen av de store eksistensielle og dype spørsmålene i livet: Hvem er jeg? Hva er virkelighet? Og ikke minst hva er meningen med livet? Finnes det en mening? En vil få utallige svar på om det finnes en mening med livet og hva det inkluderer. Det er som med alt i livet at en vil undersøke og granske selv. Det er ikke noe en skal tro blindt på. Det er iallfall Vedantas holdning. Når en vet hvem man er, vet man også hva meningen med livet er. Det henger sammen.

Noen tror livet er en meningsløs reise og at vi kommer ut av ingenting. Andre mener at det finnes en mening bak alt det vi erfarer og ser i verden. Det er de som tror at det er et spørsmål man aldri får svar på og liker å se på det som et mysterium. Oppnå lykke, opplysthet, bli foreldre og skape familie m.m. er også andre svar en får.

Vedantametodikken er ikke bare en akademisk eller intellektuell øvelse. Det er en dynamisk tradisjonell undervisning som involverer studenter/ deltakerne på en slik måte at den gir innblikk i virkelighetens natur.

Den eneste meningen med livet er å oppdage din sanne natur som bevissthet. Hvis frihet eller moksha, er en del av individet sin karma og hvis individet er kvalifisert og har forstått at objektene er tomme, da kommer Vedanta til individet. Det er derfor kvalifikasjoner er så viktig for Vedanta; Det krever et modent sinn til å assimilere kunnskapen. Vedanta er det fullstendige kunnskapsmiddelet tilgjengelig til å fjerne ignoransen av din sanne natur og til å frigjøre deg fra personen. Men, sinnet må først bli renset for å ta imot kunnskapen.

Vedanta og Reinkarnasjon

Egoet identifiserer seg med kroppen og sinnet og som frykter døden fordi det tror at livet slutter med døden av kroppen-sinnet. Denne erklæringen fra deg er totalt dualistisk, Vedanta tror ikke på noe. Det er en bevissthetsvitenskap, som er basert på ren logikk og har ingen trossystemer. Trossystemer kan bli motsagt eller endret på. Vedanta eller selvkunnskap er det som ikke kan bli negert (fjernet), ulikt annen kunnskap. Den endrer seg aldri fordi den er ikke basert på noen sine meninger eller trossystemer. Vedanta er et uavhengig kunnskapsmiddel for bevissthet.

Den eneste sanne meningen med livet er å oppdage din sanne natur som bevissthet, som betyr at du er fri av kroppen og sinnet, fordi de er objekter kjent av deg. Når du er fri vet du at du aldri kan dø, fordi du er hva som forårsaker den tilsynelatende virkeligheten (kropp-sinn og verden, eller livet) selv om du som bevissthet alltid er fri av den tilsyne-

latende virkeligheten, som gull er fri av ringen, leiren er fri fra krukken, vannet er fri fra havet og bølgen. Ingenting eksisterer uten deg og hvordan kan det bli en annen mening til noe uten deg?

Du er Meningen i Ditt Liv

Det store oppslaget er nettopp ønsket om å bli anerkjent og elsket fordi du elsker ikke deg selv nok. Du tror at ditt liv vil bli meningsfylt hvis du blir lagt merke til og husket, slik at du jobber hardt med å hjelpe mennesker og prøver å gjøre en forskjell. Det er fordi du ikke føler at du, det vil si eksistens/ bevissthet, er årsaken til alt. Det er på grunn av deg at livet er meningsfylt. Du ER meningen. Du er hensikten. Men når du identifiserer deg med din begrensede refleksjon i ditt bevissthetsspeil, blir du en meningsløs, begrenset, livløs tanke, en person du forestiller deg er bevisst.

Alle handlingene er beregnet til å gjøre deg meningsfull i andres sinn, men de andre som du vil skal validere seg er bare livløse tanker det også. Det er ingen tilfredsstillelse, bare frustrasjon. Du kan ikke få blod ut av en nepe. Når vi diskuterer forhold, er ståstedet ditt at forholdene alltid er betydningsfulle bare fordi du tror de vil levere oppmerksomhet, med andre ord kjærlighet. Så lenge personen er virkelig og du tror at du er personen, trenger du å meditere på faktumet at det bare er et objekt av individet sin hengivenhet, selvet. Det er for selvets skyld at personen elsker og ønsker å bli elsket. Det er det samme for alle. Selvet er deg, eksistens/ bevissthet. Det betyr at du, eksistens/ bevissthet, er innholdet, meningen, hensikten av alt.

Det er ikke noe «andre» involvert. «Andre» er bare tanken av «andre», laget av maya (upersonlig skapelse - Det Totale Sinnet) som reduserer æren for at du er inni en liten vasana (programmering, tendenser, vaner) - bunt og forårsaker deg til å jakte etter din hale. Ingen andre enn deg selv kan validere deg.

Det å være bevissthet betyr at du er hel og fullstendig og det bare er deg. Hvis du er hel og fullstendig, vil ikke kjærligheten av den tilsynelatende andre tillegge kjærligheten, som du er. Hvis du gir kjærlighet for å motta kjærlighet, har du ikke forstått det enkle faktum at du er kjærlighet. Å prøve å få det du allerede har er frustrerende. Du gir kjærlighet, fordi det er din natur, men kjærlighet er belønning i seg selv. Den trenger ikke å bli elsket.

Når du kontakter mennesker, bryr de seg i øyeblikket når du viser deg som en tanke i deres bevissthet, og hvis du er oppmerksom på dem vil de bry seg helt til du skifter oppmerksomheten et annet sted, hvor de beveger seg til neste tanken som dukker opp inni deres bevissthet, og du opphører å eksistere for dem. Det er en trist historie for en behovstrengende person, men hvis du ser oppsiden, betyr det at du er fri til å elske deg selv. Dyd er dens egen belønning.

Du er Meningen med Livet

Dette er synet på livet fra selvet. Du erfarer livet som det er, minus de magiske, lykkelige projeksjoner av ditt spirituelle ego. Dette er et veldig viktig øyeblikk i ditt spirituelle liv, men ditt ego tolker det uriktig. Hvis du vender din oppmerksomhet til observatøren, den som ser denne nøytrale sinnstilstanden, vil du finne fullstendigheten, lykken som du søker, definitivt. Tiru (India) er ikke noe spesielt. Det er bare et symbol for deg av dine spirituelle forhåpninger (drømmer). Denne erfaringen er ment å snu din oppmerksomhet til selvet, den som ser. Det, deg, er magien, lykken, fullstendigheten. Ikke bare gå inn i tomrommet. Det er ikke riktig måte å tolke hva som har skjedd. Du kan kaste bort tid på å klage på tapet av meningen av dine spirituelle symboler. Du er meningen, og ikke Tiru. Kontempler på dette forsiktig.

Å Knekke Koden

Jeg tror du er ganske nærme å knekke koden. Den gode nyheten er at du har klart å praktisere den første granskingshalvdelen, å negere (gi avkall på) objektene som viser seg i deg. Den dårlige nyheten er at du tolker negeringen av objektene uriktig. Inntil nå har alle ting vært det som har gitt deg mening, men granskning, anvendelse av selvkunnskap, avslører at alle objekter er blottet for iboende mening. Behovet for meningen fortsetter. Hvor skal en søke nå?

Den andre granskingshalvdelen involverer å vende din oppmerksomhet fra objektene til deg, den som kjenner til objektene. Objektene er ikke deg. Du er den som kjenner til dem. Det er deg, den som kjenner til, som er meningen med livet. Når du holder på din oppmerksomhet på deg, ser bort fra objektene, og forvirringen er også et objekt du kan fjerne som ikke deg, vil du oppdage at du er fullstendighet i seg selv.

Hvis dette viser seg å være altfor subtilt, foreslår jeg at du tar pause fra selvgranskning for en stund. Gjør noe annet helt til forvirringen avtar. Kanskje du er altfor besatt med den. Noen ganger når du tar steg tilbake, vil det gi mening.

Refleksjonen er et speil. Den er ikke virkelig. Ingenting har noensinne skjedd. Hvis du vet dette uten tvil, er det ingen grunn til å bli plaget mer, fordi det betyr at du forstår meningen med livet.

Livsvei - Svadharma og Meningen med Livet

På mithya (virkelighetsordenen av dualitet avhengig av bevissthet for å eksistere) nivå er spørsmål om meningen og hensikten løst av forståelse av dharmanaturen. Jeg tenker på dharma som innebygget universell kode. Denne hensikt/ mening er bygget inn i Skapel-

sens byggesteiner og i hvert eneste vesen i dets innerste essens. Å aktualisere dette betyr å følge din natur ifølge din svadharma (livsvei) og derfor bidra til Skapelsen. Det er også til hjelp å forstå at Det Totale Sinnet styrer dharma (fysiske lover, karma lover, universelle etiske og moralske verdier). Å være på linje med dharma er å være på linje med Det Totale Sinnet. Som individer er det eneste vi egentlig har å bekymre oss for. Hvis vi gjør vår del, vil Det Totale Sinnet ta seg av resten. Derfor er hva som er foran oss, uansett hvilken dharma som påkaller oss, vår mening og hensikt.

Hvis ditt spørsmål relaterer seg til Skapelsens mening i seg selv, er det vanskeligere å svare. Det er ikke lett (eller i det hele tatt mulig) å finne ut hva meningen av en drøm når man er inni drømmen. Hvorfor drømmer sinnet? Hvorfor skaper Det Totale Sinnet (en kraft i bevissthet) tilsynelatende denne verden av form? Det eneste jeg kan svare, er hvorfor ikke? Det er sinnets natur å drømme og det er Det Totale Sinnets natur i å skape. Skriftene sier at den ultimate meningen med livet er frigjøring gjennom selvrealisering. For granskeren er meningen med livet å vekke opp fra separasjonsdrømmen og ha kjennskap til hvem vi er: Som alt gjennomtrengende bevissthet hvor verden viser seg i og forsvinner som tanker i sinnet.

Filosofier og Meningen med Livet

Filosofi, som religion og vitenskap er basert på et forsøk av egoet til å tolke verden vi lever i. Det er antakelser og meninger, kommet til gjennom pregete filtre av individuelle sinn, og er derfor underlagt feil. Selv om filosofi er studier av kunnskap, verdier og meningen med livet, skiller den ikke mellom bevissthet (hva som egentlig er virkelig) og sinnet (hva som er tilsynelatende virkelig). Filosofi tar sinnet for å være virkelig og bevissthet til å være noe vi har istedenfor det vi er. Med andre ord, objektiviserer filosofi bevissthet. Som et kunnskapsmiddel, er filosofi begrenset til persepsjon og konklusjoner, midler som ikke gjelder bevissthet, som ikke er et persepsjonsobjekt og kan dermed ikke bli objektivisert.

I min korte forståelse: Rene Descartes, 17-18 århundre, faren av moderne filosofi og dualistiske tankegang, sammen med Bacon og Newton fremhevet de fornuft og individualitet istedenfor monoteisme, og så Gud og naturen som ett, som beveget seg til en mer vitenskapelig forståelse. Senere guidet av Jean- Jaques Rousseau, innledet det en tidsalder av vitenskapelig materialisme støttet av Darwin, som ble et dominerende paradigme som vi har i dag. De byttet ut en dogma for en annen og nå er vitenskap og religion to dogmer som bjeffer på hverandre ustanselig.

Det spiller ingen rolle. Poenget er at Sarte og Descartes, sammen med mange andre store sinn, hadde ingen kunnskap om selvet og ingen kunnskapsmiddel, selv om de var briljante og hadde innflytelse. De bommet på hovedpunktet: At den som kjenner til den som tenker, det ikke-erfarende vitne, bevissthet.

VERDEN ER PERFEKT SOM DEN ER

Når Vedanta sier at verden er perfekt som den er, betyr det at vi ikke kan være noe annet enn hva den er. Hvis verden kunne være annerledes, å anta at Maya (skapelses) tanken var at det ikke tjente bevissthet, ville det skape verden til et annet sted. Men den gjør ikke det. Det må være en god grunn for lidelse, og det er helt klart det som motiverer ens jakt til forståelse og selvgransking.

Vi har en tro på at det er noe galt med oss og verden og har behov for å fikse på noe der ute eller hos seg selv. Det er bare en tro og ikke din sanne natur. Å følge sin natur er jo individuelt hva man skal gjøre siden man er programmert ulikt - har ulike programmer, tendenser, vaner og så videre. Dette er et viktig element i psykologien Vedanta prater om at det er ingenting å fikse på. Det kan virke provoserende for mange som tror det er noe å gjøre, fikse på i verden eller hos seg selv. Ha tillit til at ting skjer som det skjer uavhengig om det er noe vi tolker som positivt og negativt. Hva ønsker vi? Et fredfullt sinn. Og ha det bra med oss selv. Unngå lidelse, usikkerhet og føle at en må gjøre noe for å være bra - dyder. Tilslutt har vi bare et valgløst mål: Frigjøring eller moksa som Vedanta prater om. Vi realiserer og forstår hvem vi er og vår rolle i verden:

«Du er god nok som du er - ingenting å fikse på - da er du virkelig fri. Perfekt tilfredsstillelse. ingenting å heale - ingenting å fikse - deg selv, andre eller verden. Det er ikke noe galt med deg. Du er perfekt som du er. Verden er perfekt som den er.»

Når vi realiserer at vi er fullstendighet - fullkommenhet - vår sanne natur, vil vi ikke som regel ha trang til å fikse på noe i seg selv eller andre. Det betyr ikke at en ikke vil utvikle sinnet sitt eller forståelse i ulike temaer man er opptatt av i verden. Vedanta er opptatt av å fjerne ignoranse og lidelse. Da trenger en å gå innover - vende sinnet innover enn utenfor. Vi er preget av våre vasanaer (programmer, tendenser, vaner osv.). Vår holdning til oss selv preger også vår holdning til verden og andre mennesker.

Hvorfor er det vanskelig å akseptere at du og verden er perfekt som den er? Vi slutter ikke å bidra når vi har denne holdningen som nevnt om at alt er perfekt som det er, men vi er mer i harmoni med oss selv, vår livsvei og sanne natur og verden. Finnes det bedre realisering og erkjennelse av å ha kjennskap til hvem vi er og hvordan forholde oss i harmoni med oss selv, det totale og verden?

Magasinet Visjon 3-2019 nevnes noe veldig vesentlig i en artikkel om Giita Rani og hennes liv.

«Møtet bidro til at Giitas indre kritiker dukket frem fra skyggene. Følelsen av å være ivaretatt av livet forsvant brått og brutalt. Det samme gjorde musikken. Først nå, flere år senere, har Giita begynt å komme seg:

- Selv om jeg har vært i en selvkritisk tid, har det vært som om jeg har trengt å nå bunnen for å få tak i noe der. Bli mer jordnær kanskje, undrer Giita, som innser at hun før dette nok hadde en underliggende motstand mot verden slik den er.

- Kanskje søkte jeg det spirituelle som en del av ønsket om en bedre og vakrere verden.

Men gjennom å miste vingene mine har jeg funnet ut at jeg har enda mer kjærlighet for verden – sånn som den faktisk er.»

Verden Trenger Ingen Fiksing

Bhagavad Gita, en av de tre steinpilarene av Vedantaundervisningene, kanskje den viktigste, kommer med en viktig uttalelse. Den sier at det å gjøre plikten til en annen er farefullt; det er bedre å gjøre en tredjeklasses jobb hvor du passer på deg selv enn en førsteklasses jobb ved å passe på andre. Alle vil se bra ut i samfunnets øyne og samfunnet definerer dyd som å gjøre en forskjell. Det er en varm og tåkete ide, som ofte fører til skade så langt den lett overfører til forfengelige forsøk på å kontrollere og manipulere livene av andre ifølge din ide av hva som er bra for dem. De fleste av oss er undervist om at det er nobelt å ofre for andre. Men siden andre følger deres egne natur uavhengig av våre ønsker når alt kommer til alt, er det rart at vi føler oss frustrert, sint og bitter?

Det er kanskje nytt for deg, men vi er ikke her for å redde verden. Verden er perfekt som den er. Det gode og det onde tjener bevissthet perfekt. Når du forstår det store bildet (helheten) vil du roe ned og passe ordentlig på deg selv. Men når du har en spesiell forfengelighet at du vet best, som egentlig er født ut av sansen av underlegenhet og opplever deg selv å hjelpe noen andre, gjør du egentlig ingen tjeneste, fordi du skaper en avhengig person. Nummer en spirituell verdi er selvstendighet. Hvis du gjør tenkingen for andre og passer på deres liv, vil de ikke utvikle seg. Det betyr ikke at berettigete og sporadiske krav om å hjelpe ikke burde bli gledelig respondert på eller at det ikke er plikten av foreldrene å forme livene til deres barn med kjærlighet og gode verdier. Imidlertid, i konteksten av jakten på frigjøring, burde du ideelt sett unngå forhold som krever kontinuerlig tjeneste, hvis ikke det er din natur å tjene.

De sier at livet imiterer kunst. Såpeoperaene er et godt eksempel av svadharmanas (livsvei) problem, fordi det glorifiserer nesten hver dårlige verdi kjent av mennesker, spesielt manipulasjon. Ofrene er grunnleggende umodne, ikke særlig kloke mennesker og bedragerne er å gjøre-noe godt fra helvete. Imens de dolker ofrene i ryggen med sleske smil og varmt omfavner at de hevder det er til det beste for ofrene. «Jeg har sex med din kone og bedrar deg i forretning, fordi jeg elsker deg så mye. Du kan ikke se det, fordi du er så dum. Beskjeden er åpenbar: pass på deg selv, hvis du ikke jobber med dine egne ting, vil du aldri få frihet.

Karma yoga holdning til seg selv (individet) og verden (det totale) - Naturlig bidrag i Verden

Som selvet er du ubetinget kjærlighet, og det er ingen separasjon mellom deg og den tilsynelatende virkelighet, alt er perfekt fordi det er bare deg. Det er ikke noe behov for noen erfaringer, meditasjon eller på en annen måte. Du er meditasjon. Du er Forskjellen. Som individet, opplyst eller ikke, er det en del av karma yoga praksisen å bidra til

Feltet (verden). Karma yoga er å handle med takknemlighet og det å sette pris på denne fantastiske skapelsen og alt er gitt til deg, en gjensidig holdning. Å prøve å endre verden er nyttesløst, fordi Det Totale Sinnet alene styrer alle objektene og tar vare på Det Totale (verden) på en perfekt måte.

Meditasjon er bare effektivt hvis en forplikter seg til karma yoga, å overgi resultatene til Det Totale Sinnet, Feltet, Livet. Meditasjon vil ikke endre verden eller deg selv som et individ, men fordelen er sattva, fredfull sinn, og erfare din sanne natur, som er veldig fordelaktig til deg, til selvgransking og til helheten.

Du blir en som bidrar til livet. Det gjør en forskjell for din verden at dess mer fredfull du er, dess mer sattva (klarhet) bidrar du til Livet. Men hele poenget med meditasjon er å forberede sinnet til selv-gransking, det er det hele. Meditasjon vil ikke fjerne ignoranse, bare selvkunnskap kan gjøre det.

Det Totale Sinn er ikke særlig glad i do-gooders - de som vil redde verden fordi de tror verden er problemet og trenger å fikses, men det er fordi de blant annet tror de vet «mer» enn det Totale Sinnet. Det Totale Sinnet (Makrokosmisk Sinn) vet best. Er allvitende og vi bør respektere det. Vi kan hjelpe til utifra vår livsvei og det som passer for oss. Vi vil gjerne bidra i verden og har medfølelse for alles erfaringer på godt og vondt, men det er endel fallgruver her for spirituelle. Mange her som tror verden skal reddes, fikses og så videre. Verden er perfekt som den er - er en holdning til verden og at vi ikke har kontroll på resultater i verden. Det er ikke opp til oss til syvende og sist. Det Totale Sinnet har det siste avgjørende ord i alle sammenhenger. Det er også ulike karma - individuelle, kollektive (nasjoner) og andre ting å ta hensyn til her som vi ikke har kontroll over eller har helt oversikt over.

Objektivitet

Denne ideen om å forbedre verden, som en motivasjon for å gjøre noe er ikke en god en og virker sjelden. Det er fordi den grunnleggende forutsetningen om at det er noe galt med verden på den måten den er (og det er ikke noe galt), som har en underforstått betydning om at den er virkelig, som den ikke er. Når det Totale Sinnet vil ha fjernet mer ignoranse, vil det skje. Det er ikke noe galt med ignoranse eller dualitet; Den er vakker og veldig intelligent. Ignoranse har ingen begynnelse og uendelig på det makrokosmiske nivået; den vil alltid være det, fordi bevissthet er evig. Det er fordi ignoranse er en kraft, som eksisterer i bevissthet ellers ville det ikke være grenseløs.

Vi, individer, har ingen kontroll over resultatene, hvis du ønsker et mer positivt bidrag ved å hjelpe på en måte, så gjør det. Men det er en utakknemlig oppgave, og la ditt bidrag være i tjenestegjering uten en tanke på å endre ting eller gjøre dem bedre eller annerledes. Vi må alltid undersøke våre motiver for å gjøre noe: se om det er for å føle deg bedre, overlegen eller til å gi deg en mening i livet. «Do-Gooders», som har en tendens til å ønske en bedre og annerledes verden enn den er, istedenfor å akseptere den, har ofte

gjemte agenda. Mange har lav selvfølelse, og det å hjelpe er en måte å føle seg bedre med om seg selv. Handle for å hjelpe fordi det er en din natur til å gjøre det eller fordi du kan, med karma yoga ånd, og la resultatene være opp til Det Totale Sinnet. Du kan ikke slå systemet. Karma yoga er den eneste måten til fred. Vi ønsker alle at verden er et bedre sted, men den er hva den er.

Noen mennesker responderer til denne kunnskapen ved å si «hvis en ikke kan endre noe fordi det ikke er virkelig, og det er perfekt på den måten det er, hvorfor bry seg om å hjelpe noen? Men Vedanta sier hvorfor ikke hjelpe om alt er perfekt. Din hjelp er også perfekt. Hvis det er i din natur å hjelpe, vil du hjelpe. Hvis ikke, ikke. Hvis det er i din natur noen ganger å hjelpe og noen ganger ikke, er det slik Det Totale Sinnet har skapt deg. «Do Gooders», de som vil gjøre det godt, som vi kaller dem for, er ikke populær hos Det Totale Sinnet. Det er fordi denne type sinn tror vanligvis at det vet bedre og drar av sted for å redde verden eller mennesker. Det er ingen god motivasjon for å gjøre noe til å hjelpe, fordi du antar at du vet mer enn hva Det Totale Sinnet gjør i å levere karma.

Å elske alt det stygge - skyggesidene i oss selv og verden - Ubetinget Kjærlighet vår essens og natur

Det er ikke noe galt med den personen du er - aksepter alt ved deg, positivt og negativt. Det er ikke du som har skapt det. Vær takknemlig for det du tar imot som gave - uansett hva det er ifm. handling. Du er perfekt som du er - verden er perfekt som det er. Ingen-ting å endre på. Akseptere det - liker eller ikke liker.

Når vi elsker alt det stygge i oss - det negative og alle skyggesider er også deg selv, så aksepterer vi fullt ut at vi er den vi er. Vi er modne og objektive. Klare til å lytte til mer kunnskap om hvem vi er og hvordan vi takler og tolker livets handlinger. Det er uhyre vanskelig å elske det stygge i oss - det som vi undertrykker eller ikke ønsker å vise. Fullt forståelig.

Når vi aksepterer hvem vi er - alle vår sider så er det ikke mer å gjøre. Men heller hvordan vår holdning er til livet og dets opplevelser.

En kan lett demonisere verden og si at det er noe galt med verden. Men den er perfekt som den er og det å akseptere at Donald Trump er den han er, er ikke lett. Å demonisere verden er lett når man skylder på regjering, samfunnet, mennesker med makt og lager fantasier om konspirasjoner som florerer på nettet. Det er ikke lett å elske sine skyggesider og det får en jo se til gagns når en observerer Donald Trump og andre i media. Men hva med dine skyggesider? Elsker du dem for det de er? Alt skjer jo i sinnet vårt og det er egentlig ikke noe «utenfor» oss. Jeg har stor sans for måten David Lynch viser oss vakkre og stygge sider i sine filmer, og ikke minst i tv-serien Twin Peaks. Det er genialt og brilliant laget. Så mye subtile elementer i hvert bilde og hendelse.

Selvets natur, bevissthet er parama prema svarupa.

Parama betyr grenseløs, svarupa betyr natur og prema er kjærligheten som gjør kjærlighet mulig. Det er naturen av bevissthet. I dens tilstedeværelse blir spirituell kjærlighet til. Imidlertid er spirituell kjærlighet, uansett hvor ren den er, dualistisk, en transaksjon mellom et subjekt og et objekt, kjærlighetsfølelse, for eksempel. Når jeg vet at jeg er bevissthet, er Jeg prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærligheten er kunnskap fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når handleren har blitt negert (gitt avkall på) av selvkunnskap.

Hva er det siste trinnet av ikke-dualistisk kjærlighet? Det forklarer for å realisere ikke-dualistisk kjærlighet, som er den høyeste form for kjærlighet, må en omfavne og akseptere de stygge og smertefulle delene av livet. Denne høyeste form for Kjærlighet er varig, ugradert, ikke-erfaringsbasert og er selve min natur, kan bare bli oppdaget eller krevd gjennom et passende kunnskapsmiddel. Dette passende kunnskapsmiddel er ikke-dualistisk tradisjonell Vedanta.

Det Er Ikke Noe Galt Med Verden

Å uttrykke en del hat mot ledere som f.eks. George Bush jr. eller Donald Trump er og har vært vanlig. Det er ikke lurt å ta nyheter så personlig. Media er besatt av penger og den vet at konflikter selger. Den vet at Amerika er frykt-besatt og nyter det når en føler en mulighet til å føle sinne og rettferdighet, den serverer hva folket ønsker seg.

Men for hver negative historie finnes det tusenvis av positive historier som aldri blir trykket. For det andre er universet stort nok til å inneholde små konflikter som er der uten å bli helt ut av balanse. Det skjer en del mirakler rundt oss og hvis du ser ned på verden fra der du er vil du legge merke til hvor vakker og ordentlig den er, både mennesker og natur. Alt er forbundet til alt annet og jobber med hensikt. Konflikten som media skaper et stort nummer av er egentlig en del av den Universelle Orden, og ikke omvendt.

Hvis du føler at verden er et rot og det opprører deg, er den eneste måten å gjøre en forskjell på å ha en positiv holdning, som også er i tråd med karma yogaholdning: Å se verden som halv-fullt glass og ikke halv tomt. En optimistisk holdning. Å bli opprørt fordi verden er opprørt øker bare uroen i verden. Mennesker du kjemper mot vil bare nekte å endre seg. Det er ikke noe vits i å bekymre seg om det store bildet om du ikke er en av dem som virkelig kan påvirke hendelser. Men en liten person kan skape en fredfull, kjærlig vibrasjon og spre det til alle han eller hun berører.

Det er også viktig å forstå at alt her, inkludert konflikter tjener en høyere hensikt, slik at når en person erfarer konflikt vil han eller hun omsider begynne å granske, å se hva årsaken er og det vil omsider lede til selvundersøkelse og etter hvert en slags selvkorrigerende.

Å meditere kan være lurt på grunn av dine subjektive konflikter, slik at denne lidelsen du kjenner på vil ha et positivt resultat. Å gjøre det for passende grunner, fordi du er problemet. Verden er bra som den er.

Verden er perfekt som den er – noen flere tanker

Å gjøre en forskjell er det veldig mange som er opptatt av. Vedanta sier at en bør stoppe å gjøre en forskjell, fordi du prøver å fikse på verden, deg selv og andre mennesker. Fordi det er ikke noe galt med deg selv eller verden. Det er ikke noe galt med den personen du tror du er. Du er verken en dårlig eller god person. Du er en person. Du har ikke skapt denne personen. Du er ikke ansvarlig for dette. Du er ansvarlig for å akseptere denne personen. Det er alt du kan gjøre.

Den personen du liker eller misliker er gitt deg. Det er et problem når man ikke liker den personen man er. Svadharma (min natur) betyr at jeg har akseptert den personen jeg er. I den spirituelle verden snakker en om å overskride eller ødelegge den personen. Du må dra til en høyere tilstand og stoppe å tenke. De sier at denne personen er ditt problem. Flere guruer eller spirituelle ledere som tjener en del penger på denne tanken om at det er noe galt med deg. Vedanta sier det motsatte: Det er ikke noe galt med deg og den personen du er gitt. Problemet er at du ikke liker den eller ikke.

Hva er poenget med å like eller mislike personen. Det har ikke noe med den vi egentlig er. Jeg har ikke valgt denne personen med sine kvaliteter. Jeg kan bare akseptere den. Det er hva svadharma min natur er. En objektiv, klar og moden holdning. Å akseptere meg selv, som den personen jeg viser meg som i verden er også kjærlighet. Det er også en forståelse over at jeg har ikke skapt denne personen.

Svadharma betyr ikke å være spirituell, hellig, være god eller følge et spesielt ideal. Men følge det som er din natur og livsvei. Alt er bra som det er hele tiden. Det er holdningen til svadharma din natur. De gode tingene er bra og de dårlige tingene er bra. Alt har med holdning å gjøre og aksept. Det er slik Vedanta underviser oss i å gjøre oss upersonlige og objektive i våre observasjoner av det som skjer i kropp og sinn.

Moder Jord lider – Martyrarketype – Klima og miljø

Folk har ulike roller og egenskaper når de kommer inn i verden og det de har med seg i sin bagasje. Og de utvikler seg på den måten de naturlig skal utifra de valg og holdninger til erfaringer de har.

Media fanger ikke opp alt det positive som skjer i kulissene og det er vel det også som er poenget her fra min side. Om man har behov eller tro på at en skal føle seg dårlig eller erfarer at en lider pga. klimaproblemer, utfordringer og krise så gjør en det, men vi lever her for å gi slipp på å være bundet til lidelser og ting i verden.

Et medfølende menneske trenger ikke å lide over slike ting som skjer, men heller bruke energi og engasjement til det de er ment å gjøre eller velger å gjøre utifra der de er. Å være miljøvennlig, medfølende og følge sin livsvei trenger ikke å være preget av lidelser eller måtte være bundet av dem som erfarer det. Det har også med å respektere at verden er sånn som den er - perfekt som den er og vi imøtekommer den som den er, på godt og vondt.

«Jeg ser frem til den dagen vi alle/et solid flertall våger/tåler å stå i alvoret. Først da kan vi virkelig slippe positiviteten frem og la den forme fremtiden, som seg hør og bør.»

- Baksiden av den gode intensjonen her er at man må fikse på verden eller at det er noe galt med den. Verden er perfekt som den er - du er perfekt som du er - jeg er perfekt som jeg er - betyr at vi aksepterer at verden og jeg som person er slik. Jeg ønsker ikke at andre skal lide eller kjenne på det selv når det er krise, men om man har en modenhet (medfølelse og generøs holdning) så vil man ønske å bidra være helt naturlig. Jeg er uenig i den holdningen du har, men respekterer den fullt ut fordi det er riktig for deg, men ikke for meg. Jeg har en annen type rolle og andre har sin rolle. Det er viktig ikke å gå i fellen og tror at det egentlig er noe galt med verden. Det har det aldri vært, fordi vi lar oss binde for mye av det som skjer istedenfor å trekke mer objektivt tilbake. Man mister ikke den medfølende og generøse siden.

En annen bakdel er at det kan høres ut som en ønsketenkning fra din side ifm. det som skjer og skal skje. Mens andre igjen har en annen oppfatning og holdning til det.

Det er mye usynlige resultater og strøm av ting som skjer i verdenen, som ingen av oss har kontroll over og en kan drukne for mye i egne følelser og dermed kan en lett miste objektiviteten. Å være for personlig involvert i noe - altfor emosjonelt preget - tapper oss for energi og vil aldri være bra på lang sikt mentalt, emosjonelt eller fysisk. Det er jo egentlig naturlig. Jeg tror ikke han som skrev artikkelen ikke vil at andre skal føle noe eller undertrykke det de føler. Men det blir mye subjektivitet i dette om man lar seg rive for emosjonelt og subjektivt.

Det er også en form for flukt å tro at en må lide på grunn av det som «skjer». Folk er forskjellig og har forskjellig måte å oppfatte det som skjer på. En har ikke det store bildet i puslespillet Jorden og gjør det beste ut av der man er. Å prakke på at andre bør lide over det som skjer løser heller ikke noe problemer, men folk får erfaringer på ulike måter ut ifra det de trenger og ikke nødvendigvis.

Å være avhengig av binding til lidelser har en bakside i dette med at en skal følge idealer og ikke seg selv og sin livsvei. Moder Jord er et konsept og en ide om en personlig kollektiv mor, men det er umanifesterte - makrokosmisk kausale og er upersonlig. Og ikke noe som blir berørt av noe som skjer på Jorden eller i Universet. Det er sjamanistiske og urfolk-spiritualitet, som når en undersøker og gransker nøye så er det symboler laget for

å tilfredsstillende og vedlikeholde et ideal om å lide. At hele planeten lider. Men sånn er det ikke. All materie er livløs når man gransker alle lag i skapelsen eller manifestasjonen. Vi står da igjen med Selv/ Bevissthet, Eksistens som tilrettelegger muligheter for liv på Jorden f.eks. Se på edderkoppen (upersonlig skaper) som skaper et vev og er ikke berørt av det vevet (skapelse og manifestasjon). Lidelse er bare en tanke og ide i sinnet. Det er tilsynelatende virkelig. Noe som ikke er vår natur.

En arketype for denne lidende personen og lidende moder Jord er martyr-arketypen. Det er å følge et spesielt ideal som Jesus, Moder Theresa eller lignende. Å redde verden er jo en vanlig holdning da og at det er noe galt med den.

Greta Thunberg er en frisk pust og det er gode intensjoner i hennes miljøkamp. Ingen tvil om det og det vil treffe noen som trenger det, men det er også bakside ved slik holdning og mentalitet som hun f.eks. kommer med. Det er noe fallgruver her.

Jeg har ikke behov for å lide og måtte lide pga. dette, fordi det er slik jeg er skrudd sammen. Fordi jeg ønsker at folk og meg selv skal løsrive oss fra lidelser på ulike måter. Men jeg har stort ønske om å bidra der jeg kan ifm. å være miljøvennlig og medfølende menneske. Å kjenne på mye smerte og lidelse i livet gir en vekstmuligheter - det er det ingen tvil om, men er det meningen at man skal holde på dem til evig tid i livet? Nei, ikke fra mitt ståsted. Det handler også om å «komme seg videre» når man er klar for det. Og alle har ulike roller å spille.

Vedisk holdning til teknologi og materialistisk utvikling i verden

Vedaene har ikke noe imot materialistisk utvikling. Vedaene forbanner ikke fjernsyn. Vedaene forbanner ikke datamaskiner, oppdagelsen av biler og oppdagelsen av raketter og alt som har med materialistisk utvikling. Som en spirituell søker, trenger jeg ikke å fordømme dem: De er alle gaver av Det Totale Sinnet. Faktum er at vi også bruker dem. Jeg hørte at Maharshi Mahesh Yogi har en vedisk kanal. Hvorfor kritiserer vi vitenskap? Veda er ikke imot noe vitenskap, på den andre siden sier vi velkommen og vi kan ha klasser som en data/ internett klasse. I regnfull sesong, trenger du ikke å komme og du kan sitte hjemme og lytte i fritiden. Hvorfor skulle jeg kritisere data, eller noe i det hele tatt?

Hva Vedaene sier er at hvis du bare er forpliktet til en materiell utvikling og hvis du ikke parallelt bringer med deg spirituell vekst også, kan den samme materialismen bli dødelig. Fordi hvert menneske er en blanding av materie (anatma) og ånd (atma, selvet, bevissthet). Vekst i livet bør være en vel balansert vekst; og vitenskapelig utvikling må også være der i velbalansert vekst, sammen med økonomisk utvikling alt er flotte ting. Men ikke la dem bli en hindring til spirituell vekst. Og hva som er spirituell vekst: Den ultimate veksten er oppdagelsen av det faktum at jeg er selvet/ bevissthet, som er essensen av hele universet, uendelig ekspansjon er spirituell vekst. Fysisk sett kan du ikke ekspandere bakenfor dens begrensninger.

Verken fysisk eller mentalt kan du ekspandere bakenfor dens begrensninger. Fullstendig uendelig vekst er bare mulig spirituelt sett og derfor imøtekom spirituell vekst, mens du jakter på materielle ting. Og en slik balansert mål av materielle, underholdning/ nytelse/ tilfredsstillelse, så vel som selv-kunnskap kalles for Karma yoga.

Ondskap og destruktive handlinger i verden

Ingen behov for å erobre de onde kreftene og så videre. De var alle oppfatninger født ut av selvignoranse. Et klart sinn under innflytelse av selvkunnskap er ubekymret med skjønnhet og stygghet av den dualistiske verden. Et slikt sinn ser gjennom disse ulikhetene, fordi den ser alt i denne tilsynelatende virkelighetsorden som i seg selv er bevissthet.

Hvem skal en klandre for ondskap og annet som skjer i verden?

Hvis du ønsker å klandre noen kan du like godt klandre subtilkroppen (ego, sinn, intellekt) som alt annet. Ignoranse er den som bør klandres. Den viser seg i subtilkroppen som feilaktige tanker om ens selv og verdens natur.

Å våkne opp er ikke noe du gjør. Det skjer heller ikke. Men hvorvidt du er våken eller ikke, ignoranse blir. Du trenger å være dedikert over å fjerne den. Men du er ikke nødvendigvis kvalifisert til å fjerne den, fordi en hel del av hva du tenker kan være kunnskap er egentlig ignoranse. Du trenger et objekt syn, med andre ord Vedanta. Og du trenger å bli undervist. Å lese det som en oppvåknet eller uoppvåknet person vil ikke fungere på grunn av manglende objektivitet bragt med seg av ignoranse av virkelighetsnaturen.

Oppvåkning betyr bare at du har hatt noen erfaringer, som overbeviser deg om at du ikke er hvem du tror du er. Hvis du er selvet, og det bare er selvet, da har du aldri sovet, da er det ingen spørsmål om oppvåking. Hvis dette er sant, da gjenstår bare ignoranse. For å fjerne ignoranse trenger du et kunnskapsmiddel. Dine egne kunnskapsinstrumenter er ikke i stand til å fjerne den. Du trenger et upersonlig, fullstendig, grundig middel, altså Vedanta.

Ondskap Er Forårsaket av Ignoranse av Det Totale Sinnet

Jeg forstår at alt som utfolder seg i denne tilsynelatende virkeligheten i lyset av selvkunnskap, og ikke gjennom den begrensede forståelsen av individet, som betyr min preging eller programmeringer/ tendenser. Det betyr ikke at mitt sinn er allvitende, fordi bare Det Totale Sinnet har kjennskap til alle fakta. Det betyr at jeg forstår essensen av alt, fordi jeg ser alt som meg, bevissthet. Dette må inkludere det som kalles for godhet og ondskap.

Når Maya viser seg: Det Totale Sinnet i form av Skaperen viser seg frem og skapelsen manifesterer seg tilsynelatende. Skapelsen er laget av og oppstår fra gunaene: rajas, tammas og sattva. De er upersonlige krefter som former måten dualitet (samsara) spiller ut. Det er ingen dualitet i mitt sinn, slik at jeg ikke ser på hendelser som personlige.

Fra individets perspektiv, som identifiserer seg med å være et individ, blir det som spilles ut i verden sett på som personlig og har alle slags tanker, følelser og handlinger forbundet med den. Fra ens personlige til globale syn, hvordan vi ser på verden og hva som skjer oss og den, vil være tolket av hvordan sinnet er preget av gunaene, med andre ord programmeringer og tendenser, som også er generert og farget av gunaene.

Selv om jeg vet at jeg er selvet og ikke personen, den tilsynelatende personen som lever i den tilsynelatende virkeligheten. Selvfølgelig ut ifra dette perspektivet ser jeg grusomme handlinger på samme måte som du gjør: som urettferdighet, hjerteskjærende og tankeløse. Men forskjellen er at jeg vet at det er ingenting en kan få gjort noe med den. Ondskap vil alltid være tilstede i den tilsynelatende virkeligheten, det er rajas og tammas på sitt verste, hvis de kunne bli personifisert, som de ikke kan. Ondskap er forårsaket, ikke av Det Totale Sinnet, men av ignoranse av Det Totale Sinnet.

Det er vanskelig å akseptere dette og det er sjelsødeleggende hvis du går inn i korstog mot livets mørke side. Imidlertid, spiller Det Totale Sinnets skapelse ut som det må. Karma er umulig å forstå fra individets perspektiv, fordi personen kan bare se hva som skjer i den tilsynelatende virkeligheten inni rammen av den tilsynelatende virkeligheten. Dette perspektivet vil alltid være begrenset. Den tilsynelatende virkeligheten vil alltid være begrenset. Den eneste løsningen er å se det fra bevissthetens ståsted.

Ondskap, adharmiske handlinger og alle deres mange manifestasjoner er avskyelige og en kan ikke unngå å fordømme dem hvis dharma og sinnsro er hva du verdsetter. Men å være involvert i verdibedømmelser og bli følelsesmessig om dette emnet er å glemme det viktigste fakta: Det er ikke bevissthet, som forårsaker slik grusomme ting. Bevissthet er ingen stor person med ønsker og frykter. Bevissthet er grenseløs. Fordi den er grenseløs har den alle tenkelig kraft, inkludert kraften for såkalt det gode og det onde, ignoranse. Hvis ignoranse er ekskludert fra bevissthet, ville bevissthet være begrenset, når vi undersøker vet vi at det ikke er mulig. Ondskapen, som en ser, er et resultat av ignoranse. Vi vet dette fordi individer som forstår deres natur som bevissthet, gjør ikke noe ondt. Og selv om de som ikke forstår Det Totale Sinn sin natur ikke gjør noe ondt, verken fordi de ikke skal klandres for deres ignoranse av Det Totale Sinnet, som er hva som skaper godhet og ondskap.

Det er hvorfor Jesus sa: «Far, tilgi dem fordi det vet ikke hva de gjør». Maya (tilsynelatende skapelse) får bevissthet til å tro at det er et individ, som ikke vet at det er hel og fullstendig bevissthet. Når bevissthet er fortryllet av maya, gjør det handlinger og skaper lidelse til seg selv og andre. Samtidig er det mye godt i verden som det er ondskap. Maya

får også bevissthet til å realisere dens natur som bevissthet, følge dharma og gjøre mange flotte ting. Det er flere mennesker som er tiltrukket til healing og hjelpe enn det er overgripere av onde handlinger.

Er bevissthet ansvarlig for godhet og ondskap? Bevissthet er vitne til (tilsynelatende) godhet og ondskap. Den kan ikke være verken godskap eller ondskap, fordi både godhet og ondskap er objekter kjent av deg, bevissthet. Du er ikke hva du vet.

Maya, eller ignoranse, er ansvarlig for godhet og ondskap, ikke bevissthet. Maya er ikke virkelig. Vi vet dette fordi den forsvinner med selvkunnskap. Hvis maya ikke er virkelig, da er effektene av maya, godhet og ondskap i den tilsynelatende virkeligheten skapt av maya, heller ikke virkelige. Lidelse har med å ta noe som ikke er virkelig til å være virkelig.

Når vi sier at verden er perfekt som den er mener vi at den kan ikke være noe annet enn hva den er. Hvis verden kunne være annerledes, anta at mayatanken at den ikke tjente bevissthet, ville den ha gjort verden til et annerledes sted. Men den gjør ikke det. Det må være en god grunn for lidelse. Og det er sannelig det. Selv om det får bevissthet til å vise seg som et individ til å være sløv og ond, den gjøre også dem sensitive og våkne, som gir dem indirekte kunnskap av deres bevissthets natur, og motiverer dem til jakten etter direkte kunnskap.

Healing og Intensjoner

Fra Den Store Sammenhengens perspektiv er healing Vedanta. Hvilken større healing finnes det utenom kunnskapen om at det ikke er noe tvil om at vi er bevissthet?

Hva er det egentlig en healer tror han eller hun gjør? Og hvorfor ønsker en healer å heale? Er det en ubevisst respons til lidelse blottet for en sans av handleren eller er det et forsøk på å styrke handlerens sans av dyd? Det er ikke noe galt med dyd i utgangspunktet, men den kan maskere en sans av ufullstendighet og utilfredshet med en selv og verden. Den kan lett maskere oppsiden av lidelse.

Det Totale Sinnet har kontrollen på dharma og adharma samt hva som heales eller ikke. Om det er i din natur å heale er det bare å heale. Men ikke gjør noe stort nummer av det.

Hvis det er i din natur å heale vil du ikke tro at du er en healer. Healing vil skje i din tilstedeværelse uten anstrengelse. Å lære teknikker kan virke litt mistenkelig, men det er ingen dødsstøt.

Den selvutnevnte healer har ingen kontroll med resultatene. Han eller hun kan gjøre handlingene, men resultatene er definitivt opp til Det Totale Sinnet. Noen ganger er vi ment å lide. Det kan ha en fordelaktig virkning eller ikke. De fleste healere slutter etter en stund, fordi de kan ikke avgjøre resultatenes natur. Det er typisk handle.

Individet har kontroll over teknikkene, ikke over resultatene og det er Karma Yogaholdning.

Sykdom og Healing - Følelser og Tanker

En smart måte å tenke på om healing er at ingen er syke.

Alt er selvet. Selvet er aldri syk. Sykdom er en sinnstilstand basert på tanker om at verden og sinnet er virkelig. Men hvordan kan du heale noe som ikke er virkelig? Healing er å sette noen i et miljø og healers tilstedeværelse hvor de føler seg trygge nok til å tro annerledes. Når de slapper av er det mulig for Det Totale Sinnet i form av doktorens energier å flyte igjennom den psykiske nervekanalen (nadis) som er blokkert og gir en sans av lettelse. Shaktienergi healer.

Fordi virkelighet er ikke-dualitet, er det ingen tid, rom eller årsak og virkning. Alt som skjer tilsynelatende skjer samtidig på tilsynelatende forskjellige nivåer. Når selvet skinner: Sinnet tror, følelsene føler og kroppen handler. Imidlertid, får Maya det til å se ut som om tid, rom og kausalitet er virkelige. Fordi vi lever i Maya verden, bruker Vedanta konsepter passende til Maya for å lede oss ut.

Når vi sier, for eksempel at tanker forårsaker følelser, mener vi ikke at de i virkeligheten er forskjellige, vi mener at følelsene og tankene er bare to måter å se den samme tingen, på samme måte som tid og rom er to måter å se på verden.

For eksempel, hvis det er en trestol foran deg og hvis du er spurt hva du ser ville du sagt at du ser en stol, selv om du kanskje hadde helt oppriktig sagt at du ser tre. Stolen og treet, som eksisterer samtidig i samme lokasjon er ikke separate.

Når vi sier at sattviske tanker er født av lykksalighet, mener vi at det ikke er noe forskjell mellom lykksalighet og sattva, bare en tilsynelatende forskjell. Av Det Totale Sinnets nåde viser bevissthetens lykksalighet seg som sattva. Men når du hører at de er født av lykksalighet, er du motivert til å søke sattva fordi den kan love en lykksalighet. Det tar ikke mye arbeide i å se treet, fordi du ser det allerede. Det tar noen få ord til å peke ut at din kunnskap bare delvis er i harmoni med din erfaring. Du sier bare stol, men du kunne ha sagt tre. Eller du kunne ha sagt: Jeg ser tre i formen av en stol, som er fullstendig kunnskap.

Når du erfarer en følelse erfarer du også en tanke. Tanken er treet av følelsen. For å løse et følelsesmessig problem bør du ikke fokusere på følelsen, som ikke er mottakelig for kunnskap, du bør fokusere på tanken, som er. En kan si på en måte at alle følelsesmessige problemer er tankeproblemer. Hvis du ønsker å føle deg bra: tenk tanker som forårsaker gode følelser.

Manglende evne til å verdsette denne sannheten forklarer faktumet at healing-verden, for eksempel, er som et varig opphold på sykehuset. Mennesker forlater det, ikke fordi

de er healet, men fordi de er kurert av tanken på at det å generere gode følelser for å bli kvitt dårlige følelser adresserer ikke det virkelige problemet, tankene som produserer sykdommen. Hvis noen er ensomme og du gir dem klem, vil ensomhet gå bort midlertidig, men kommer igjen kort tid etter at klemmen slutter. Den virkelige årsaken kan ikke bli løst av en følelse. Bare kunnskap virker. Eller alternativt sett vil de aldri forlate sykehuset.

Selvkunnskap er den eneste selvhealing

Selvkunnskap er den eneste selvhealing, Det Totale Sinnet den eneste healer. Hvorfor eneste og ikke det beste? Fordi beste innebærer vurdering og sammenligning. Beste viser til verste.

For Det Totale Sinnet ER det kun Det Totale Sinnet. Det Totale Sinnet er ikke noe som sammenligner og vurderer seg selv på en beste-verste skala.

Eneste er veldig klar. En -este. Ikke-dualistisk.

Verden Er Bare Ditt Sinn

Verden er bare i sinnet. Det er ikke en virkelig verden der ute, bortsett fra materielle objekter som viser seg i sinnet som tanker. Verden er bare ditt individs tolkning av tankene som viser seg i det makrokosmiske sinnet (Det Totale Sinnet). Problemet og løsningen har å gjøre med hvordan du relaterer til dine tanker. Tror du at de er virkelige? Adlyder jeg dem? Hvem er ansvarlige for dem? Vedanta gjør deg bevisst på en plass i deg som tillater deg til å se dem for de er: Objekter fri for personlig betydning.

«Objektenes funksjoner endrer seg ikke ved opplysthet. Alt som endrer seg er verden- og individets status. Begge blir ikke lengre sett på som virkelige, fordi du vet at du er virkelig essensmessig og fra hvor alle objekter dukker opp i og hvor alle objekter er avhengig for deres eksistens og du vet at du er det ikke-erfarende vitne, som har kjennskap til den erfarende entitet (jiva/ego) og alle objekter.»

Kort oppsummering hvorfor Verden er perfekt som den er

Hvis en tror det er noe galt med verden og seg selv så ser man seg selv og verden som noe som skal fikses på, som er den underforståtte betydningen. At vi føler oss utilstrekkelig og at vi mangler noe. (Vi er hel, komplett og fullstendig). Verden er perfekt som den er ifølge Vedanta. Fordi man har en karma yogaholdning om at folk følger den livsvei og det de er programmert til. De vet at Det Totale Sinnet/ Gud som alt kommer fra, inkludert fysiske lover, verden, mennesker m.m. vil sørge for at ting blir gjort som de skal. Man er takknemlig for alt man er gitt i verden og bidrar på den måten som er naturlig ut ifra sin livsvei, inkludert engasjement. De som tror verden skal endres og

fikses på mangler stødige kunnskaper om skapelse, seg selv og hvem de er ut ifra ikke-dualitetsvisjonen.

Å tro at noe er galt med verden kan også føre til at man kan gjøre noe eller engasjere seg i ting, som ikke er i henhold til ens programmeringer og livsvei. Det er lett å misforstå. Hvem har det best med seg selv også? De som er bekymret for verden og har behov for å fikse på den og seg selv? Eller de som tar det med ro, forstår mekanismene i skapelsen? Hvordan er sinnene til hver og en av disse?

Kunnskap om det totale sinn, individer, virkelighet og hvem vi er (selv/ bevissthet) er nøkkelen til frigjøring. Det er en takknemlighet, aksept og modenhet som gjør at en kan nyte denne drømmen/ livet best mulig. Og man har tillit til at ting utspiller seg kollektivt og individuelt som den skal. Ingen behov for å fikse på noe i seg selv og verden. Men man har tillit til å følge det som en skal følge også, og en vil naturlig bidra med det som skal når også sinnet hovedsakelig er fredfull og tilfreds.

REINKARNASJON OG KARMA

Hva er Reinkarnasjon?

Vi gjør først en gransking i hva tid er. Hvis virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet, som vi vet at det er, er det ikke noe annet enn bevissthet i den. Tiden er en konstruksjon, noe som dekker over. Den er skapt av frykt og begjær, og hvis du er identifisert med den, leter du etter det som er bestandig gjennom et ubestandig instrument, sinnet. Dette er ignoranse. Ingenting er erfart i fortiden eller fremtiden, bare i nåtiden. Hvor lang tid er tilstedeværelsen? Et liv, et år, måned, minutt, millisekund? Øyeblikket du prøver å kategorisere tid, har tiden allerede passert. Tiden er derfor ikke noe spesifikk måleenhet. Hva er den da?

Hvis du tenker på den, er tiden rommet mellom hendelsene. Erfaringsessensen av hendelser er lagret i og av sinnet. Minne er ganske enkelt katalogiserte og kategoriserte hendelser. Kan du egentlig si at en hendelse tok sted før hvis sinnet ikke lagret den hendelsen? Du kan ikke det. Tiden er distansen mellom et minne av en hendelse og et annet minne eller nåværende erfaring. Det er en illusjon. Hvis tid er rommet mellom minnene formet av sinnet, hva eller hvem ser tilstedeværelsen av minnene og tid? Bevissthet er vitnet til tid. Er bevissthet påvirket av noen sinnsfunksjoner? Har bevissthet egentlig noe med den mentale illusjonen, som blir kalt for tid? Ville tid eksistere hvis bevissthet ikke var der til å se den? Nei, på alle spørsmål.

Det er nøyaktig hva vi mener når vi sier at bevissthet er bakenfor tid eller er tidløs. Vedanta sier at bevissthet ikke er en faktor i produksjonen av tid; Bare erfaring og minne er. Likevel må bevissthet være der for at tid eksisterer. Det er derfor tid avhenger av deg, men du avhenger ikke av tid. Du ser tid, den ser ikke deg. Du er seeren upåvirket av tid. Du er fri for tid. Ingenting har skjedd. Hva spiller det for noe rolle om vasanaene ikke

kan bli løst opp og fortsatt være bindende.

Med en gang ignoranse har blitt fjernet og kunnskapen om at din sanne identitet er bevissthet og den er stødig, forstår du at personen ikke er noe mer en tendenskombinasjoner, liker og misliker, eller vasaer, som skaper en spesifikk personlighet og en livshistorie. Både Det Totale Sinnet og individet, eller den tilsynelatende personen, er objekter kjent av deg, bevissthet. Dine betingelser tilhører Det Totale Sinnet; Derfor, som bevissthet, gjør du ikke krav på den. Ei heller perfektionerer du den tilsynelatende personen, fordi den er ikke virkelig. Alt du trenger for å være fri er å forstå individets betingelser i lys av Selvkunnskapen, slik at du kan være fri av begrensningene av identifikasjonen med objekter. Den tilsynelatende personen vil alltid være begrenset, slik at de aldri vil forlate den tilsynelatende virkeligheten, som betyr at individet alltid er underlagt Det Totale Sinnet, selv om den som bevissthet er fri for Det Totale Sinnet og individet.

Reinkarnasjonsemnet er ikke et stort emne i Vedanta, fordi Selvgransking handler om å negere (si nei til) oppfatningen om at du er kropp-sinn, eller handleren. Vi sier at du dør og reinkarnerer med hver tanke. Hele reinkarnasjonsideen avhenger på hvem du tror du er. Hvis du er religiøst tilbøyelig og er identifisert med å være en person, da vil egoet være bundet til ideen om et fremtidig liv bakenfor dette livet hvor himmelen kan være. Hvis du er spirituelt tilbøyelig, kan egoet være investert eller ikke over ideen om tidligere liv og reinkarnasjon. Du bryr deg om å ikke bli en dust i det neste livet, fordi du tror feilaktig at hvem du er som en personlighet i dette livet har en fortsettelse. Det gjør ikke det. De som følger Vedanta vet en at livet ikke er virkelig, ei heller tid, slik at reinkarnasjonsideen er ubetydelig.

Med en gang du forstår at du ikke er personen og hvorfor, er det ikke spesielt viktig å vite hvorvidt om personen reinkarnerer eller ikke, fordi du vet at du, bevissthet er evig. Personen er bare en ide som viser seg i deg, bevissthet. Dette betyr ikke at personen ikke eksisterer; det betyr bare at han/hun ikke er virkelig: Verdens virkelighet er definert av det som ikke alltid er tilstede og alltid endrer seg. Bare bevissthet er alltid tilstede og endrer seg aldri. Hvorfor bryr seg om hvem du var i et såkalt tidligere liv eller hvem du vil bli det neste når ingen av dem er mer virkelig enn den andre? Bevissthet har ingen fortid og ingen fremtid.

Personen er bare et navn for Selvet, fortryllet av ignoranse. Personen (personligheten) vil aldri reinkarnere, fordi han/hun er ikke virkelig. Subtilkroppen (ego, sinn og intellekt), det evige individet er heller ikke virkelig, men den er relativt virkelig med referanse til det kort levende individet. Den blir kalt for den reisende. Det er subtilkroppen, eller vasanabunten, som kan eller ikke reinkarnere. Den neste personen, eller subtilkroppen, vil være fullstendig annerledes person med et annerledes Karma livsoppsett. Den personen du er nå vil ikke være den samme og vil ikke ha noe minne over å ha vært den nåværende personen. Spiller det noe rolle? Hvorvidt om reinkarnasjon skjer eller ikke har ikke noe med ditt nåværende liv å gjøre. Troen er ikke noe mer enn en falsk sikkerhetssans for egoet.

Den spirituelle arenaen har bygget opp en veldig avansert fantasi rundt reinkarnasjons-ideen, fordi egoet er redd for døden. Noen mennesker har tidligere liv minner, det er sant, men hvilken rolle spiller det for her og nå? Kunnskap av tidligere liv vil ikke hjelpe sinnet å gjøre bindende vasanaer om til ikke-bindende. Bare Selvkunnskap har kraften til å gjøre det i det nåværende livet.

Som bevissthet, dør du aldri, fordi du har aldri vært født. Kropp-Sinn egoet vil dø. Hver tilsynelatende inkarnasjon spiller bare ut gunaer (kvaliteter), som skaper en historie med et navn og en adresse. Det er ikke noe mer enn en film som spilles ut på et filmlerret. Metaforisk sett, er bevissthet lerretet, og ikke filmen. Selv om individets historie kan se ut til å være personlig og stamme fra tidligere liv, er det bare et Selv (en bevissthet), det er egentlig bare et sinn, eller en subtilkropp, som viser seg tilsynelatende som flere. Det er bare en historie uten fortid. Det er historien av ignoranse og kunnskap. Hvis du forstår forskjellen mellom ikke-dualitet og dualitet er, vil du ikke bli opptatt av såkalte tidligere liv.

Egoet Ønsker En Garanti

Personen og bevissthet eksisterer ikke i den samme virkelighetsordenen fordi selvet, subjektet, er hva som er virkelig (uforanderlig og bestandig) og objektet, personen er ikke virkelig (foranderlig og ubestandig). Det er egentlig ingen forskjell, fordi alt er bevissthet: Det er bare en tilsynekomst i bevissthet, som forårsaker en forskjellighetssans når det ikke er noen forskjell.

Det er en veldig viktig distinksjon å forstå, fordi frigjøring er evnen til å skjelne (diskriminere) deg, bevissthet fra objektene som viser seg i deg, den tilsynelatende personen. Personen er avhengig av bevissthet, men bevissthet er fri for personen. Som vann er fri av havet og bølgen, men havet og bølgen er avhengig av vann for å eksistere. Noen tror at det den oppfatter og ser i livet er det samme som bevissthet, den som vet. Den som oppfatter dette livet (personen) er en begrenset oppfatter, eller selv fortryllet av ignoranse, den såkalte erfarende vitne, som ser objekter gjennom vasanaskjermen. Den grenseløse oppfattende (bevissthet) er det ikke-erfarende vitne og som får persepsjon for den begrensede personen mulig; bevissthet er den som kjenner til det begrensede erfarende vitne, personen.

Det begrensede erfarende vitnet, personen, reinkarnerer ikke som personen igjen, selv om tendensene/ programmeringene tar en annen kropp. Det grenseløse ikke-erfarende vitne reinkarnerer ikke, fordi det er ufødt og dør aldri. Når maya manifesteres, får dualitetsillusjonen til å se ut at Den Ene Bevisstheten identifiserer seg med subtilkroppen og viser seg som mange tilsynelatende individer. Maya er hva som gjør alt vanskelig å forstå. Maya får bevissthet til å se ut som en Skaper.

Egoet/ handleren ønsker garanti for at hans erfaring vil fortsette i en annen inkarnasjon

ved å sørge for et godt liv for den neste personen ved å følge dharma i dette livet. Det er en nobel og veldig god ide for egoets skyld, fordi det vil føre til at han har et lykkelig liv. Imidlertid er agendaen bak ideen at egoet ønsker en garanti at den vil fortsette. Den eneste som fortsetter (evig) er bevissthet, det ikke-erfarende vitne. Personen og deres ytre omstendigheter er ikke noe mer virkelig enn røyk i horisonten. Hva en trenger å forstå er hva som får røyken i horisonten til å vise seg som virkelig når den ikke gjør det.

Når kroppen dør, vil vasanaoppsettet man hadde løse seg opp, siden vasanaene ikke lengre er aktive, går de tilbake til den makrokosmiske kausalkroppen. Hvis de inkarnerer inn i en annen kropp vil den ikke ha noe konsekvenser for det livet egoet lever nå. Forvirringen relaterer til identiteten mellom individet og Det Totale Sinnet. Det ser ut til å være mange individer eller mennesker med unike liv og karma. Det er egentlig bare en person, eller subtilkropp og vi alle deler den. Individene er en del av dharmafeltet, vårt miljø (verdenen), som er styrt av gunaene: Dette blir kalt for Isvara, Det Totale Sinnet. Både individet og Det Totale Sinnet har en felles identitet som bevissthet.

Ignoranse eller maya er hva som får det uforanderlige til å bli foranderlig. Maya, lurer sinnet med dualitetsillusjonen, som skaper materialistisk hypnose og identifisering med objekter, som igjen skaper all frykt og lidelse. Hvis en underlegger sinnet til selvgransking med et gyldig verktøy som Verdanta og har undervisningen utfoldet ordentlig for deg, vil selvkunnskap endre ditt perspektiv til å se fra perspektivet av det ikke-erfarende vitne, bevissthet. Alt er virkelig en film, på et lerret. Du kan handle for å oppnå spesielle resultater, men disse resultatene er ikke opp til deg, de er opp til feltet eller Det Totale Sinnet.

Det ser ut til at du er handleren, men du er ikke det. Individet eller handleren er bare en faktor av mange som har med handlingselementene å gjøre. Fra individets eller handlerens ståsted er det passende handling å ta, men det garanterer ingen spesifikk resultat. Karma yoga er en holdning mot handling som sier at du kan gjøre en handling, men resultatene er ikke opp til deg. Karma kommer til subtilkroppen, som en jnani (opplyst person) vet tilhører Det Totale Sinnet. Dharmafeltet eller Det Totale Sinnet forblir uendret hvis en er opplyst eller ikke, som betyr at prarabdha karma vil spille ut ifølge dharmafeltlovene og disse lovene er upersonlige.

KARMA

Prarabdha karma er fremdriften fra tidligere handlinger, som forplanter seg som dine livserfaringer i dette livet, men det gjør dem ikke personlige. De kommer fra begynnelsesløs ignoranse og har lite å gjøre med noen spesifikk person; alle vasanaer er universelle vasanaer, fordi alle vasanaer stammer fra gunaene, Det Totale Sinnet. Vasanene inkarnerer som et spesifikt sett livsomstendigheter, eller karma, og personen identifiserer da med vasanaene og skaper en historie ut av dem med et navn, en adresse og en historie. Personen er bare en ide i subtilkroppen, som du tar for å være virkelig.

Du er bundet til personen og du liker ideen om at hva du gjør i dette livet vil gi den neste personen et bedre liv. Hva du ikke forstår er at drømmen ER en drøm: Den er ikke virkelig, selv om du erfarer en person, som er en diskret person med forskjellig karma. Det er en film, som spiller ut gunaer. Karma er bare en ide i sinnet, som skaper lidelse. Å brenne opp karma skjer når individet ikke lengre er identifisert med sinnet og vet at det er den sanne identiteten som bevissthet. Det betyr ikke at karma ikke spiller ut fortsatt for personen. Husk at kroppen tilhører Det Totale Sinnet. Prarabdha karma, som er Det Totale Sinnet som lever fruktene av individets handlinger, spiller ut så lenge individet er i live. Når prarabdha karma er ferdig, dør kroppen.

Karmaen ser ut til å fortsette til neste liv, men hva betyr det? Det er bare et liv, hvorvidt du tror du er evig, uforanderlig bevissthet eller hvorvidt du tror du er en begrenset person. Vasanaer (tendenser og programmeringer) fortsetter, det er alt. Karma avhenger på hva du tror du er. Hvis du tror du er en person, tilhører karmaen deg. Det er ingen karma for en opplyst person (jnani), fordi de vet at karma tilhører Det Totale Sinnet, og ikke dem. Karma brenner ikke opp for bevissthet siden det er ingen karma for bevissthet, fordi ingenting har skjedd. Den er ingen handler. Karma er ikke virkelig.

Karma er bare det upersonlige som spilles ut av gunaene, som ikke betinger Det Totale Sinnet, fordi Det Totale Sinnet er bakenfor gunaene. Det Totale Sinnet er ren bevissthet (paramatman) minus gunaene. Det Totale Sinnet pluss gunaene antar en rolle og blir Skaperen, opererende maya. Karma betinger handleren, fordi han/hun identifiserer seg med en handler. Det er ingen karma for dyr, for eksempel, fordi de har ikke noe intellekt slik at de verken er ignorante og ei heller har kunnskapen: De er et program ledet av Det Totale Sinnet. Dyr tolker ikke deres miljø: de evaluerer ikke ting som skjer dem, i dem eller rundt dem. Dyr tenker ikke, og de handler fra instinkter fra Det Totale Sinnet. Karma i seg selv er verdinøytral. Det er bare en handling og dens resultater. Karma er bare meningsfylt når vi evaluerer den. Vi verken liker eller ikke liker den eller er likeglad til den. Bare i menneskesinnene blir handling karma.

Karma ser ut til å være der for handleren eller individet, fordi handleren er ignorant av dens natur som bevissthet og tolker hva som skjer i dens miljø. Karma handler om identifikasjon eller tolkning, selv om vanskelige omstendigheter fortsatt kan spilles ut. Dette er Det Totale Sinnet, ingenting kan gjøres. Når du vet din sanne natur som bevissthet, vet du at det ikke har noe med deg, slik at du alltid er ovenfor den, observerer det og er fri fra den. Ved å si at karmaen og handleren ikke er virkelig sier ikke Vedanta at de ikke har en tilsynelatende eksistens: En kan ikke fjerne handleren eller egoet: frigjøring kommer når du vet hva forskjellen mellom det virkelige og hva som bare er tilsynelatende virkelig og du vil aldri forvirre deg med disse to igjen. Det er forvirringen, som forårsaker all lidelse.

Karma er virkelig hvis du tror det er virkelig; det er nesten umulig å forstå hvordan karma utfoldes, fordi den som prøver å forstå den er i dharmas/ karma feltet og en del av feltet. Det er som å forstå Det Totale Sinnet; det kan ikke skje. Krishna sier i Bhagavad

Gita: «På emnet karma, selv vismenn er i villrede. Det er derfor objektivitet og karma yoga er så viktig: Det er den eneste måten å takle livet fra personens eller den opplyste personens ståsted. Hvilket bevis er det for at det blir et nytt liv for samme personen? Det er bare et trossystem, ikke noe mer.

Livet er fri og vakkert NÅ når sinnet er underlagt til selvkunnskap og er fri fra ignoranse, som avslører personens sanne natur til å være bevissthet og frigjør han/hun fra begrensningene, som identifisering med objektene skaper, som blir kalt for binding. Frihet betyr at en alltid følger dharma, fordi en respekterer og forstår Det Totale Sinnet og opererer med universelle verdier av ikke-skade, ikke fordi du er en god person. Det er ikke bare deg, fordi du kjenner din sanne natur til å bli bevissthet og alt er deg, men fordi du ikke stopper å være den tilsynelatende personen etter opplysthet, verdsetter du sinnsro overfor alt. Hvis du ikke har sinnsro, er du ikke fri fra personen. Du forstår ikke Det Totale Sinnet, som er hvorfor du ikke forstår hva individet er og er heftet på reinkarnasjonsiden.

Bare egoet ønsker garantier fordi den er redd for sin egen bortgang. Vedanta er ikke dogmatisk og er ikke et trossystem; Den tilbyr ingen garantier og skaper ingen falske løfter. Hvis sinnet er kvalifisert og du er klar til å underlegge det til selvgransking med stor dedikasjon og forpliktelse, vil selv-kunnskap gjøre jobben med å fjerne ignoranse. Men det er ingen magisk formel og en må gjøre jobben selv. Ignoranse sitter hardt i og er VELDIG motstandsdyktig. Et sterkt ønske om å bli fri er nødvendig til å gå distansen, en av de mest viktige kvalifikasjoner (brennende ønske).

Minner er Lagret i Intellektet

Minnene er ikke lagret i kausalkroppen. Hvis de var det, ville de ikke bli tilgjengelige hele tiden i påfølgende fødsler. De er lagret i minne i intellektet, som er fjernet når subtilkroppen er gjenfødt. Kan du forestille deg hvor umulig det hadde vært å leve med alle minner av dine tidligere liv? Ingenting av informasjonen, som er nyttig i dette livet er nødvendig i det neste livet. Du starter på nytt neste gang, pluss din karma, som betyr grunnleggende tendenser, som ikke er dine minner. Vi kaller dine grunnleggende tendensbunt din svadharma eller din svabhava. Alt du trenger i nåtiden og fremtiden er tilgjengelig nå fordi det er bare nåtiden, selv om sinnet tror på fortid og fremtid. Faktumet er at det er ingen tidligere liv eller fremtidige liv. Alt skjer i nåtiden (tilstedeværelsen), evig bevissthet. At tiden kommer og går er ikke virkelig.

Er Lidelse Forårsaket av Karma eller av Ignoranse?

Vedanta student: Det er en ide om at personen har gjort noe galt i tidligere liv, som forårsaker dem til å lide i dette livet. Kreft er forårsaket av dårlig karma. Du blir torturert, fordi du har hatt dårlig karma å bo i Syria. Det er noe som ikke stemmer med dette konseptet. Det er dårlige ting som skjer til mennesker og jeg tror ikke det er noe

som rettferdiggjør det. Hva tror du?

Vedanta lærer: Enig. Det er noe galt med det konseptet at lidelse skyldes ens tidligere handlinger, fra to synsvinkler:

1. Du er ikke ansvarlig for livet du har blitt født i. Før du ble født tenkte du ikke at jeg ville bli født i en spesifikk livmor. Prosessen er ubevisst. Ditt nåværende liv er resultatet av titusener faktorer, som du ikke har virtuell kontroll over. Hva som skjer er ikke din feil. Gud, hele eksistensfeltet, forårsaker gode og dårlige ting til å skje, ifølge hvordan individets handlinger interagerer med feltet. Du kan ikke huske hva du hadde til lunsj for en uke siden, hvordan kan du huske alle gode og dårlige handlinger som eventuelt vil forplantes i karma? Akkurat nå generer du karma, noe godt og noe dårlig, som vil besøke deg senere. Hvis du visste hvilke handlinger som skapte dårlig karma ville du ikke gjøre dem. Selv gode handlinger gjort i dag kan produsere dårlige resultater i morgen. Ingen gode dyder går ustraffet. Det er alltid en ukjent faktor i hver situasjon som påvirker din karma. Du kan ikke klandre deg selv, selv om du er indirekte ansvarlig ellers ville ikke karma komme til deg.

2. Ideen om hva du har gjort eller hva verden gjør for å forårsake lidelse gjemmer faktumet at lidelse er forårsaket av ignoranse av Selvet. De fleste barn dør ikke av kreft. Det er mange mennesker i Syria, som ikke er torturert. Ja, løsningen er å finne det hellige, Selvet. En person, som ikke ser forskjell mellom han selv og det hellige Selvet lider ikke, selv om kroppen lider.

Det originale Selvet er ufødt, den dør ikke og ei heller reinkarnerer. Det er evig og bakenfor tid

Reflektert selv (individet) er også evig. Imidlertid på grunn av Maya ser den ut til å leve og dø. For en selvignorant person er fødsel og døden virkelig. Et ikke-evig individ er ikke noe annet enn materiell energi, de tre gunaene, som ser ut til å leve, på grunn av dens intime forbindelse til det originale, altgjennomtrengelige, evige Selvet. Vi vet at materie ikke er skapt eller ødelagt. Den endrer bare form. Den er evig. Den resirkulerer. Ingenting er oppnådd når kroppen og sinnet dukker opp og ingenting er mistet når de forsvinner. Individet gjør handlinger som skaper vasanaer, som forårsaker dem til å gjøre handlinger i en endeløs syklus. Hvis et individs kropp fortsatt er fortryllet av vasanaene når den fysiske kroppen dør, vil den plukke opp en annen fysisk kropp etter en tid og fortsette fødsel og dødssyklusen. Det er gjenfødelse for individer, om ikke deres vasanaer har blitt negert av Selvkunnskap. Negeringen av vasanaene skifter identitet av det reflekterte selvet til det originale Selvet, som er hel og fullstendig, og det er ingen grunn for den til å bli gjenfødt, selv om den kan det.

Hvis en person ikke er klar for å forstå Selvet, gir vi han/ hun reinkarnasjonsundervisningen til et punkt hvor den er nytteløs. Vi forteller personen at han/hun vil komme tilbake, som er logisk, men det er egentlig en løgn, fordi Det Totale Sinnet fjerner minnet

av siste fødsel og skaper en ny ikke-evig entitet i den neste fødsel. Det ikke-evige individet er ikke noe annet enn et konsept konstruert og som er bygget opp av tidsgrunnlaget, sted og omstendigheter, som aldri er den samme fra en inkarnasjon til den neste. Det samme oppsettet av vasanaene er operativ i den neste fødsel, imidlertid. De er evige, fordi de er Det Totale Sinnet og Det Totale Sinnet er evig. Ingenting av det er kjent av det gjenfødte individet, slik at hele spørsmålet av gjenfødelse egentlig er ubetydelig.

Reinkarnasjon er bare betydningsfull når det blir tatt for å være personlig: Min reinkarnasjon. Hvis det er upersonlig, er den ikke betydningsfull. Den er ikke personlig på grunn av at vasanaene ikke er selvbevisste tanker. Deres funksjoner tilhører Det Totale Sinnet.

Med en gang vi aksepterer at bare vasanaer reinkarnerer, vil vi også akseptere at det er ingen reinkarnasjon for selvbevisste individer.

Kommentarer tilslutt rundt emnet reinkarnasjon:

Reinkarnasjonsideen har vært en av de emner jeg har hatt mest problemer med å gi slipp på siden det er endel fantasier i det spirituelle markedet om det emnet og mye romantiske tanker, som har oppstått. Det er lett å la seg villedes og bli bundet til ulike ideer. Det går utover det livet man lever nå og egoet trenger noe å klamre seg fast til, en slags trygghet eller sikkerhet. Egoet trenger en slags garanti for at en vil fortsette å leve etter døden. En er ikke tilfreds med livet her og nå. Og en bekymrer seg unødvendig om det. Det samme med religiøse om ideen om å komme til himmelen etter dette livet. Det er godt å gi slipp på alle disse fantasiene og se hva denne ideen egentlig handler om. Det gjør en ikke før en forstår forskjellen på ikke-dualitet og dualitet. Og når man realiserer hvem man er: Uforanderlig, alltidtilstedeværende, alt-gjennomtrengelig, grenseløs, handlingsløs, fullstendig og ufødt bevissthet/ selv/ ubetinget kjærlighet.

HVORFOR ER DET LOGISK AT BEVISSTHET ER MIN SANNE NATUR?

Vedanta student: Hvordan kan vi være sikre på at det er et uforanderlig evig prinsipp eller essens til virkeligheten og at det er hva vi virkelig bør identifisere oss som?

Vedanta lærer: Bare spør deg selv. Hvordan vet Jeg hva Jeg vet? Kan du noen gang si at du ikke vet eller at du ikke er bevisst? Hvis du ikke kan, hva er det som vet/er bevisst – og hva vet den? Hvis du vet noe, kan det være deg? Nei, det kan ikke være det. Alt som er kjent til deg, bevissthet er der alltid. Hvis du sier at du ikke vet når du er i dyp søvn eller i en koma, hvordan vet du at du har sovet eller vært ubevisst? Det har tydelig vært noe som du visste for ellers ville du ikke vite om at du har sovet og ville heller ikke stå opp eller du ville ikke bli lengre her til å svare på spørsmålet.

Maya er en effektiv luring, den får oss til å bli forvirret og identifisert med kroppen og sinnet. Dualitet er veldig overbevisende, hvis du stoler på dine sanseorganer. Hvis din vitenskapsteori er begrenset til sansene, har du uflaks, fordi de er bare bra for å ha kjennskap til objekter og selv da kan de bedra deg. Det er nok av grunner for oss til ikke å stole på våre sanseorganer, selv uten ikke-dualitetsundervisningene.

Ikke bli oppmuntret av dine tvil, ikke forelsk deg i dem. Vi har blitt gitt funksjonen av tvil når vi antas å stille spørsmål til alt, siden ingenting i denne verden er hva som viser seg å være, med unntak av en ting – bevissthet, som ikke er en ting, som er hvorfor det er hardt å fatte. Den er ikke et kunnskapsobjekt. Objektet kan aldri vite om subjektet, fordi den er mer subtil enn den, da har du igjen et valg: Tiltro i skriften som autoriteten på hva som er sant eller gå forvirringsveien og vandre rundt og prøve å finne ut på egenhånd, som du vet ikke har fungert og fungerer ikke, fordi sannheten ikke er der ute. Og i den spirituelle verden, er det den blinde som leder den blinde, for det meste. Selv om undervisningene er bedre enn andre og har noe av sannheten, har Vedanta alt av det, pluss en metodikk som fungerer til å fjerne ignoranse, hvis du er kvalifisert og holder deg til Selvgransking.

Vedanta student: En annen tvil, som dukker opp er at jeg ikke er sikker på at jeg fullt ut forstår hvorfor noe er sagt til være virkelig bare fordi det er uforanderlig, fordi vi har ingen virkelig bevis på noe uforanderlig, har vi? Hva om bevissthetsnaturen bare er flytende og kontinuerlig i endring som alt annet i mithya? Hvordan kan vi være sikker på at bevissthet eksisterer før Skapelsen? Er svaret fordi det var intelligent skapt?

Vedanta lærer: Beviset på at det er noe uforanderlig er enkelt og greit det ikke-reduserbare faktum at det er bare en uforanderlig faktor i alle våre erfaringer: bevissthet. En uforanderlig faktor er noe, som ikke kan bli fjernet, derfor er den alltid tilstede og endrer seg aldri. Hvis det ikke var tilfellet, som nevnt overfor, hvordan kunne du vite noe, hvordan kan du være i stand til å stille spørsmål eller tvile? Du ville ikke det. Du ville ikke eksistere eller du ville være i graven. Det er også et ikke-reduserbar faktum at alt annet i denne verden alltid er i endring og ikke alltid tilstedeværende. Du kan mer eller mindre likestille bevissthet med tidskonseptet (jeg sier mer eller mindre fordi bevissthet er ikke i tid; tid er et objekt kjent av deg, som rom). Det blir sagt at tiden går raskt eller sakte, som avhenger av ditt ståsted. Men tiden går ikke, det er vi som gjør – hvis du er identifisert med kroppen. Slik er det med det uforanderlige vitne, bevissthet. Den går ikke over, fordi den er alltid tilstedeværende uansett om det er en kropp som viser seg foran den eller ikke.

Det er høna og egg-teorien: Hva kommer først? Uten bevissthet vil det ikke være noe høne eller egg. Så lenge du tror materie er virkelig, trenger du en årsak for det. Sat (eksistens) aspektet av Selvet er ansvarlig for den materielle Skapelsen. Men materie er utelukkende en projeksjon. Når du fordyper deg i den, da løser den seg inn i eksistens/ bevissthet, essensen. Selv vår nåværende vitenskapskunnskap har kjennskap til dette.

Hvorfor er det Logisk at Bevissthet Er Min Sanne Natur?

Den logiske tilnærmingen til ikke-dualitet som et verktøy for å forklare Skapelsen, når det er nyttig, bryter ned (fra individets sitt perspektiv) når det kommer til årsaksanalysen av universet. Deduktiv resonnering vil bare få deg et stykke på veien, fordi det eneste kunnskapsmiddel som er tilgjengelig for den er sansene (persepsjon og slutning), som uten Selvkunnskap er mithya (verden) og sitter fast i mithya.

Vanskeligheten for moderne vitenskap å forstå universets opprinnelse er et godt eksempel på dette. Den kan resonner seg opp til et punkt hvor det forstår at det må være et øyeblikk når Skapelsen startet, men den kan ikke fortelle oss hva skjedde ved skapelsen eller før det skjedde.

Kvantefysikk er den mest avanserte fysikkteorien på nåværende tidspunkt, og den kan ikke gå bakenfor Det Store Smellet, selv om den essensmessig kommer frem til at den beviser at objekter eksisterer bare fra observatørens ståsted, kroppen-sinnet. Grunnen til dette er at ikke-dualitet er en tilstand (den er ikke en tilstand, men en kan bruke den terminologien her med vilje) fra hvor det er ingen informasjon til å resonner seg fra. Hvis den er ikke-dualistisk, er det ingen objekter, ingen tid og ingen erfaring. Ikke-dualistisk betyr ingenting andre enn. Vitenskap vil sitte fast på dette punktet helt til det forstår hva bevissthet er, som den ikke vil gjøre inntil Selvkunnskap fjerner ignoranse for vitenskapsmannen.

Hvis vi anvender bare litt logikk kan vi resonner at det må være noe før objekttilsynekomstene. Ingenting kommer fra ingenting, selv om vitenskapen prøver ulogisk å bevise at bevissthet kommer fra objekter. Hvis det er tilfelle, hvor kom objektene fra? Hva var før objektene for å få dem manifestert kan ikke bli svart med deduktiv resonnering. Det må være noe før objekttilsynekomstende, noe som Big Bang (Det Store Smellet) kom ut ifra. Hvis vi tar leire som en god analogi – leire som den er bare udiffensiert gjørme. Men før krukken kan vise seg, må det være leire.

Leire er en ting, men når keramikeren skaper en krukke blir det et navn og en form og ser ut til å bli noe annet. Men skulpturen er ikke noe annet: ingenting har blitt tillagt krukken annet enn navn og form. Leiren var der før, under og etter at skulpturen viser seg. Hvis vi ødelegger krukken, vil vi se de fem elementene, som utgjør leiren fra hvor den kom fra. Hvis vi bryter den ned ytterligere og ser på dens partikler under et mikroskop, vil vi etter hvert se tom rom, som ikke er tomt i det hele tatt, fordi det er eksistensen i seg selv. Vi kan ikke fjerne partiklene: De vil løse seg tilbake i essensen og bli leiren igjen. Vi vet at materie er lik energi og kan ikke bli ødelagt.

Eksistens, bevissthet var der før Skapelsen viser seg, i løpet og etter det er trukket tilbake inn i bevissthet ved slutten av Skapelsessyklusen. Vi kan ikke fjerne essensen, eksistensen. Den er alltid tilstedeværende: understøtter og støtter alle objekter ellers ville de ikke eksistere. Vitenskap kaller ren eksistens for enhetsfelt og teoretisk kan vi si at Vedanta er enig i det. Hvis et objekt viser seg foran deg, viser bevissthet før deg i et annet form. Det kan være at den ikke er bevisst, siden den bare er en refleksjon, men det er likevel

bevissthet – selv om bevissthet ikke er den. Den kan bare være bevissthet, fordi virkelighetsnaturen er ikke-dualistisk bevissthet. Bare når Maya viser så viser en Skapelse i navn og form, som (ser ut til) å skjule eksistens, bevissthet. Før den, var det bare navnløs, formløs udistansert bevissthet med alle krefter tilstede i den, inkludert kraften til å skjule.

Materialister hevder at det ikke er mulig å verifisere ikke-dualitet, som er sant fra det dualistiske ståstedet, som de ser det ut ifra. Hvis din vitenskapsteori for å vite om noe er sansene, er den eneste kunnskapen du kan oppnå gjennom slutning, basert på persepsjon, som ikke er i stand til å vite eller forstå bevissthet, fordi det er en virkning, subjektet. Virkningen eller subjektet kan ikke forstå årsaken, objektet. Bevissthet/ eksistens er ikke et persepsjonsobjekt, fordi det er hva som gjør persepsjon mulig. Det er ikke mulig inni Skapelsen å forstå dette. Det er bare gjennom Vedanta kunnskapsmiddel at ignoranse av den sanne virkelighetsnaturen kan bli fjernet av Selvkunnskap. Selv vitenskapsmannen må være enig om at det er ingen bevis andre enn det den kan oppnå via sansene at Skapelsen er noe mer enn bare en tilsynekomst, som noe vi tar for å være virkelig. Men den er ikke virkelig. Virkelig som er definert som det som alltid er tilstedeværende og uforanderlig, som bare kan bli tilskrevet bevissthet, som støtter alle objekter, det eneste som er kontinuerlig, uforanderlighetsfaktoren.

Ingen sanseorganer er i stand til å oppfatte essensen av alle objekter, bevissthet. Sansene er bare i stand til å oppfatte objektkvalitetene (lyd, farge, form, struktur, smak, lukt), og ikke et virkelig, eksisterende objekt. Navn og form kan gjemme den sanne eksistensnaturen, men den endrer den ikke. Med Vedanta kunnskapsmiddel kan vi undersøke virkelighetsnaturen gjennom Selvgransking ved å analysere forholdet mellom navn, form og bevissthet.

Du kan også komme til samme konklusjon ved å analysere objektene i seg selv. Det burde være enkelt å se at et objekt, som med en tanke er laget av bevissthet. Det er ikke lett å se at de fysiske objektene er laget av bevissthet. Men som nevnt ovenfor, hvis vi undersøker materie vitenskapelig, bryter dem ned i partikler og rom og den som har kjennskap til partiklene og rom, med andre ord deg, bevissthet.

Materialistisk vitenskap kan ikke forklare den innlysende sammenhengen av materie og bevissthet, fordi den stoler på persepsjon og slutning som et kunnskapsmiddel. Den realiserer ikke at persepsjon er et objekt kjent til bevissthet i form av vitenskapsmannen og at persepsjon er bevissthet. Maya får det til å se ut som at bevissthet er et objekt, når det egentlig er subjektet.

Maya får også individet til å tro at det er en unik entitet, separat fra alle andre entiteter og objekter. Men et individ er heller ikke det som ser ut til å være tilfellet. Individet er egentlig bevissthet, som viser seg som materie. Slik at sammenhengen mellom de tre tilsynelatende separate faktorene individ, verden, Det Totale Sinnet/ Maya (som skaper den materielle verden ut av bevissthet), er ren bevissthet/ eksistens – deg.

Hvis du ser på Skapelsen, hvor eksisterer den? Har du egentlig sett en Skapelse? Ingen har. Du har bare erfart objektene som viser seg til deg til enhver tid, og disse objekter er ikke separate fra tankene som utgjør dem. Skapelsen er bare en ide, en tanke. Når tanken viser seg i deg, forestiller sinnet objektenes helhet ved slutning, men disse objektene er aldri erfart direkte. Alt som er direkte erfart er deg, bevissthet og objekteiendommene. Den eneste saken som gjenstår å avklare er hvorvidt eller ikke bevissthet eller materie er opprinnelig. Hva kom først? Når vi bruker ordet først, mener vi hva som står alene. Eksisterer materie forut bevissthet slik at vi fortsatt kan ha materie uten bevissthet? Nei. Du kan ikke separere et objekt fra objektets bevissthet.

Med andre ord, objektene er ikke bevisste. De har ikke kjennskap til seg selv eller andre objekter. Bevissthet er ikke bevisst på den måten vi forstår hva de betyr å være bevisst. Det Totale Sinnet (Isvara) forbundet med Maya er bevisst (selv om det ikke er et individ eller en person). Og ikke er modifisert av ignoranse/ Maya (gunaer). Det Totale Sinnet er bevisst, fordi med Maya sin tilsynekomst er det noe for bevissthet å være bevisst på, med andre ord objekter. Bevissthet er forut for materie på den måten at materie er avhengig av bevissthet. Bevissthet står alene. Det er det første prinsippet hvor alt dukker opp fra.

Til slutt når vi har fastslått at du ikke kan få noe ut av ingenting, hvis materie er avhengig av bevissthet, må den komme fra bevissthet. Derfor er virkningen (materie) bare en tilsynelatende årsakstransformasjon, bevissthet. Det er ingen virkelig transformasjon, fordi hvis det var det, ville bevissthet ha mistet sin grenseløse natur når den er transformert som materie. Den ville ha blitt begrenset, bundet av tid og rom – og det ville ikke være levende objekter og ingen mulige bevegelser i Skapelsen. Materie (subtile og grove objekter) dukker opp i deg, bevissthet, som hvor du tenker om er virkelig din (ugranskete) erfaring.

TRANSCENDENTAL KJEDSOMHET – TOMHET – TOMROM - FULLSTENDIGHET

Hva er vanlig faktor med tanke på to forskjellige erfaringer? Det er deg, bevissthet. Du tenker på bevissthet, som et objekt, og ikke som deg selv. Den som vil være her ute er et objekt i deg, bevissthet. Du identifiserer med den erfarende entitet. Det er bare to faktorer i eksistensen: deg og objektene, les: erfaringer, som viser seg i deg. Hvem av dem er du?

Den mest brukervennlige terminologi for frykt er fri-flytende-engstelse. Eksistensiell frykt er menneskets sår, som den noen ganger blir kalt for. Det er frykten som forårsaker knuter i solar plexus-området. Det er noen ganger blitt kalt for frykt av å være, som de kristne kaller for arvesynd. Alle religioner har brukt denne frykten til deres store fordel i å rekruttere troende og kontrollere dem.

Forretningsverdenen har tappet inn og utvinnet denne ubevisste frykten som en endeløs

gullåre. Denne makrokosmiske frykten er alltid tilstedeværende, gjemt i kausalkroppen, og den ser etter objekter å binde seg selv til. Den er relatert til andre. Den er den ultimate dualitetserfaring, eller annerledeshet, separasjon. Den største eksistensielle frykten er å ikke vite hvem man er.

Transcendental kjedsomhet

Det er en slags kjedsomhet, som i begynnelsen oppstår når selvkunnskap først tar over intellektet: Det blir kalt for transcendental kjedsomhet. Når sinnet ikke lenger er utadvendt, fordi det vet at det er ikke noe en kan oppnå i verden, en viss form for tomhet oppstår. Egoet har forstått at det er ikke noe å hente i verden, og det har ikke enda gjort skiftet til å forstå at det ikke kan erfare bevissthet, fordi virkelighet er ikke-dualistisk; Det er motsatt: Bevissthet erfarer (tilsynelatende) egoet. Objektene tomhet kan virke ganske deprimerende, men den er bare en tanke i sinnet.

Det løser seg opp når selvkunnskap er fullt ut oppnådd i sinnet og det vet at det er fullstendighet, som kjenner til den tilsynelatende tomheten. Med en gang selvkunnskap er oppnådd i sinnet, er det den eneste gangen objekter virkelig kan bli nytt for hva de er og fordi en ikke lengre kan besitte dem eller frykte å miste dem. Du vet at alle objekter er livløse og bare reflekterer bevissthet, dog du vet også at alle objekter er laget av deg og dukker opp fra deg, bevissthet, men du er alltid fri av objektene.

Gleden er i deg, ikke i objektet. Som du har avgjort, tilbyr objekter begrensede midlertidige slags lyksalighet, når du ikke lengre trenger dem for å levere mer enn de er kapabel av, nyter du dem uten frykt. En ser alt som selvet og nyter livet, takker for en av mange velsignelser, selv om de er flyktige. Takknemlighet er den eneste fornuftige holdningen. Det Totale Sinnets verden er virkelig vakker, når vi ser det ut ifra selvets perspektiv.

Kjedsomhet Er Ikke Kjedelig

Den erfarende entitet overlever opplysthet, men er kjent til å være et objekt. Det er som å se at din handler/ego nyter entiteten som en fremmed. Du, bevissthet, kjeder deg aldri. Du er fri av rajas. Du har ikke noe behov for å bli underholdt eller oppstemt. Den tilsynelatende virkeligheten blir sett for være perfekt som den er, fordi du trenger ikke lengre avlede betydningen for ditt liv fra den. Du er meningen. Erfaringsmessig er det en stødig strøm av lyksalighet av alle tanker og følelser. Det er en veldig positiv tilstand.

Kjedsomheten som egoet møter med en gang det har blitt degradert til objektets posisjon er midlertidig. Det er bare selvkunnskap sine resultater i den forstand at det er ett hundre prosent sikker at ingenting i verden vil gjøre noe forskjell. Det er en kraftfull erfaringsbasert bekreftelse av impulset, som leder det til å søke frihet i første omgang. Når kunnskapen synker inn, blir sinnet mer og mer rolig og rajasiske tanker som det produserer avtar gradvis og vil løse seg fullstendig opp. Ikke alle som har kunnskap som

er hard og stødig vil erfare det. Det avhenger av individets livsvei (svadharma).

Du ser det ut ifra handlerens/ nyterens entitet sin posisjon, og ikke fra selvets ståsted. Det ser ut som et tomrom, men det er det ikke. Vedaskriftene er også ganske klare på dette punktet.

Hvis du vet at du er bevissthet og har aktualisert denne kunnskapen slik at den overføres i alle områder av ditt liv, at du er fullkommenhet som ikke trenger noe: Det er ikke noe mer, bedre eller forskjellig. Du kan nyte tilstedeværelsen eller fraværet av objekter: Det gjør ingen forskjell for deg. Du vil ikke søke nytelse, som i seg selv er utilfredsstillende, fordi hvis du søker nytelse betyr det at du ikke vet at all nytelse (parama sukka) er din sanne natur. Faktumet er at søking i seg selv, begjæret for objektet, som forårsaker agitasjon i sinnet, utilfredsheten. Grunnen til at en midlertidig føler seg lykksalig etter at en har fått et objekt, som en har begjært, er at en har fjernet begjæret. Sinnet likestiller feilaktig lykksaligheten som en får når du får med det objektet istedenfor å slutte begjæret. En vil ikke stoppe å begjære, fordi det å være i live er et begjær. Det er faktisk ikke noe galt med begjær, så lenge det ikke går imot dharma, passende levemåte eller livsvei.

Hva Er Kjedsomhet?

Kort fortalt: Jeg ønsker å handle, men jeg vet ikke hva jeg skal gjøre og jeg er ulykkelig over at det er slik. I kjedsomhet er det alltid en mangel på aksept av den nåværende situasjonen.

Hvis jeg aksepterer alt som en gave fra Det Totale Sinnet/ Gud og har en karma yoga-holdning, kan det være kjedsomhet da?

Hvis jeg aksepterer kjedsomhet som en gave fra Gud, kan det være kjedsomhet da?

Kjedsomhet betyr også at jeg virker å være uoppfylt og jeg viser meg som en som trenger noe for å fylle meg opp. At jeg mangler noe og er ufullstendig.

Hvis jeg forstår at alt oppstår i meg og jeg er den eneste tingen, som er tilstedeværende og at jeg alltid er full, hel og komplett (fullstendig eller fullkommen), kan jeg kjede meg da?

Nei, jeg tror ikke det.

Du er alltid med deg selv. Det er aldri noe annet. Du er alltid hel og fullstendig.

DYP SØVN OG ERFARING AV TOMROM

Mange metafysikere har feilaktig konkludert med at dyp søvntilstand er et tomrom. Den er egentlig skapelsens livmor, fordi den våkne og drømmende tilstanden kommer fra den. Når du står opp om morgenen er alt så ryddig. Denne makrokosmiske dype søvntilstand blir kalt for kausalkropp og inneholder alle vasanaene fra alle levende vesener.

Ut-Av-Kroppen Opplevelse

Når du sover er den våkne-tilstandpersonen borte, men du verken sover, drømmer eller er våken. Du er selvet som observerer den sovende, den drømmende og den våkne. Frykten er den våknes frykt av tapet av egen identitet, tilknytning med kroppen. Å erfare ut-av-kroppen viser at du er selvet, den som kjenner til den drømmende og den som tenker den våkne-tilstandpersonen. Du er det ikke-erfarende vitne av disse subtile komponentene av deg selv. Du er alltid «ut-av-kroppen», som betyr at du er bevissthet av kroppen, selv om du føler du er inni den.

Buddhisme og ideen om tomhet

Ordet purna betyr fullstendig, komplett. Det betyr at du er fullstendig. Hvorfor bruker vi det ordet? Det er ikke sånn vi føler oss. Vi føler oss ufullstendig fordi vi er ignorante om sannheten.

Den spirituelle verden er særlig besatt av ideen om tomhet, som har vært akseptert og popularisert i århundre av Buddhistiske tankeganger. Den er basert på en spesifikk type spirituell opplevelse som avslører objekter sitt mangel på substans. Å realisere tomheten av objekter kan skremme vettet av det stakkars egoet i kosmiske proporsjoner. Hvis du føler deg desillusjonert og skuffet fordi livet har feilet i å leve opp til dine forventninger, så avslører Vedanta det faktumet at den ene som ser tomheten er faktisk selvet, fullstendigheten. Sansen av ufullkommenhet og tomhet, som forresten bare er en følelse og ikke sannheten, driver vår karma. Hvis jeg kan se at jeg ikke er tom og at objekter egentlig reflekterer fullstendighet av min sanne natur, kan jeg innskrenke galskapen min ved å jakte på objekter, jeg kan roe ned og nyte meg selv. Dette faktumet har faktisk inspirert den berømte Bibelske verset som er i salme 23.5 : Mitt beger flyter over.

Purna betyr også en delløs helhet Du er en fullstendighet (fullkommenhet) som ikke er laget av deler. De fleste av oss tenker at vi er en samling av deler: Kropp, sinn, sanser, underbevisste sinn, selv osv. Og dette kombinert med vår kunnskap om den foranderlighet av objekters verden, så er vi tilbøyelig til å forestille oss at vi alltid faller i stykker. Vi tenker lett, Jeg må ta meg sammen. Du trenger ikke å sette sammen noe som helst, bortsett fra din tenkning. Du trenger bare å se og forstå at du allerede er en delløs helhet.

Et annet ord for deg er kaivalya. Det betyr perfekt. Fordi objekters verden aldri er sett på som perfekt i overensstemmelse med det vi vil, så prøver vi alltid å perfektjonere den. Fordi vi føler oss ufullkomne og skyldige, så prøver vi alltid å perfektjonere oss selv. Det er en forgyeves anstrengelse fordi virkeligheten er perfekt på alle måter. Selv det som ser ut til å være uperfekt, den konstant endrende verden, er faktisk perfekt, ikke bare fordi den er selvet, men fordi den leder oss til oppdagelsen av vår medfødt fullkommenhet.

Den åpenbare innvendingen til ideen om at verden er perfekt er nærværet av ondskap.

Men ondskap hører ikke til skapelsen. Skapelsen er perfekt på alle måter. Ignoranse av selvets fullkommenhet og fullkommenhet av skapelsen produserer ondskap. Den åpenbare innvendingen til ideen at Jeg er perfekt, er grunn til den samme ignoranse.

Et annet viktig ord er ubekymret eller objektivitet, vairagya. Det er viktig å la oss vite at når vår kunnskap om hvem vi er, er stødig og fast, så er bekymring ikke et alternativ lenger. Det samsariske livet er ikke noe annet enn en uendelig utstrømning av smålige bekymringer; selvkunnskap ender dette.

Selv om det er mange av disse ordene, er disse ordene nok for nå til å ta vare på brahma satyam. Brahma satyam dekker emnet, som er den første halvdel av vår opplevelse. Den refererer til selvet. Jeg er virkelig. Jeg er hel og komplett, ikke-dualistisk, ikke-handlende, ordinær, ubekymret bevissthet. Jeg vitner den som opplever og ens opplevelser.

FULLSTENDIGHET OG TOMHET

Selvet er ikke tomt. Tomhet er et konsept kjent av selvet. Det finnes ikke noe som er tomt siden alt er selvet og selvet er fullstendighet, som kjenner til den tilsynelatende tomheten.

Mange mennesker går igjennom perioder av tomhet, selv depresjon på dette nivået. Det er fordi egoet ser at det er ingenting der ute. Den tilsynelatende virkeligheten er virkelig tom og ingenting har noe iboende betydning. Den går forbi når kunnskapen blir stødig og du vet at du er fullkommenhet, som kjenner til tomhet.

Buddhister kjenner til alt om tomheten, men de overser den mest viktige faktoren: Den som kjenner til tomheten. Alt de har å gjøre er å vende sinnet tilbake og se etter den som kjenner til, vitnet av tomhet, og tomheten blir en fullstendighet. Buddhisme er bra for å kultivere et sattvisk (rolig og klar) livsstil, men den har tendenser til å oppmuntre til falsk objektivitet (vairagya). Se dualiteten og ignoransen i deres tenkemåte.

Du kan ikke trekke deg tilbake fra verden. Verden er bare en tanke i ditt sinn. Så lenge du tenker du er i verden vil du lide. Verden er i deg, som betyr et tankeobjekt i bevissthet. Som et objekt kan du behandle det som du vil. Du bør se på det som deg selv og elske som den er. Du bør handle i den og vite at du er ikke av den.

Tomhet er et vanskelig ord, fordi det uttrykker et faktum om bevissthet og på samme tid er faktumet misledende. Bevissthet er fri av objekter, på den måten er det tomt, men tomt er ikke et adjektiv som beskriver bevissthet slik at ordet fullstendighet (purna på Sanskrit) er brukt fordi det ødelegger ideen om at bevissthet er et tomrom. Bevissthet er verken full eller tomt, Den er den som kjenner til fullkommenhet og tomhet.

Å konkludere med at verden er tom og det er ingenting er felles mellom buddhister. Ja, du er ingen ting, men ikke ingenting. Du er ikke en kropp, du er ikke et sinn, du er

ikke følelser, du er ikke tanker, du er ingen ting som du ser. Men du er den ultimate seeren, den som har kjennskap. Du er grenseløs, ordinær, alltid fullkommen, alltid tilstedeværende bevissthet. Alle disse tingene, kropp, sinn, følelser, tanker, alle ting som du vitner er deg.

Hvordan kan du ikke elske tingene som er deg?

«Rom virker å være i stykker og forskjellig på grunn av alle formene i det. Fjern formene og da gjenstår rent rom. Det samme med det evige selvet.» (Atma Bodh fra Shankaracharya).

Verden av begrensede former eksisterer inni det grenseløse formløse Selvet. Dette Selv, som man ikke skal forvirres med det begrensede ego-konseptet av selv, er av natur, Sat-Chit-Ananda; Eksistens, Bevissthet, grenseløshet. Det er substansen og eksistens-substansen: Et grenseløst hav hvor begrensede bølger dukker opp og forsvinner. Ta bort begrensningene og da gjenstår alltid det grenseløse. Som med rom, gjennomtrenger det alle ting og er upåvirket av dens tilstedeværelse eller fravær av slike ting.

Samadhi – Fravær av objekter – Dyp Søvn – Tilstedeværelse – Bevissthet/ Selv

Hva er Sahaja Samadhi? Er det en tilstand eller er det din naturlige kontinuerlige tilstand? Hva betyr Samadhi? Sama betyr likhet og dhi kommer fra ordet buddhi, som betyr intellekt. Det betyr like verdsatt. Det er ingen forskjell mellom objekter. Alle objekter har lik verdi. Dette er også en normal tilstand for en opplyst person. Det er ikke noe du gjør, det er hvem du er. Det er bare kunnskap, som skjer fra en erfaring.

Enten er du bevisst av ting, eller i fravær av ting, du er bevisst av bevissthet. Dyp søvn er fravær av ting, derfor i dyp søvn, som i nirvikalpa samadhi, bare bevissthet forblir, og siden objektene er fraværende, er bare bevissthet tilgjengelig for å bli kjent. Den eneste grunnen vi ser ignoranse når vi ser på dyp søvn er fordi vi ser på dyp søvn via ståsted av dualitet. Gjennom dualistisk ståsted, ser det ut til at det ikke er noe objekter å være bevisst på, det er ingenting der, som betyr ignoranse. Dessuten fra dualitetens ståsted når vi ikke husker å se ting, antar vi at Jeg, subjektet, også var fraværende.

Fravær og tilstedeværelse er bare tanker i sinnet. Fra bevissthet sitt ståsted er det ingen fravær av objekter, fordi det er bare bevissthet. Selv hvis maya opererer og det er en tilstedeværelse av objekter, er de kjent av bevissthet til å bare være bevissthet. De er ikke objekter egentlig, bare tilsynelatende objekter.

Dyp søvn er et objekt kjent av bevissthet. Upanishadene sier at suksma vritti er tilstedeværende og gjør erfaring mulig i dyp søvn. Selvet er bevisst på seg selv og er en erfaringsløs erfaring. Prajna, som erfarer lykksalighet i dyp søvn, kausalkroppen. Subtilkroppen (ego, intellekt, sinn) har intellekt og minne som skaper ideer av tilstedeværelse og fravær mulig og kunnskapen av dualitet.

Men prajna har ingen subtil Kropp slik at det ikke har noe dualitet, som bare er et tros-system i subtilkroppen. Prajna erfarer kausalkroppen, lykksalighet slire (bliss sheat), som er forårsaket av bevissthet, som reflekterer på kausalkroppen. Prajna, er også imidlertid et objekt til bevissthet. Det er vanskelig å snakke om på grunn av begrensninger av ord. Et annet ord for Prajna er nesten opplyst.

Bevisstheten kjenner til prajna sin erfaring av lykksalighet og er et ikke-erfarende vitne. Erklæringen om at det er ingen ignoranse i dyp søvn kan bli vurdert på denne måten. Ignoranse for hvem? Dyp søvn er ignoranse bare siden den våkne og den drømmende sine tilstander er ignoranse, effektene av maya (skapelse, skaper). Dyp søvn er en tilstand hvor selvet viser seg som prajna, pakket inn i erfaringsbasert lykksalighet (bliss). Alle tre jivaer (den våkne, den drømmende og den dypt sovende) er alle ignorant av selvet i deres respektive tilstander, med unntak av den våkne jiva, hvor selvignoranse har blitt fjernet, med andre ord jnanier. Deres identifikasjon med tilstanden de erfarer er hva som gjør jiva ignorant.

Jiva som dyp søvn entitet eller prajna refererer bare til jiva, som erfarer udistansert bevissthet, eller lykksaligheten av kausalkroppen og fraværet av objektene. Dette kan bli erfart i dyp søvn, eller i våken tilstand som i nirvikalpa samadhi.

Nirvikalpa samadhi kan vi beskrive, som en tanke-fri tilstand hvor direkte forståelse av selvet (grenseløs bevisst eksistens) tar plass. Selv om selvet ikke er et objekt, er selvet forstått når intellektet løser seg i dvaletilstand og alle tanker (vrittis), eller mentale modifikasjoner (tanke former) avtar.

Nirvikalpa samadhi er forskjellig fra dyp søvn tilstand fordi intellektet ikke er tatt over av den tilslørte kraften av selvignoranse, og derfor kan en bevisst forstå ens sanne natur. Fordi intellektet er grunnleggende i dvale, tar ikke selvkunnskap plass i nirvikalpa samadhi. Ved refleksjon eller gransking, kan en være i stand til direkte å forstå den grenseløse naturen av selvet, men en kan være tilbøyelig til å likestille erfaringen med moksha, eller ultimate indre frihet med erfaringen av nirvikalpa samadhi og til og med prøve å gjenoppleve erfaringen heller enn enkelt å gjenoppdage det grenseløse avslørt av den som ens natur.

Derfor blir nirvikalpa samadhi bare et annet objekt, i denne saken, et spiritielt objekt, som en jakter forgjeves i håp om at det i seg selv vil levere tilfredsstillelse, eller i denne saken, opplysthet.

Samadhi er ikke likestilt selvkunnskap

Mekanismen som holder våre vasanaer i live og velnært er vår tro på deres verdi, som leverer kraften til å manifestere som bevisste begjær og frykter. Det er vår energi, vår oppmerksomhet, vår kjærlighet som holder dem i live: Med andre ord, våre blinde ugranskete tro på at de kan levere oss med permanent tilfredsstillelse. Men hvis vi fort-

setter å meditere, og å gjøre det ved å gå inn i samadhi, vil vi uunngåelig kultivere og utvikle en ny vasana, en vasana for samadhi, og konsekvensen vil være at alle vasanaene vil bli svekket.

Erfaringsbasert nirvikalpa samadhi, er et veldig subtilt objekt, en sinnstilstand lik dyp søvn, som nevnt hvor subjektet og alle subtile objekter avtar. Nirvikalpa samadhi er veldig forfriskende og rensende for sinnet, men den er ikke likestilt til sattva (intelligens, klarhet, rolig og moden) guna og for selvkunnskap trenger vi sattva guna for å forstå og vite. Og forresten, selvkunnskap er den beste renseren eller nøytralisereren av bindende vasanaer.

La oss analysere hva som ville være åpenbart utfall av å ha utviklet en ny sterk vasana for nirvikalpa samadhi. Andre vasanaer ville bli sultne eller bli underernært, fordi du ville ha skiftet ditt begjær for dette veldig nye subtile objektet av erfaring: Tomrom eller intet. Alle andre begjær ville miste sin styrke siden du ikke lengre viste dem din interesse, din kjærlighet, din villige oppmerksomhet.

Livet er en maskin eller en fabrikk, som alltid produserer vasana-begjær-handlinger-vasanaer, alle er blitt operert av deres vasanaer, inkludert selvrealiserte personer. Spørsmålet er, hvilke typer av vasanaer vil du skal styre ditt liv? Hvis vårt mål er glede, som sinnsro, vil vi være idioter om vi ikke ville ha vasanaer, som er i harmoni med Det Totale Sinnet. Vasanaer er subtile konstellasjoner av begjær og frykter for objekter, i deres tilfellelige formasjoner.

Dersom målet vårt er moksa, vil vi ha spirituelle, selvgranskingsvasanaer, vil vi ha vasanaer for sinnsro, for sattva guna.

Erfaringsbasert samadhi er bra, men kunnskap er best. Samadhi er okay, men bare så lenge du vet hva det kan gi deg og hva det ikke kan gi deg. Du trenger å vite dens begrensninger. Hvis du tror at samadhi er ditt avsluttende mål, vil det forandres til å bli den mest bindende vasana, som distraherer og forhindrer personen fra å bruke hans intellekt til gransking, å kontemplere kunnskapen og fjerne hans tvil og ignoranse.

Erfaringsbasert meditasjon er ok, samadhi er bra, men bare et middel til å roe ned sinnet. Selvgransking og selvkunnskap er mye bedre enn erfaringsbasert samadhi. En vasana for takknemlighet og det å sette pris på Det totale Sinnet (karma yoga) er også en god vasana med tanke på rensing av sinnet. Det er bra med forberedelse, men å granske og forstå er det eneste middelet til å realisere Jeg er selvet, tilslutt, med en gang selvkunnskap er solid forankret, vil jivamukta (opplyst person) leve i sahaja samadhi, som er preget av en total objektivitet mot objekter, en bivirkning av stødige kunnskap om at alle objekter er verdinøytrale.

Er Samadhi nyttig?

Vedanta sier at samadhi er nyttig for å utmatte vasanaer og å verifisere ikke-dualitet gjennom erfaring, men den kan ikke bli gjort bestandig av en handler, for eksempel en yogi, fordi det er ikke noe som heter en bestandig erfaring. Imidlertid defineres bevissthet av og til som samadhi (betydningen av ordet er å se eller forstå at alt har en likeverdig verdi). Slik at du har en naturlig samadhi som selvet. Når du realiserer at du er selvet, «blir» du samadhi. Du ser alt, inkludert deg selv som likeverdig. Som hva? Som bevissthet. Selvet er grenseløs, din natur, og kan ikke bli oppnådd av enhver handling, som yoga. Alle samadhier er selvet, men selvet er ikke samadhi.

Samadhi er en veldig fin sinnstilstand, men den er bare en sinnstilstand. Verdien av samadhi er at det leverer et praktisk bevis for at du ikke er et separat vesen, et subjekt til alle objektene. Når du og objektene er borte, er den virkelige deg, bevissthet som gjenstår. Hvis du kan sette pris på denne veldig viktige kunnskapen og eie den fullstendig, vil det sette sinnet fri fra dets dualistiske orientering. Mennesker blir lett hengt opp i samadhi, fordi de ikke oppfatter budskapet som setter dem fri. De henger seg opp i den gode følelsen av å ikke være der og prøver å reproducere den. Det er bare en følelse som er produsert av absorpsjon i objektet. Det avhenger av din konsentrasjon og er fullstendig avhengig av handleren, den som konsentrerer seg. Som bevissthet er du samadhi, som betyr at du er fri av subjekt-objekt dualiteten, slik at du trenger ikke å holde egoet travelt opptatt med å konsentrere seg.

STILLHET ER EN GOD METAFOR TIL VÅR SANNE NATUR

Emnet stillhet er veldig vanlig spesielt blant østlige visdomstradisjoner, som noe som skal frigjøre oss, realisere eller at vi skal erfare oss selv eller komme nærmere oss selv. Eller oppnå en tilstand. Det er ulike holdninger om stillhet, men de fleste tror at den har endel å lære oss.

Stillhet er noe en forbinder med naturen når man observerer den på ulike måter. Å kultivere en fredfull livsstil hvor man ønsker mer sinnsro er det viktig å bli venn med stillheten. Da blir stillheten en viktig del av ens spirituelle praksis eller selvdisiplin.

Men stillhet ser ikke forskjell på kunnskap eller ignoranse om ens sanne natur. Det er noen myter som trengs å bli gransket og undersøkt skikkelig. Hvis en virkelig vil følge sin indre sanne natur og realisere hvem man er så kan aldri stillhet gi et varig tilfredsstillende svar på det, men stillheten kan være en god forberedelse til at en lettere kan ta imot selv-kunnskapen om vår sanne natur. Med andre ord at selv-kunnskapen fjerner ignoransen om hvem vi er, som Ufødt, Grenseløs, Alltid Tilstedeværende og Uforanderlig Bevissthet/ Selv/ Ubetinget Kjærlighet.

Stillhet er en god metafor som med rom når en snakker om vår sanne natur. Men om en spør flere personer, som tror stillhet kan gi dem klare svar på hvem de er og om hva

deres sanne natur er så vil du få ulike svar og vår sanne natur kan aldri være ulike svar. Den sanne naturen (bevissthet/ selvet) sier seg selv når man realiserer det og det er uavhengig stillhet. Det krever en form for selvgransking og at en undersøger på egenhånd essensen av dette. Det er ingen blind tro, men en trenger en metodikk som fjerner ignoransen for å realisere hvem man er.

Stillhet som superkraft

Psykolog Olga Lehmann ved NTNU med doktorgrad om stillhet: Hun kaller stillhet for «en superkraft» et forstørrelsesglass som gjør det lettere å få øye på egne følelser.

Å være menneske er vanskelig. Men det blir vi først oppmerksomme på når det blir stille, sier Lehmann, som også arbeider i innovasjonsfirmaet Pracademy.»

Kommentarer: Kloke ord fra psykologen, som blir nevnt her. At det er en slags «kraft» eller forstørrelsesglass som gjør det lettere å få øye på egne følelser. Eller med andre ord at en kommer mer i dialog med dypere sider av sine følelser, som ikke har blitt skikkelig møtt, kjent på eller bearbeidet. Mindfulness, yoga og meditasjon er stadig mer populært i dag og oppmerksomhet på kropp, sinn og hva som bor i ens dypere lag av følelser og tanker er jo naturlige emner å komme inn på her. Distrahering og undertrykke stillhet er lett å gjøre på ulike måter. Det er lett å undertrykke et ukjent farvann av sider ved seg selv som man kanskje ikke ønsker å akseptere. De mørke sidene i vårt sinn blir lett dekket over og ikke møtt på en naturlig måte. Med andre ord med aksept.

Det er lett å oppfordre folk til å be dem om å våge å møte slike følelser eller tanker, som man ikke ønsker å møte. En får heller stimulere dem til at de følger det som er naturlig for dem og så vil de kanskje etterhvert våge å kjenne på dem eller møte det stillheten rommer av muligheter.

Stillhet har ikke noen problemer med ignoranse

Meningen med å holde oppmerksomheten stødig på Selvet er å løse opp ignoranse. Hvis vi anvender Hvem er jeg-ideen, kommer vi opp med et interessant spørsmål: Hvem er det som holder på oppmerksomheten om hva? Er det noe annet enn Selvet som mediterer på Selvet? Eller hvis vi formulerer vår gransking når det gjelder kunnskapsmidler så trenger vi å spørre oss hvordan Selvet er kjent. Kunnskap av at det er noe annet enn det kan ikke være opplysthet, siden vi har dualitetsfaktorer, et subjekt og et objekt.

Når kunnskap eller realisering tar plass ser vi at det er Selvet som tilsynelatende mediterer på Selvet. I virkeligheten eksisterer ikke meditasjon, fordi selvet er ikke-dualitet. At Selvet mediterer på Selvet er ganske enkelt språket av erfaring, som gir seg ut for å være kunnskap.

Når diskriminasjonen mellom Selv og ikke-Selv ødelegger egoets tro om det å være atskilt, tar Selvrealisering sted og praksisen av meditasjon blir meditasjonsnivå, uanstrengt bevissthet. Når tiden går, beveger diskriminasjonen seg fra forreste del til bakgrunnen av sinnet hvor det opererer kontinuerlig og uanstrengt for å holde sinnet fredfullt og lykkelig. En situasjon som er lik kunnskapen av ens navn, som ikke konstant opererer i det bevisste sinnet, men dukker opp i bevissthet ved et øyeblikks varsel skulle behovet dukke opp.

Overgangen fra erfaringen av Selvet til kunnskapen «Jeg er Selvet» er forsikret når Selvrealisering finner sted, selv om det kan ta tid før sporene av dualistisk tankegang visner bort. Som den rensede, granskende subtil kroppen (ego-sinn-intellekt) ser innover på Selvet og kontinuerlig diskriminerer mellom Selvet og Ikke-Selvet. Og en dag, uten fanfare, vil et veldig subtilt skifte i visjonen inntreffe og den mediterende realiserer at han eller hun ikke lenger mediterer på Selvet, men har «blitt» Selvet, som observerer den tilsynelatende mediterende. Vi er meditasjon i seg selv. Vi er Selvet som er et vitne eller observerer det tilsynelatende individet som mediterer.

Selvkunnskap er ikke intellektuelt, som nevnt tidligere. Opplysthet er nytteløst hvis det ikke etableres i intellektet, som en tanke: «Jeg er grenseløs bevissthet», fordi Selvet fungerer gjennom intellektet i denne verden. Hvis jeg erfarer grenseløshet på et dypere eller transcenderende nivå og har ingen intellekt til å fatte med, vil bare erfaringen tjene å provosere en konflikt inni meg.

Swami Dayananda gav en veldig klar undervisning om stillhet - som er: Stillhet motsetter seg ikke ignoranse. Stillhet vil ikke lære deg og vil aldri fjerne ignoranse av din sanne natur. Mens stillhet er en god måte å beskrive sattva (den mest subtile manifesteringen av sat... bevissthet), som er sann sinnsnatur når det er klart og ikke forurenses av rajas og tamās. Likevel siden stillhet ikke er bevisst, så kan den ikke bli kombinert med bevissthet, fordi det er mithya (verden - foranderlig) og bevissthet er satya (uforanderlig).

Stillhet er ikke bevissthet/ selv. Og som med «rom» så er det likevel en god metafor for bevissthet/ selv. Den gjennomtrenger alt i verden.

Moksa er ikke stillhet nødvendigvis. Stillhet er et objekt, som viser seg tilsynelatende inni bevissthet. Moksa er bevissthetsens natur i seg selv.

Å sitte i stillhet

Hvem er det som har kjennskap til stillheten? Hvem er det som ønsker å utforske stillheten? Hva er det å utforske i stillhet og hva menes med stillheten? Hvis du bruker stillhet som en metafor for deg, bevissthet, har den begrensninger og må bli riktig utfoldet.

Den sanne virkelighetsnaturen er ikke-dualitet, som du må ha kjennskap til, og det er to virkelighetsordener: Den virkelige (satya) eller det som alltid er tilstede og uforanderlig,

og mithya, som ikke alltid er tilstede og forandrer seg alltid. Mithya (Subtil kroppen, som vil si ego, sinn (følelser) og intellekt og alle objektene, subtile og grove) dukker opp fra og er avhengig av satya for å eksistere, men satya er forut for alt og er ikke avhengig av noe for å eksistere.

Granskere blir oppmuntret til å sette av tid for kontemplasjon og stillhet, fordi det er et hjelpemiddel til selvgransking, men verken stillhet eller meditasjon erstatter selvgransking. Å erfare stillhet er å erfare selvets refleksjon i et stille sinn, men refleksjonen (objektet) er ikke det samme som årsaken (subjektet). Refleksjonen er selvet, men selvet er ikke refleksjonen. Objektet kan ikke ha kjennskap til subjektet, fordi subjektet er det som har kjennskap til alle objekter. Kjenner refleksjonen i speilet deg? Du vet at refleksjonen i speilet er deg, men du er ikke den. Hvis du vet noe, kan det ikke være deg eller kan det? Moksa (Frihet fra å identifisere med objekter) er evnen til å diskriminere deg, bevissthet, fra objektene som viser seg i deg, hele tiden, og stillhet viser seg i deg, slik at du ikke kan være i stillhet. Stillhet er i deg. Sinnet, eller subtil kroppen, kan være fredfull, og erfarer stillhet som dens sanne natur, men som nevnt ovenfor, er du den som har kjennskap til sinnet, slik at du også er den som har kjennskap til sinnstilstanden den er i. Bevissthet er ikke en tilstand, men den som kjenner til alle tilstander. Og hvorvidt eller ikke sinnet er i stillhet, deg, som bevissthet, er umodifisert av stillhet eller mangel på den.

Swami Dayananda underviste Ny Vedanta inntil han ble korrigert av Swami Tarananda, som forklarte ham at Ny Vedanta ikke gjorde en skikkelig forskjell mellom erfaring og kunnskap. Den erfarende entitet (individ), erfarer alltid og vil fortsatt gjøre det helt til kroppen dør. Ingen erfaring kan ta plass uten bevissthet, men det ikke-erfarende vitne, bevissthet, erfarer aldri noe. Det er alltid vitnet av den erfarende entiteten. Alle erfaringer, slik som erfaringen stillhet, tar plass i tid og slutter. Når erfaringen slutter, er personen med alle deres preging fortsatt her. Den eneste måten å forstå sinnets natur er å gjøre om bindende programmeringer/ tendenser til ikke-bindende og negere (fjerne i likningen) handleren (diskriminere objektene fra subjektet) er Vedanta.

Vedanta er en fullstendig og gyldig undervisning som gradvis og metodisk ødelegger sansen av handleren og fjerner ignoranse fra sinnet. Ingenting annet har kraften til å gjøre dette. Mange mediterende sitter fast i å tro at stillheten er det endelige målet, som på en eller annen magisk måte vil levere frigjøring. Men den kan ikke gjøre det. Ingen yoga eller handling gjort av en begrenset entitet vil produsere et grenseløst resultat, selv ikke det å være i stillhet. Bare selvgransking, eller kunnskapens yoga, er i stand til å produsere et grenseløst resultat, som er frigjøring.

Å granske nøye sitater og undervisning fra Ramana Maharshi om emnet stillhet

Det er et velkjent sitat fra Ramana Maharshi, som lett kan misforstås om man ikke forstår at han viser til stillhet som en metafor for selvet. Og noen tar det rent bokstavelig og jakter på Den Store Stillheten, som skal frigjøre en fra lidelser og bindinger i verden psy-

kologisk sett. Men det blir en evig jakt, som de aldri vil oppnå, fordi den vil aldri vare. De vil alltid falle ut av den «tilstanden». På norsk står det:

«Stillhet er sannhet. Stillhet er lyksalighet. Stillhet er fred. Og derfor er Stillhet Selvet.»

Når man analyserer hva stillhet egentlig handler om så er det ikke rart at det kan misforstås hva det er. Selvet har ingen attributter og derfor er stillhet, som er et sattvisk attributt, som egentlig ikke har noe med selvet å gjøre. Det har vi forklart mer nøyte ovenfor spesielt i emnet Å Sitte i Stillhet.

STILLHET MOT ORD

Vedanta lærer: Ditt argument om at stillhet (ikke-sinn), ikke ord, er læreren:

1. Da antar man at granskeren lytter til ikke-sinn:
2. Da antar man at ikke-sinn har et problem med ignoranse, som den ikke har.
3. Da antar man at granskeren er i stand til å assimilere ikke-sinns undervisning hvis det finnes en, som det ikke gjør.
4. Da antar man at kontakten med ikke-sinn er overlegen til et gyldig selvkunnskapsmiddel, med andre ord Vedanta, som det ikke er.

Kontakt med ikke-sinn kan være til hjelp eller skade avhengig av kunnskapen eller ignoransen som opereres i granskerens sinn når gitt kontakt skjer. Det er ingen garanti at granskeren vil ha samme grad av objektivitet som Ramana og tolke betydningen av ikke-sinn på en måte at det fjerner (negerer) individet som hovedidentiteten, og avslører selvet til å være ens essensielle identitet.

Du kan ikke være i direkte kontakt med selvet, fordi du er selvet. Du kan bare være i kontakt, som et tilsynelatende selv, eller individ. Men om en antar at din påstand er riktig, hvilke verdier skal opplyse deg tolkningen av undervisningen?

Hvis du jakter frigjøring i en stillhetserfaring, vet du åpenbart ikke hvem du er, fordi du er selvet og hvis du er selvet ville du ikke prøve å kontakte deg selv ved å sitte i stillhet. Du er stillhet. Sitte i stillhet kan være til hjelp eller skadelig avhengig av hvordan den er forstått.

Maharshi-tilhenger: På en eller annen måte tror jeg ikke du som vedantalærer ville akseptere ordløs kunnskap.

Vedanta lærer: Prøver du virkelig å forstå erfarings- og kunnskapsargumentet stillhet mot ord, frigjøring, eller prøver du å overbevise meg om at jeg ikke burde undervise? Det er ganske rart at du prøver så hardt å bevise at jeg tar feil. Diskusjonen er med Vedanta og ikke personen, som underviser Vedanta. Personen er verken opplyst eller uopplyst. Han er bare et objekt som viser seg i meg, bevissthet.

Maharshi-tilhenger: Jeg er uenig.

Vedanta lærer: Du er fri til å være uenig så mye du vil. Jeg krangler ikke, fordi jeg har ingen mening om dette emne. Jeg underviser bare Vedanta. Du virker å være en Ramana bhakta (hengiven eller tilhenger) og har problemer med Vedanta, fordi de tror at det på en eller annen måte motsier Ramana sine beretninger om kunnskap og erfaring. Det gjør ikke det. Den klargjør den.

Jeg har bare kjærlighet og respekt for Ramana.

Vedanta sampradayatradisjonen har ikke noe problemer med Ramanas frigjøring. Faktum er at Upadasa Saram (Vi kan ikke bli hvem vi er) er i samsvar som Upanishadstatus. Dessuten var ikke Ramana en lærer. Han sa det selv. Han snakket med hvem som helst som var foran han, som hadde ulik forståelse. Og det er tilsynelatende motstridende beretninger i hans undervisning. Beretninger gjort til forskjellige tider til forskjellige mennesker, betyr ikke at personen som ytret dem ikke visste hvem han eller hun er. Det betyr heller ikke at beretningene er usanne, gitt i sammenheng. Men når du setter dem sammen ser de ut til å motsi hverandre. Det bør være en måte å løse opp de tilsynelatende motsigelsene. Ramanas tilsynelatende motstridende beretninger er ord av en jnani (frigjort person), som kan bli avklart med referanse til Vedantas undervisninger. Mange mennesker er forvirret av Ramanas beretninger, ikke fordi Ramana var forvirret.

Ramana snakket sant, direkte. Han underviste ikke. Undervisningen er systematisk. Den bruker en logikk, som overgår individets erfaringer. Senere fant mennesker opp ideen om at han var undervisningen. Undervisningen er ikke ment å være tolket ut ifra ens egne trossystemer. De må bli forstått som de er. Vedanta sine ord etablerer ikke-dualitetsvisjonen i sinnet og setter selvet fri av tilsynelatende ignoranse. De er det store bildets virkelighetsoppfatning.

Kanskje du har lest noen beretninger jeg skrev om Ramana sine ord uten å verdsette Vedanta og antok at jeg kritiserte Ramana. Hvis du har hengivenhet for Ramana og/eller andre lærere, er det veldig bra. Det finnes selvvilledete guruer og Ramana var ikke en av dem. Men mange mennesker, tror at deres guru er deres eneste virkelige guru og tankene som ser ut til å motsi deres tolkninger av deres guru sine ord er feil.

Meninger er ubrukelige ting, spesielt når de blir latet, som det er kunnskap.

Direkte Erfaring av Deg er Direkte Kunnskap av Deg

Hvis virkelighet er ikke-dualistisk eksistens som Upanishadene hevder, er det ingen forskjell mellom erfaring og kunnskap. For eksempel, hvis du ser et tre kjenner du treet. Hvis dette stemmer, hvorfor blir dualister så irriterte når vi sier at moksa (frigjøring) er selvkunnskap? Fordi faktumet negerer (fjerner) sansen av handleren.

Sansen av Handleren er troen på at jeg er en agent skjenket med handlingsinstrumenter. Når du tror du er en handler, tror du at verden som du handler i er noe annet enn deg. Du tror at ved å handle kan du få noe du ikke har. Men når du går for et spesifikk

resultat, vet du ikke at resultatet du vil ha er deg. Hvorfor er resultater deg? Fordi du vil ikke ha objektet for dens egen skyld, du vil ha det for lykken den bringer. Og du vet ikke at lykke du føler når du får objektet bare er deg som erfarer deg selv. Når du begynner å søke opplysthet, blir du fortalt at det er en erfaring, som du ikke har. Og du gjør en del handlinger for å få den. Men du får den aldri, fordi du har den allerede. Du har den fordi du er den.

Vanligvis etter flere år hører du at istedenfor å søke etter erfaring burde du søke etter kunnskap, fordi du er hva du søker etter. Og det irriterer deg fordi det er veldig hardt å akseptere faktumet at du har blitt villedet. Du har bygget en identitet basert på dine spirituelle handlinger. Å akseptere dette faktum betyr ikke at du opphører å bli en handler. Det betyr at du omdanner begjæret for erfaring til et begjær for kunnskap og du gjør handlinger som fjerner hindringer til å sette pris på deg selv som ikke-dualistisk eksistens/ bevissthet.

På denne måten oppdager du at du alltid har erfart deg selv, og du kan ikke gjøre en stor historie om den oppdagelsen, fordi du har ikke oppnådd det i det hele tatt, du mistet enkelt og greit ignoranse. Direkte erfaring av deg er ikke en diskret erfaring av deg. Direkte erfaring er direkte kunnskap av deg. Mennesker er lett villedet av det direkte erfaringsargumentet, fordi først og fremst er de handlede, og ikke granskere, og for det andre fordi de tror kunnskap bare er intellektuelt. All kunnskap er intellektuelt, fordi det tar plass i intellektet. Denne erklæringen om at du trenger direkte erfaring av selvet for moksa (frigjøring) er utelukkende en intellektuell konklusjon. Er det egentlig kunnskap? Det er ikke kunnskap om man ser det i lys av Vedantaundervisningene. Det er basert på tanken om at virkelighet er en dualitet.

Kommentarer tilslutt: Stillhet er et formidabelt sensitivt emne i den spirituelle verden spesielt her i Vesten. Det er mange meninger og oppfatninger om den. Det viktigste er at en følger det en naturlig skal gjøre og det jeg presenterer må en undersøke og granske selv om det har noe for seg. En kan ha nytte av stillhet på ulike måter.

KJÆRLIGHET OG SELVFØLELSE

Hva er kjærlighet? Hva forbinder folk flest med kjærlighet? Ordene følelser og kjenne på hjertet er det som nevnes. Men Vedanta har en annerledes kunnskap om kjærlighet fra ståsted av ikke-dualitet og selvkunnskap. Ordet selvfølelse har også paralleller til selvverd, selvtillit og selvbilde. Hvordan vi ser på oss selv og hva vi føler vi mangler og har av kjærlighet.

«Som et symbol for selvet, betyr Hjerte essens, fordi Selvet er essensen av alt».

Er det noe forskjeller på bevissthet, kjærlighet og selvet? Nei, det er vår sanne natur. Hvem vi er. Vi er det som er, alltid har vært og vil være. Vi er bakenfor alle tanker og følelser. Vi er alt-gjennomtrengelig, grenseløs, ufødt, uforanderlig, alltid-tilstedeværende,

fullstendig og ordinær bevissthet/ selv/ kjærlighet. Jeg vil granske betydningen av ordet kjærlighet og kommer inn på emner som hengivenhet (bhakti), selvfølelse, elske det stygge/ negative m.m. Senere vil emner som kjærlighetsforhold og sex være sentrale.

Når vi forstår og realiserer at vi er kjærlighet, essensen av alt som er synonymt med bevissthet og selv: Da har vi ikke behov for å måtte jakte på kjærlighet der ute i verden. Vi realiserer at vi er det vi søker etter og vi er også fullstendig kjærlighet, som har det en trenger til alle tider i verden. Noen elsker sannhet og kunnskap. Og andre elsker penger, makt, biler, sex, fotball, idrett, kona, kjæresten, mannen sin, jobben sin, familien sin eller hva det skal være. Vi har alltid noe vi er glad i - selv de mest tyranniske og destruktive personer som har eksistert i verdenshistorien har alltid elsket noe. Rettet sin oppmerksomhet på noe.

Kjærlighet i verden full av objekter (ting, byer, land, mennesker, følelser, tanker osv.). Hva er din oppmerksomhet rettet mot? Hva elsker du og hva gir du oppmerksomhet til? Det er vanskelig å se for seg på grunn av den ignoransen som råder å se at vi er selve kjærligheten. Og det er ingen som kan rokke ved det. Det eneste det kommer an på er hva man gir oppmerksomhet til verden og hvordan kunnskapen om hva kjærlighet er.

Å finne den rette er et vanlig mantra i verden, eller i spirituelle kretser så har det alltid vært jakten på sjelevenn. Men hvorfor skal en jakte på disse «objektene» når vi er kjærlighet? Ingen mennesker kan gjøre en mer fullstendig, men det betyr ikke at en ikke skal komme sammen med noen. Kjærlighetsforhold kan være veldig vakkert. Å komplementere hverandre med ulike sider er heller ikke veien å gå for å lykkes i forhold, fordi dens underforståtte betydning (implisitt) betyr at en mangler noe og trenger en person til å gjøre en mer hel og fullstendig. Det er heller ingen god strategi eller holdning i forhold. Det betyr også at en identifiserer seg som kroppen, sinnet og personligheten.

Kjærlighet, Selvfølelse, Selvkunnskap og Vedanta

Kjærlighet er Bevissthet rettet mot et Objekt (Inspirert av Swami Dayanandas undervisninger)

Alle ønsker å bli elsket, men en emosjonell trengende person vet ikke hvorfor. Han eller henne aksepterer kommandoene av lengselen og det ensomme selvet og drar av sted for å søke etter anerkjennelse og verdsettelse fra andre. Derfor verdsetter vi andres meninger, blir opprørt når de kritiserer oss, krangler, ignorerer eller sladrer om oss bak våre rygger.

Vi er emosjonelt trengende fordi vi ikke er verdifulle i våre øyne. Vi er ikke verdifulle, fordi vi vet ikke hvem vi egentlig er. Følelser er en del av den universelle psykologiske orden og er alltid det grunnleggende innholdet av ens individuelle liv. Følelser motiverer oss til å oppnå ting. På samme tid kan de lett overvelde vårt sinn og utsette oss for en forvirringssans, fiasko og depresjon. Når følelser styrer, er livet komplisert og vi er utsatt for følelsene av uverdighet og håpløshet.

Som barn har vi ikke annet valg enn å stole på våre foreldre. Fiasko til å stole på ville gå på akkord med vår overlevelse. Tillit impliserer pålitelighet. Men foreldre er ikke ufeilbarlige; De er underlagt hvert menneske sin begrensning og kan lett gjøre feil. Fordi et barns kunnskap er begrenset, føler det seg inkompetent og utilstrekkelig. Det er foreldres plikt å lindre sansen av ubetydelighet og utilstrekkelighet. De bør overøse barnet med kjærlighet og hengivenhet, og få det til å føle at det er godt nok som det er, at det er i stand til å møte utfordringer med glede.

Men hvis foreldre ikke mottar en sans av selvtillit fra deres foreldre eller hvis de mister den fordi de ikke er i stand til å oppnå deres mål, kan de ikke innprente det i deres barn. Hvis de føler seg liten og hjelpeløs i møte med havet av kompleksitet og det raske tempo av moderne samfunn, som de ofte gjør, må de gjøre seg store ved å kritisere barna. Selv om de tror at de elsker barnet og verbalt bekrefter deres kjærlighet, ender foreldre med lav selvfølelse opp med å styrke barnets iboende sans av utilstrekkelighet med kritikk, klaging og urimelige forventninger.

Selv rimelig sunne foreldre er ofte stresset av den enorme oppgaven av barneoppdragelse. Ingen andre vesener tar så lang tid til å avvenne som et menneske. Noen former ikke til et individ og forblir fast forankret og tjoret lenge etter at foreldrene er fysisk døde og borte. Siden barneoppdragelse er så dyrt i dag, er ofte foreldre for opptatt av å ta vare på familiens fysiske behov og er for umoden følelsesmessig til å se at barnet er selvaksepterende og selvsikker.

Bevissthet, ditt sanne selv, skinner på ditt sinn og du tenker. Den skinner på hjertet ditt og du føler. Ingen valg er involvert. Hvis du var i kontroll av dine følelser ville du vite hva du skulle føle på et bestemt tidspunkt og du ville forsiktig velge følelsen passende til den situasjonen. Men det er ikke hvordan det er. Følelsen er inni deg, den er utløst av en hendelse og den kommer ut. Du er kanskje ikke nødvendigvis bevisst over hva du føler, men du føler alltid noe. Livet er kjærlighet og kjærlighet er bare bevissthet rettet mot et objekt.

Når bevissthet opplyser hjertet, transformerer den til en følelse som duller opp der på det tidspunktet. Hvis hjertet er rent, skinner bevissthet som ubetinget hengivenhet, og medfølelse flyter til verden. Hvis hjertet er forstyrret, blir kjærlighet til sinne eller sjalusi. Et deprimeret sinn transformerer ren kjærlighet til sorg og selvmedlidenhet. Og når selvignoranse dekker sinnet, selvfølelse, å føle godt eller dårlig om en selv er vårt problem nummer en.

Symptomer av lav selvfølelse, en smertefull analyse: Ensomhet, overdreven aktivitet

Når Jeg mangler selvfølelse, er det smertefullt å være alene. Stillhetsøyeblikk er ubehagelig. Slik at jeg utvikler en livsstil som holder meg kontinuerlig på farten. Jeg trenger

avledninger. Jeg kommer hjem sliten på slutten av dagen, men jeg sitter ikke på sofaen ved vinduet med en kopp te og tenker gledelig på mine tanker. Det er farlig å være alene, fordi jeg møter en sans av verdiløshet og fiasko. Å takle det går jeg på internett, spiller distraherende musikk, ser på tv, leser en roman og til og med vasker leiligheten for å holde meg opptatt. Jeg drukner meg selv i plikter. Jeg koker opp håpløs lang «å gjøre liste». Når jeg krysser av fra toppen, dukker to flere på bunnen. Jeg hviler aldri. Hver dag er jeg opptatt med ubetydelige aktiviteter, altfor mange til å nevne dem, men det er poenget: Jeg ønsker ikke å se meg selv i øynene.

Kan ikke motta kjærlighet

Hvis jeg ikke elsker meg selv ordentlig, er det vanskelig å motta kjærlighet fra andre selv om det er overøst på meg. Jeg trenger kapasiteten til å akseptere kjærlighet. Jeg kan bare ikke tro at noen andre ser meg som en vakker person. Jeg tror han eller hun lyver, er sinnsforvirret eller er hjemsøkt av altfor mange hormoner. Jeg realiserer ikke at kjærlighet er blind for mine feil. Den ser hele meg og kritiserer ikke. Den forventer ikke noe annet enn hva Jeg er. Den sympatiserer, empatiserer og identifiserer. Det er ikke personlig i det hele tatt. Skulle jeg ønske det ville jeg se meg selv på den måten.

Sammenligning

Når du ikke respekterer deg ordentlig, er det ikke et problem hvis du er den eneste personen som er i live. Med hvem ville du sammenligne deg selv? Men hvis det er andre som er snillere, smartere, rikere, mer utviklet eller på en eller annen måte forskjellig, kan du utvikle et kompleks. Du kan bli sjalu, misunnelig, bitter og sint. Omvendt av dette komplekset er arroganse også avslørt som en mangel på selvfølelse. En oppblåst person føler seg mye større enn han burde være ved å kontinuerlig sammenligne med dem som har mindre av hva han verdsetter. Han tror kanskje at han er veldig generøs, fordi han la en dollar i samlingsbøssen når tilhengeren sitter ved siden av han bidro med mindre enn en dollar.

Men om du har en oppblåst eller en motløs oppfatning av deg selv, er du aldri lykkelig, fordi din sans av selvfølelse avhenger av hva andre tenker, hva du forestiller dem å være eller hva de har som du mangler. Siden din situasjon og situasjonene av andre alltid endrer seg, vil du kontinuerlig måtte justere ditt selvilde. Det er ikke morsomt.

Fordi virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet, er det bare en bevissthet, som skinner ut fra bakenfor sansene og sinnet, selv om det ser ut til at Jeg er den eneste blant mange. Om dette fakta var kjent ville det ødelegge grunnlaget for sammenligning og den alltid tilstedeværende muligheten av stygg selvførdømmelse.

Manipulasjon og Kontroll

Når du ser deg selv som separat fra alt kan du lett bli en kontrollerende person. Du tror ikke at verden vil ta vare på deg, selv om du har overlevd, kanskje trivdes, i det i mange år. Det ser ut til å være en god grunn til mistillit: verden er i en kontinuerlig endrings-tilstand og hva som vil skje er ikke kjent. Du handler, men du vet ikke hva resultatet av dine handlinger vil bringe.

Foreldrenes kjærlighet handler ofte i stor grad om kontroll. Foreldre bringer oss til livet og de vet hvor lenge de skal passe på oss og hvor vanskelig det er, slik at de trenger oss til å gjøre hva de vil til å forenkle deres oppgave. Hvis de er utilfredse i kjærlighet, vil de tvinge oss i karrierer eller aktiviteter som vil gi dem valideringen, som de ikke er i stand til å gi dem selv. De vil spørre oss hva vi vil bli når vi blir store. Det er et naturlig spørsmål, på grunnlag av deres ønsker for å hjelpe oss å stå på begge føttene, men det er mulig å mistolke deres ord. Det er mulig å anta at hva de mener er at vi ikke er ok nå, at hvem vi er ikke er bra nok. På denne måten kan vi plukke opp et kompleks som kan følge oss gjennom livet som en trengende liten hund.

Hvis ikke foreldre respekterer seg selv, vil barnet lett bli en utvidelse av deres utilstrekkelighet. De vil at det skal lykkes hvor de feilet, bringe med seg lykke på en ellers ukjent familie. Og fordi vi imiterer våre foreldre, og når vi er klare for vår egne kjærlighetsforhold, ser vi på kjærlighet som kontroll, og å få våre kjære til å gjøre ting vi vil, forsikrer oss om at han eller hun er oppmerksomme på oss. Denne form for usikkerhet leder til sjalusi, misunnelse, sinne og til og med hat hvis objektet av vår hengivenhet ikke følger programmet.

Dømming og kritikk

Hvis du er en kontrollerende person, vil du fortsatt dømme og kritisere andre. Du tror at ditt verdisystem er overlegen deres; du er mer ren, rettferdig og medfølende enn de er. Du er vegetarianer og de spiser kjøtt. Du jobber hardt og de lever på trygd. Du har rett og de tar feil. Du kan dømme dem, fordi du tror at du er bedre enn de er. Du blir sint når de oppfører seg dårlig ifølge ditt syn. Disse projeksjonene er bare avledninger; de får deg til å møte dine egen sans av utilstrekkelighet, din unnlattelse å elske deg selv. Og selv om du er veldig flink til å dømme og kritisere andre orker du ikke å bli kritisert og dømt fordi det påminner deg din egen smigrende selvgodhet.

Urimelig selvkritisk, idealisme

En person som elsker seg selv har et objektivt syn på seg selv. Han vet hans gode og dårlige sider. Men hvis du ikke elsker deg selv vil du bli urimelig selvkritisk. Selvkritisk betyr vanligvis at du tror at du har levd opp til et ideal, at hvis du virkelig var opplyst ville du være en annerledes person. Det kan være at opplysthet har en helgenaktig effekt på

noen personligheter, men du vil aldri være opplyst, helt til du respekterer deg selv nok til å akseptere hva du egentlig er i dette livet.

Et åpenbart tegn på den slags kontroll er ønsket om at personen du elsker skal være annerledes fra hva han eller hun er. Du tenkte han eller hun var vidunderlig nok når du forelsket deg, men når blomsten falt av rosen oppdaget du plutselig at din elskete endret seg. Han eller hun endret seg ikke. Den rosefargede spesifikasjonen falt av og du begynte å se hva som er.

Vi er ikke selvskapt. Livet opplever oss. På en kommando av en mystisk kraft vokser vi ut av livets matrise, som med gress på en åker. Ting skjer og ubevisste tendenser forårsaker oss til å respondere og disse responsene blir vårt særpreg. Hvis pregingen forvandlet deg til en kritisk, kontrollerende, dømmende person, ville du ikke klandre deg selv og tillegge et annet problem i blandingen. Du viste deg her på en uskyldig måte en vakker dag og livet gjorde med deg det det skulle. Hvis selvfølelse ikke var imitert av våre foreldre eller våre lærere, hvis de var kritiske og kontrollerende, hvordan ville du vite hvordan respektere deg selv på en ordentlig måte?

Vingling

Når selvkritisk tenkning født ut av manglende selvkunnskap blir dypt styrket, kan du bli disponert for uendelig vingling for frykten å gjøre gale valg, og en som vil resultere i lidelse. Selv de mest ubetydningsløse valg kan virke å være enorme for deg. Burde jeg male rommet mitt beige eller brun? Burde jeg klippe håret mitt kort eller la det vokse? I en tilstand av høy redsel ringer du venner. Hva burde jeg gjøre? Jeg trenger å vite! Du besøker astrolog, Tarotist, den klarsynte nede i gaten. Kanskje stjernene vet hva som vil skje. Du ønsker ikke å gjøre en feil.

Følelsesmessig trang

Du kan bli så kjærlighetssyk at du blir en ekspert på småprat. Du kan gå bort til fullstendig fremmede på gaten og spørre for retninger, gi kommentarer om deres klær eller deres kjæledyr. Hvilken hund er det? Å tilby biter av enkel visdom. Du tror du kontakter dem fordi du vil vite noe eller ha noe viktig til dem som de skal vite, men egentlig gir du dem kjærlighet slik at de vil legge merke til deg, som teller som kjærlighet i din bok. På denne måten får du venner overalt. Hver gang du får dem til å engasjere seg, føler du at du er en god person. Noen elsker meg! Det er ikke forferdelig vanskelig å få kjærlighet på denne måten, fordi alle elsker å bli elsket. På slutten av dagen, har du en del behagelige erfaringer å kontemplere over, alle som forteller deg at du er okay.

Samtidig det å grave kjærlighet ut av mennesker er hardt arbeid. Og noen ganger får du ikke valideringen du søker etter. De avviser deg på en frekk måte eller de lytter høflig til deg, og tenker deres egne tanker. Den kontinuerlige kontakten sliter deg ut. Det ville

være enklere å være hjemme og elske deg selv, men du vet ikke hvordan. Livet er ikke her for å validere oss. Vi burde ikke bry oss om dets nålestikk. Livet er her på grunn av kjærlighet, og ikke omvendt. Jeg validerer livet, fordi jeg er kjærlighet.

Poenget med historien om følelsesmessig tragedie og smerte er at du ikke har råd til å være ignorant over hva kjærlighet er hvis du ønsker å være lykkelig. Og dette betyr at du ikke har råd til å ikke vite hvem du er, fordi din natur er kjærlighet. Når vi sier at du er bevissthet, betyr det at du er kjærlighet. Kjærlighet er oppmerksomheten du gir deg selv og andre, energien du legger inn i alt rundt deg.

Alt jeg gjør er for egenkjærlighet

Hvis du ser på psykens struktur til ethvert menneske, dets dharma, vil du finne at den har fire deler. Det er den rasjonelle, kognitive funksjonen (intellektet), selvbildet (egoet), emosjonell kroppen (hjertet) og det ubevisste, ens tendenser født ut av betingelser/ programmeringer. Det er alltid best å handle fra intellektet, med solid og stødig kunnskap. Noen ganger er situasjoner veldig komplekse og krever en del handlinger for å bli gjort på en bestemt måte. Kunnskap er kraft, den hjelper deg til å få det du ønsker. På slutten av dagen, ønsker du å få det du vil, fordi du ønsker å føle deg bra om deg selv. Du vil være en suksess. Hvis du er suksessrik, vil du tro at du vil være i stand til å elske deg selv. Og andre veien, hvis du ikke er suksessrik bekrefter det at du tror at du er en utilstrekkelig person, en fiasko. Hva du gjør er for egenkjærlighet.

Det er veldig viktig å forstå dette. Du gjør ikke hva du gjør for den tilsynelatende grunnen. Du gjør det for følelsen av hva egenkjærlighet, som den bringer med seg. Angsten som separerer deg fra kjærlighetshavet, som er din natur forsvinner når du får det du vil ha og kjærlighet flyter i ditt rolige sinn og du er tilfreds med deg selv. På samme tid falt det deg aldri å definere suksess som egenkjærlighet. Hvis du elsker deg selv, er du fri til å gjøre hva som helst, men du trenger ikke å gjøre noe for å være lykkelig.

Samtidig med at du har et intellekt, har du også ønsker. Ønsker er bevissthet etter at det passerer gjennom ignoranse. Hvis du vet hvem du er, vet du at du ikke trenger å grave etter kjærlighet ut av alle situasjoner. Du er tilfreds og du stresser ikke deg selv med å søke etter kjærlighet, fordi du ser at du er hel og fullstendig i natur. Du trenger ikke å gjøre noe for å få deg til å føle det på den måten. Hvis selvignoranse er veldig dyp, vil du ha mange sterke ønsker. Og sterke ønsker, betyr at du vil ha sterke følelser, spesielt negative følelser. Du vil ha negative følelser fordi livet bryr seg ikke grunnleggende om hva du ønsker. Det vet ikke at du føler deg utilstrekkelig og ufullstendig. Den leverer dine erfaringer på grunnlaget av behovene av det totale. Det ser alt likt og har ingen favoritter. Det verdsetter mikrobene i din mage så vel som den verdsetter deg. Veldig ofte leverer den resultater som du ikke ønsker, og du blir følelsesmessig. Frekvensen, omfanget og varigheten av din følelse er omvendt sammenlignet med din sans av egenkjærlighet. Dess mindre du elsker deg selv, dess mer intens, hyppig og langvarig vil dine følelsesmessige episoder være.

Overdrevet sensitiv minne

Dette er en annen kraft, som opererer i psyken. Den kan være en velsignelse eller en forbannelse. Det er en velsignelse, fordi hvis du er essensielt en rasjonell kognitiv person, vil du forsiktig samle og evaluere kunnskap og dermed øke sannsynligheten for at du vil få det du ønsker deg. Men hvis du er drevet av dine følelser, kan det være en forbannelse, fordi du kan huske alle dine skuffelser du led i livet. Selv i 60-årene kan du huske svakt hva din beste venn gav deg i barneskolen eller en avvising fra en du var interessert i når du ønsket en date på videregående skole. Du samler på disse skuffelsene og uforvarende tillater dem å bli en skål av utilfredshet, som er så smertefull at du kan synke inn i en deprimerende eim og klandre deg selv, hvis du er innadvendt. Hvis du er en utadvendt person, vil du projisere helt til det letter hjertet ditt. Og når du gjør det, vil du egentlig tro at noe utenfor er ansvarlig for dine dårlige følelser.

Vanligvis forurenser dette dine forhold til andre. Hvis du er en raffinert person, vil du gjøre ditt beste for å ikke vise din utilfredshet når andre ikke oppfører seg på måten du trenger dem å oppføre seg eller når de viser et karaktertrekk over hva du ikke godkjenner. Men du kan ikke gjemme det fra deg selv. Fordi du vet bedre, gjør dine misliker deg at du har skyldfølelse.

Skyldfølelse

Det er alltid en forbindelse mellom skyldfølelse og lav selvfølelse. I virkeligheten, er alle andre bare tanker i ditt sinn, og når du misliker noen misliker du ditt eget sinn. Og siden ditt sinn er deg, misliker du deg selv, men kan ikke se det. Du tror at de er ansvarlig. Dette er ment til å rettfærdiggjøre ditt sinne, og gjør at det ser respektabelt ut. Det kan skaffe deg noe sympati: Alle elsker et offer. Det er en veldig ubehagelig syklus. Du kan bare komme ut av det ved å forstå hvordan det virker og hvorfor. Når du ser den underliggende årsaken, manglende egenkjærighet, kan du begynne å korrigere den.

Hvordan utvikle selvtillit

Det er egentlig ikke vanskelig å utvikle selvtillit. Først, vær oppmerksom på deg selv. For det andre, gjør de tingene som du vet er riktig for deg. Det er en liten stemme inni deg selv, som egentlig har de beste hensikter, en stemme som er vant til å bli ignorert. Lytt til den. Gi kjærlighet til deg selv ved å enkelt å nekte å misbruke din kropp og følelser med endeløse runder av fremtredener. Det kan være at du er så preget over å føle deg dårlig at du egentlig føler deg dårlig når du gjør de riktige tingene, som er å gjenskape, kaste bort litt av tiden, eller gjøre nøyaktig hva du ønsker, ikke hva ditt nevrotiske sinn sier at du burde gjøre.

Når du har kost med deg selv i luksustiden og slutter å ta skulde og burde seriøst, vil din selvaksept vokse. Du er kanskje uenig i at du ikke kan akseptere deg selv hvis du ikke er hva du tenker du burde være. Selvfølgelig er din tenking et problem, men den vil ikke endre seg over natten bare fordi du ønsker å endre på den. For det første, trodde du egentlig at hvordan du følte om deg selv er sant til hvem du er: «Jeg føler meg dårlig om meg selv fordi jeg er slem. Hvis jeg var god, ville jeg føle meg god» Det er ingen bevis for at dette er sant, men det føles om det er sant og jeg tror at hva jeg føler er virkelig, slik at jeg aksepterer det.

Elsker jeg deg eller elsker jeg deg slik du får meg til å føle meg?

Første tingen jeg trenger å ordne når jeg forstår mitt problem: Hva er det jeg egentlig elsker når jeg elsker noen eller noe? Jeg elsker alltid noe. Jeg har ingen valg om det. Jeg leder bevissthet, kjærlighet, gjennom mitt ego til forskjellige objekter. Jeg elsker min katt, mitt hus, min mor og far. Men elsker jeg objektene for dens egen skyld eller elsker jeg slik objektet får meg til å føle meg? Jeg elsker slik objektet får meg til å føle meg. Hvis objektet får meg til å føle meg dårlig, vil jeg ikke elske det. Jeg vil følge kjærlighetens regel: Jeg jakter objekter som får meg til å føle meg bra og jeg løper fra objekter som føler meg dårlig. Så snart min bedre halvdel stopper å levere lykke og i stedet leverer smerte, slutter jeg å elske.

Mennesker er rasjonelle. De er i det for seg selv. Selv om du protesterer og sier at du elsker alle, uansett hvordan de får deg til å føle, gjør du det fordi det behager deg å gjøre det. Hvis det ikke hadde behaget deg å elske på den måten, ville du ikke gjøre det. Betinget og ubetinget kjærlighet er for ens eget selv, ikke at det egentlig er noe annet selv. Selv om du tenker du elsker noen andre, er det egentlig selvet i dem du elsker. Selvet er det eneste kjærlighetsobjektet, fordi det er bare et selv og dets natur er kjærlighet. Du elsker virkelig bare kjærlighet, og det vil si deg selv.

Det er synd at vi ikke bare umiddelbart kan bli noe annet enn vi er. Det må være et annet steg før vi kan akseptere oss selv: Selvforståelse. Selvforståelse betyr at når jeg tenker klart om den ikke-aksepterte personen som jeg tror jeg er, realiserer jeg at jeg må være på den måten, ikke på grunn av min egen skyld. Jeg tok alt jeg fortalt i god tro og antok det var sant og riktig. Jeg prøvde ikke å bedra meg selv. Jeg hadde ikke nok kunnskap til å tolke det korrekt på den tiden. Mine intensjoner var også gode. Jeg ønsket ikke at jeg skulle føle meg dårlig. Jeg trodde jeg gjorde det beste for meg selv. Jeg kan ikke klandres for denne situasjonen. Kjærlighet kommer når det er en forståelse av at ting ikke kan bli noe annet enn hva de er.

Derfor, hvis manglende egenkjærlighet er årsaken til min lave selvfølelse, og lav egenkjærlighet er forårsaket av mangelfull selvkunnskap, er det en selvfølge at jeg trenger selvkunnskap. Derfor er Vedanta veldig nyttig.

Hvem Er Jeg?

Når jeg ser objektivt på min erfaring, ser jeg noen ganger at jeg er tilfreds med meg selv og andre ganger er jeg utilfreds. En dag sier jeg at jeg er lykkelig. Neste dagen sier jeg at jeg er trist. Betyr det at det er to selv, en tilfreds og en annen utilfreds? Hvis det er to, hvem er jeg? Jeg kan ikke være virkelig hvis jeg er en ting en dag og noe annet den neste dagen.

To motstridende ting kan ikke leve sammen. Det er ikke noe slike ting som kald ild eller tørr vann. Ild er alltid varm og vann er alltid vått. Hvis dette er slik, hvordan kan selvet både være lykkelig og trist? Hvorfor føler jeg meg ofte opphisset og bare noen ganger fredfull? Er det mulig at det lykkelige selvet er hva jeg er og det ulykkelige selvet bare viser seg når jeg ikke vet hvem jeg er?

Før vi snakker mer om hvilket selv vi er, er det nyttig å se på noen få oppfatninger om lykke og se om de korresponderer med sunn fornuft. Den første oppfatningen er at lykke skjer når du utfører et ønske. Det er følelsen som kommer mellom utførelsen av ønsket og ankomsten av det neste ønsket. Det er sant jeg er lykkelig når jeg får hva jeg ønsker meg, men hvilken type lykke er det hvis det går bort når neste ønsket dukker opp? Slik at denne type lykke ikke er særlig nyttig i den grad at intervallet mellom ønskene er vanligvis korte, noen ganger sekunder. Det er heller ikke sant, fordi noen ganger får du hva du ønsker deg og det forårsaker smerte. Du kan også være lykkelig uten å utføre et ønske. Du hører en god vits og du er umiddelbart lykkelig selv om du ikke ønsket noe og ingenting objektivt ble endret i livet ditt til å gjøre deg lykkeligere.

Den neste oppfatningen som trengs i granskingen er ideen om at lykke er bosatt i bestemte objekter. Vi vet at dette ikke er sant heller, fordi det samme objektet kan gjøre en person lykkelig og en annen ulykkelig. Hvis lykke er naturlig til et objekt, ville det samme objektet gjøre alle lykkelige.

Og det er klart at lykke ikke er et objekt heller. Det er mange grove og subtile objekter i skapelsen, men ingen av dem kan bli kalt for lykke. Det er ingen kvalitet av et objekt heller: du kan ha et stort eller lite hus, men du kan ikke finne lykke, som holder til ditt hus, eller i et annet objekt.

Er det en bestemt tid når du er lykkelig? Nei, du kan være lykkelig når som helst. Er det et bestemt sted hvor lykke er bosatt? Nei, en bar kan gjøre en alkoholiker lykkelig og en avholdsmann elendig. Er det inni? Før du avgjør det, trenger du å avgjøre ditt preferansepoeng: Inni hva? Inni ditt hjerte? Du kan kverne et hjerte i biter og ikke finne en bit av lykke. Er det i sinnet? Hvis det var sant, er det ingen sinn når du er trist, men vi vet veldig godt at sinnet tenker som en gal når det er trist.

Hvis jeg ser på måten jeg oppfører meg mot meg selv når jeg er lykkelig og når jeg er trist, vil det avsløre hvilket selv det virkelige meg er. Ulykke er ikke akseptert til meg. Så snart noe hisser meg opp, prøver jeg å fjerne meg fra det. Jeg gjør det fordi jeg elsker meg selv bare når jeg er lykkelig. Dessuten når jeg er lykkelig vil jeg ikke prøve å gjøre meg ulykkelig. Jeg holder meg til lykke med nebb og klør. Dette viser at lykke er naturlig

for meg og at ulykke er unaturlig. Naturlig betyr at det er min natur. Det er noe jeg ikke kan endre på. Hvis ild prøver å bli kald, er den ignorant. Hvis jeg prøver å være ulykkelig når jeg er lykkelig, kan jeg ikke gjøre det. Jeg kan bli ulykkelig når jeg er lykkelig, det er ikke fordi jeg ønsker å være ulykkelig eller fordi jeg plutselig blir et annet selv. Det er fordi ignoranse av min natur plutselig startet å operere. Hvis lykke er min natur og ignoranse av min natur er ansvarlig for ulykke, da sier det seg selv at jeg ville ønske å fjerne min ignoranse. Hvis jeg kan se at selvignoranse er mitt problem, er det håp. Det er hvor Vedanta er nyttig.

Det er sant at jeg generelt er ulykkelig mer enn jeg er lykkelig. Det er øyeblikk av lykke, ingen tvil om det, men de er unntakene, og ikke regelen. Det er derfor jeg konkluderer med at jeg generelt er en ulykkelig person. Det er derfor jeg ikke føler meg bra om meg selv og hvorfor jeg jakter på lykke i objekter, aktiviteter og forhold. Når jeg sier at jeg er en ulykkelig person betyr det ikke nødvendigvis at Jeg er en fullstendig dysfunksjonell person, skriker dag inn og ut. Det betyr ikke at jeg sitter i månedsvis i et mørkt rom i en deprimeret eim, selv om sinne og depresjon begge er symptomer av ulykke. Det betyr at jeg alltid ønsker meg noe. Det betyr at jeg er utilfreds. Se bakover på livet ditt og se om du kan finne en utvidet periode, mer enn noen få minutter eller timer kanskje, når du ikke ønsket deg noe. Hvis du var lykkelig, ville du ikke ønske deg noe, grunnen er at når du ser deg selv som hel og fullstendig vesen som du er, som oversettes med erfaring av lykke, vil du ikke ha noe. Det eneste hele og fullstendige ting som er, ikke at det er noen ting, er ditt selv.

På dette punktet er det kanskje lurt å oppgi lykkeordet, fordi det har en spesiell erfaringsbasert betydning, som gjør det vanskelig å forstå selvets natur. Den får det til å se ut som om selvet er en erfaring når faktumet er at det er fri for alle erfaringer, inkludert lykke og ulykke. Slik at vi vil formulere problemet annerledes, selv om det egentlig er det samme. Vi vil si at lykke er frihet fra avhengighet av objekter, frihet fra ønsker og frykt, frihet fra behovet for å bli noe annet enn hva du er, frihet fra begrensninger. Denne frihetssans er bare mulig når du er hel. Det er ikke mulig hvis du er ufullstendig. Det er bare et selv og det er hel og fullstendig. Og det er deg.

Hva om du egentlig er det hele? Hvis du er det hele, din sans av å være liten, som er grunnlaget for din sans av lav selvfølelse og utilstrekkelighet gjelder ikke lengre. Vedanta kan bevise det for deg, basert på din egen uassimilerte (ugranskete) erfaring, at du er det hele.

Det er ikke noe galt med den personen du er - aksepter alt ved deg - positivt og negativt. Det er ikke du som har skapt den. Vær takknemlig for det du tar imot som gave - uansett hva det er i forbindelse med handling. Du er perfekt som du er - verden er perfekt som den er. Ingenting å endre på. Akseptere det - liker eller ikke liker.

Ikke-dualistisk kjærlighet og frihet er vår natur

«Selvets natur, bevissthet er *parama prema svarupa*. Parama betyr grenseløs, svarupa betyr natur og prema er kjærligheten som gjør kjærlighet mulig. Det er naturen av bevissthet. I dens tilstedeværelse blir spirituell kjærlighet til. Spirituell kjærlighet, uansett hvor ren den er, er dualistisk, en transaksjon mellom et subjekt og et objekt, kjærlighetsfølelse, for eksempel. Når jeg vet at jeg er bevissthet, er Jeg prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærligheten er kunnskap fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når handleren har blitt negert av selvkunnskap.»

Når vi elsker alt det stygge i oss - det negative og alle skyggesider – er det også deg selv. Da aksepterer vi fullt ut at vi er den vi er. Vi er modne og objektive. Klare til å lytte til mer kunnskap om hvem vi er og hvordan vi takler og tolker livets handlinger. Det er uhyre vanskelig å elske det stygge i oss - det som vi undertrykker eller ikke ønsker å vise. Fullt forståelig.

Når vi aksepterer hvem vi er - alle vår sider så er det ikke mer å gjøre. Men heller hvordan vår holdning er til livet og dets opplevelser.

En kan lett demonisere verden og si at det er noe galt med verden. Men den er perfekt som den er og det å akseptere at Donald Trump er den han er, er ikke lett. Å demonisere verden er lett når man skylder på regjering, samfunnet, mennesker med makt og lager fantasier om konspirasjoner som florerer på nettet. Det er ikke lett å elske sine skyggesider og det får en jo se til gagns når en observerer Donald Trump og andre i media. Men hva med dine skyggesider? Elsker du dem for det de er? Alt skjer jo i sinnet vårt og det er egentlig ikke noe «utenfor» oss. Jeg har stor sans for måten David Lynch viser oss vakre og stygge sider i sine filmer og i tv-serien Twin Peaks ikke minst. Det er genialt og briljant laget. Så mye subtile elementer i hvert bilde og hendelse.

Å elske det stygge - skyggesider.

Hva er tegn på Frihet? Av Opplysthet? Det mest åpenbare tegn er når vi er i stand til å elske de stygge tingene også. Vi elsker alle de vakre tingene, for eksempel en deilig middag, en inspirerende film, en nydelig partner, et sunt barn osv. Men hva med det motsatte? Kan vi også elske det motsatte? Kan vi elske onde og stygge deler av livet? En forferdelig film? Et sykt barn? En partner som er? Hvis vi ikke kan elske de stygge sidene, er vi virkelig frie? Hvordan kan jeg akseptere/ elske de stygge delene?

Jeg elsker alt ved å assimilere kunnskapen og alle dens implikasjoner av at jeg er handlingsløs, ikke-dual, grenseløs, ordinær bevissthet. Videre, stygge og vakre ting er bare konsepter. De er bare virkelige i relasjon til liker og misliker. Ikke-dualistisk Bhakti er kjærligheten som inkluderer alt. Ikke-dualistisk Kjærlighet er ubetinget kjærlighet, det er det siste trinnet av Kjærlighet ifølge Narada Bhakti Sutraene.

Hva er det siste trinnet av ikke-dualistisk kjærlighet? Det forklarer at for å realisere ikke-dualistisk kjærlighet, som er den høyeste form for kjærlighet, må en omfavne og akseptere de stygge og smertefulle delene av livet. Denne høyeste form for Kjærlighet er varig, ugradert, ikke-erfaringsbasert og er selve min natur, og kan bare bli oppdaget eller krevd gjennom et passende kunnskapsmiddel. Dette passende kunnskapsmiddel er ikke-dualistisk tradisjonell Vedanta.

Bhakti - Hengivenhet - En handling av kjærlighet for deg av deg, Selvet

Å praktisere hengivenhetspraksis har med forståelse gjennom anvendelse av selvkunnskap, at alt er selvet. Hva som helst du gir oppmerksomhet til er hengivenhet for selvet. Hengivenhet (bhakti) er et naturlig biprodukt av selvkunnskap, faktisk er det selvkunnskap fordi Vedanta er om deg. Den avslører din sanne natur, som er parama prema svarupa, den aller høyeste kjærlighet. Når du ser skjønnhet og perfektion om hvem du er og derfor hva denne verden er, hvordan kan du ikke føle kjærlighet og hengivenhet for selvet? Krishna sa i Bhagavad Gita: «Uansett på hvilken måte du tilber meg (selvet) vil jeg komme til deg». Og han sier at de som tenker de tilber andre guder tilber bare selvet, fordi det er bare selvet.

Grunnen til at hengivenhet, som en praksis, er oppmuntret i Vedanta er at det hjelper å nøytralisere egoet og gjør anvendelsen av karma yoga til en bønn til selvet: Det å gi opp resultater av dine handlinger blir da en innvielse, en handling av kjærlighet for deg av deg, selvet.

Det er to typer spirituell kjærlighet: guna bhakti og parabhakti. Spirituell kjærlighet er kalt for bhakti. Bhakti kommer fra Sanskritkilden bhaj, som betyr å tilbe. Hverdagskjærlighet er kalt for kama, fordi det er naturen av begjær (ønsker). En kami er en person som elsker et objekt med begjær, og tilber ikke objektet. Han eller hun ønsker noe fra objektet: Det kan være hva som helst, kanskje til og med bli tilbedt og forgudet. Det er ikke noe moralsk feil med denne type kjærlighet, men det er veldig begrenset. Ens følelser er begrenset av atferden av kjærlighetsobjektet.

Selv om det blir kalt for kjærlighet, er det egentlig motsetningen av kjærlighet, fordi kjærlighet er fri. Den ønsker ingenting. Den frykter ingenting. Den er selvtilfreds. Begjær føles som kjærlighet, fordi når dens preging er blitt møtt i virkeligheten, er sinnet rolig og lykksalighet er erfart. Når begjærets preging ikke blir møtt, blir sinnet urolig. Tilbedelse er fri av begjær. Det er verdsettelse. Du verdsetter skjønnheten eller godheten av noe, som holder unna deg. Du ønsker ikke å eie den eller bruke den på en eller annen måte. Det er en følelse av takknemlighet født ut av forståelse at du ut av privilegium erfarer det. Du begjærer ikke solnedgang. Du elsker solnedgangen.

Guna bhakti og kama har en ting til felles: Det er en handler, en elsker og denne handleren elsker noen eller noe annet enn hans eller hennes selv, selv om det er for selvets skyld at han eller hun elsker. En kami føles ufullstendig og elsker en annen person for

å føle seg fullstendig. En bhakta, en hengiven, føler seg også ufullstendig og elsker Gud fordi det får han eller henne til å føle seg lykkelig til å elske på den måten. Og det er alltid en sans av separasjon fra kjærlighetsobjektet, som det er det med kami. Fordelen er hva en hengiven nyter er faktumet at Gud alltid er tilgjengelig til å elske, mens derimot kami ikke har den luksusen; objektet av hans eller hennes kjærlighet er noen ganger tilgjengelig og noen ganger ikke på grunn av subjektive og objektive faktorer.

Et fint kjærlighetsløfte mellom et par: «Jeg tilbyr meg selv i kjærlighetens tjeneste, denne kjærlighet som ikke er min, eller din eller våre, denne kjærligheten tilhører ingen og alle, som ikke kan bli jaktet på eller beholdes, bare gitt, som ikke har flere begynnelse enn at det vil ende. Jeg bøyer meg i ydmykhet til denne Kjærligheten, som elsker oss og gjennom oss, som er oss, som skaper og ødelegger, som kan verken bli avvist eller ignorert. Å flyte med dens egne ustoppelige kurs, det er en styrke, så sterk og ren kraft. Ukjent, alt skjer inni oss, den som vet, en singularitet av fullstendig enkelhet. Å kreve ikke mindre enn alt, fjerner alt, men ikke selvet. Ingenting er gjemt, alt er gitt, alt er kjent, alt er sett, alt er ett.»

Slik er kraften av grenseløs ikke-omstendighetskjærlighet, som alle søker etter. Hvis du har den, vil nesten alle du møter bli løftet av den. Jeg sier nesten, fordi det er perverse sjeler i hvem misunnelse dukker opp i tilstedeværelsen av denne kjærlighet og de vil bli plaget av den. De vil snakke nedsettende om deg og håne deg, men det plager ikke deg. Hvis du har det trenger du ikke å bekymre deg om noe i verden. Alle livets hjul er smurt automatisk og de forblir smurt.

«Du kan ikke elske uten forståelse.»

Selvfølelse - Verdighet

Du kan ikke granske inn i hva du virkelig er inntil du er rimelig lykkelig med hvem du er som en person. Det første du må gjøre er å stå opp mot den trengende, ensomme delen av deg selv og gjenvinne din selvfølelse. Du trenger ikke en mann/ dame for å gjøre deg lykkelig. Ingen mennesker kan gjøre den andre fullstendig. Med en gang du har styrken til å stå alene, vil dine spirituelle tendenser og vaner blomstre og en vei vil åpne opp, som vil lede deg til sannheten om hvem du er.

Lav selvfølelse er bare tamas (sløvhet og tunghet). Kanskje det mest viktige aspektet av guna-undervisningen er objektivisering av lidelse. «Jeg er ikke verdig» er en tamasisk tanke, ikke noe mer. Du er ikke tamasisk. Du er den som observerer denne tanken. Veien ut er å tilskrive tanken til tamas, ikke til Jeget. Jeget er alltid fri av hva den vitner. Når du føler den uverdige tanken, burde du snu din oppmerksomhet til undervisningene. Bønner, affirmasjon av din guddommelighet, anvende den motsatte tanke, som er sattvisk (fredfullt og klart), er anbefalt. Hvorfor skulle tamas være mer deg enn sattva? Det er ingen logikk til det. Det er en slags logikk: Dine foreldre var kanskje kritiske og dømmende. Eller du var på et vis forsømt, som er et hovedeksempel på tamas. Foreldre

trenger ikke å misbruke deg, de trenger bare å forsømme deg. Det vil forårsake deg til å antyde uverdighet. Uansett, det er godt at du er lei av det. Det er tid for å fjerne den og bli ferdig med den. Det er ikke sannheten.

Skam og lav selvfølelse

Skam er undervist til oss som barn gjennom de religiøse og utdanningssosiale preginger. Vi er fortalt at vi er mangelfulle, og at det er noe galt med oss og at vi må på et vis bli bedre til å oppnå anerkjennelse av hvem som enn har skapt oss på den måten, i første omgang. Det gir ingen mening, det er vås, men der er den. Ignoranse sitter hardt i. Det er veldig vanskelig å bryte igjennom ignoranse, og det er derfor vi trenger selvkunnskap. Den alene gjør jobben. Hvis du trofast underkaster sinnet ditt til skriften, vil kunnskapen gjøre jobben. Ta det med ro når du er på Vedantabussen. Du kan sette din bagasje (programmeringer, vaner, tendenser) ned og ha tillit til at Det Totale Sinnet (Isvara) vil få deg dit, ikke det at det er noe der til å komme seg, men på sett og vis.

Foreldre kan aldri bli perfekte foreldre, fordi det finnes ikke en perfekt person, men et barn trenger ikke en perfekt forelder. De trenger bare å bli sett, anerkjent og elsket for hvem de er. Likegyldighet kan være mer skadelig enn fysisk misbruk.

Å Mestre Sinnet - Karma Yoga - Korrigere Lav Selvfølelse

Hvis du gjør karma yoga med passende holdning, vil det korrigere lav selvfølelse. Hvis du virkelig forstår at Det Totale Sinnet gjør alt, da vil forståelsen i seg selv generere en munter, avslappet (sattvisk) sinnstilstand: «Hva er det å bekymre seg for?» Livet er morsomt. Det Totale Sinnet støtter meg. Men hvis tamas (sløvhhet) og rajas (urolighet) er tilstede, må du generere holdningen bevisst. Du tenker gjennom undervisningen og du tar et ståsted i munterhet. Selvfølgelig ser det ut til å være falsk når du ser på den deprimerede eller forstyrrede følelsen. Selv om sansen av falskhet er normalt, trenger det å bli avvist. Hvordan avviser du?

Den delen av praksisen av karma yoga er den bevisste tanken IKKE Å TRO PÅ HVA DU FØLER. Følelser av frustrasjon og depresjon er falske følelser, ikke følelsen «jeg har det bra». Du sier til deg selv, «Hei, rajas skaper bekymringen. Det har ingenting med meg å gjøre.» Eller «Hei, tamas genererer denne depresjonen. Den er ikke min. Hvorfor vil jeg føle meg dårlig når hva jeg føler er et valg?» Denne ideen er mer eller mindre tilsvarende til Byron Katie sin erklæring: «Hvem ville jeg være uten denne følelsen?» Negative følelser blir når du tror på dem. Det kan ta noen minutter for følelsen å endre seg, men den vil endre seg. Eller vil den bli og den vil bli krympet ned til en overkommelig størrelse, som betyr at det vil vise seg som et åpenbart objekt. Slik er kunnskapens kraft. Følelser validerer ikke oss. Med en gang du har fått helt teken på den, vil din selvfølelse stige opp. Du vil føle som en mester av ditt sinn.

Tilgivelse er også Egenkjærlighet

Tilgivelse dreier ikke om å si at hva noen gjør er riktig eller galt. Det handler om å frigjøre personen fra byrden av å bære uforsonligheten, som vil binde personen til lidelse. Hans eller hennes tilgivelse eller uforsonlighet endrer ikke på naturen av hva som har skjedd; Hvorvidt du tilgi eller ikke påvirker ikke den andre personen.

Vil du at personen skal være fri eller lide mer? Hvis du vil være fri så tilgi fordi du elsker deg, den personen du er. Husk at folk er på den måten de er av ulike grunner de ikke forstår eller vet hvordan de skal endre på. Når ignoranse styrer sinnet, gjør folk forferdelige ting med seg selv og andre og at det forårsaker utallig lidelse. Hvis mennesker fortryllet av ignoranse kunne være forskjellig, ville de ha vært det. Men de er fanget av deres programmeringer og tendenser, av ignoranse, og kan bare operere fra deres forståelsesnivå, selvignoranse og manglende selvbevissthet.

Det er opp til deg. Tilgivelse er frihet, det er egenkjærlighet.

Å Ta Vare på Miljøet er En Form For Egenkjærlighet

Det er vår plikt som menneske å ta vare på Feltet, som gir oss alt vi trenger for å leve. En holdning av takknemlighet er en forutsetning for et lykkelig liv. Ja, Feltet er nok ikke virkelig, men det betyr ikke at vi ikke skal ta vare på den. Den eksisterer, vi eksisterer i den, fra personens perspektiv, og den opprettholder oss når vi er i kroppen. Vi passer på vår kropp, fordi vi vil nyte sinnsro. Miljøet, Eksistensfeltet, er Det Totale Sinnet, er deg, Selvet.

Å handle med kjærlighet som dens forvalter og bidra til å bevare den er en hengiven praksis og mye oppmuntret som en praksis.

Noen Spørsmål og Svar rundt emnet Bhakti - Hengivenhet - Kjærlighet

1. Det er både en logisk og en praktisk forbindelse mellom bevissthet og kjærlighet. Hva er de?

Svar: (a) Hvis virkelighet er ikke-dualistisk bevissthet og hvis kjærlighet eksisterer, som vi vet den gjør, er det ingen forskjell mellom bevissthet og kjærlighet. (b) Når Maya opererer fungerer bevissthet gjennom den subtile kroppen som oppmerksomhet. Hvis bevissthet er kjærlighet vil alt vi gjerne gir oppmerksomhet til være kjærlighet.

2. Hvorfor er selvet det høyeste kjærlighetsobjektet?

Svar: Fordi alt vi gjør er for selvets skyld.

3. Kjærlighet forårsaker følelser og handlinger, men det er verken en følelse eller en

handling. Det er ren bevissthet/ eksistens. Hvis det er ren bevissthet, som står alene, hva er den praktiske forbindelsen til verden av følelser og handlinger?

Svar: Oppmerksomhet. Oppmerksomhet er bevissthet fokusert på et objekt.

4. Når du elsker noen eller noe annet, hvorfor elsker du bare deg selv?

Svar: Fordi det er bare et selv.

5. Hvorfor er karma yoga en kjærlighetsvei?

Svar: (a) Fordi den fjerner rajasiske og tamasiske vasanaer, som forhindrer meg fra å elske meg selv og forstå at min natur er kjærlighet. (b) Fordi å vite at alt jeg er og alt som skjer avhenger av Det Totale Sinnet som tillater meg å slappe av og akseptere meg selv og verden uten frykt. Når jeg slapper av blir kjærligheten som jeg er tilgjengelig til meg og til andre.

6. Hvis du ikke kan tilbe Isvara som formløs bevissthet ved å bruke Vedanta-undervisningene, hvilket annen valgmulighet er tilgjengelig og hvorfor virker det?

Svar: (a) Tilbedelse av former. (b) Fordi virkelighet er ikke-dualistisk, er alt selvet. Meditasjon er en praksis og en disiplin som involverer å se at alle de materielle og psykologiske objektene er en manifestasjon av Det Totale Sinnet.

7. Hvorfor er Vedantaundervisningene kalt for formløs tilbedelse?

Svar: Fordi de fjerner de subjektive sperrene som separerer personen, den hengivne og Det Totale Sinnet, den elskede. Gjennom selvgransking, realiserer den hengivne at det er ingen separasjon mellom han og Det Totale Sinnet.

KJÆRLIGHET OG FORHOLD

Hvordan underviser en om kjærlighet i Vedanta

Vedanta student: Jeg har et lite problem når jeg prøver å forklare hvorfor selvet er kjærlighet. Du kan sikkert si at bevissthet ER essensen, men til å sammenlikne det med kjærlighet, fordi kjærlighet eksisterer. Jeg tror du vil kanskje påkalle Satya, fordi kjærlighet og bevissthet begge kvalifiserer som virkelige, men deres inkludering er satya, er det riktig?

Vedanta lærer: Når du underviser Vedanta må du forberede studentens sinn litt før du kan lansere en sofistikert undervisning. Slik at argumentet at selvet er kjærlighet, fordi det er bare selvet og kjærlighet som eksisterer, er et innledende åpningstrekk. Jeg er enig i at det er et svakt argument, fordi ingen ser grunnleggende på virkelighet som ikke-dualitet og ingen forstår likheten, men ulikheten til forholdet mellom satya og mithya.

Hvis du bruker det, som ikke er nødvendig, trenger du å presentere hele undervisningen. Du kan presentere hele undervisningen til begynnere og avanserte granskere direkte. Satya, selvet, er satchitananda. Sat=Eksistens, Chit=Bevissthet og ananda= kjærlighet,

med andre ord prema. Selvet er parama prema svarupa, ikke-dualitetsnaturen, prema. Prema er mer enn kjærlighet som vi forstår det som, men kjærlighet er god nok for begynnere. Hvis prema er satchitananda, kan vi ikke fortelle historien utenfor. Vi må jobbe oss gjennom det. Satya er ren ikke-transaksjons kjærlighet. Men det betyr ikke noe til en ignorant person, slik at vi peker ut at den viser seg i verden som oppmerksomhet, som er enkelt å selge. Med en gang vi har etablert en (ikke helt nøyaktig) forbindelse mellom satya og mithya, kan vi fortsette å sette opp diskriminasjonen mellom selvet, hvis natur er kjærlighet, og objektene.

Vedanta student: Også, bevissthet, den bevissthet vi er og vet, er ikke våre i første omgang. Vi har ikke skapt den, den oppstår ikke med oss. Det er Gud sin bevissthet av oss i oss og alt annet, men vi tenker det er vår bevissthet, stemmer det? Er det ikke noe bedre forklaring ved denne realiseringen? Hva er Sanskrit ord du bruker, som betyr reversering?

Vedanta lærer: Viparaya betyr reversering. Det reflekterte selvet, ikke-evig jiva/ individ, låner bevissthet/ eksistens/ kjærlighet fra selvet. Den kan bare gjøre det hvis Maya har reversert forholdet mellom individet og selvet. Den tror det er subjektet og kjærlighet er objektet, som den ikke har, slik at den alltid ønsker det, når faktumet er at kjærlighet er dens natur og objektene er blottet for kjærlighet, fordi de er bare livløse materie drakter.

Hvis du får kjærlighet fra noen, får du bare erfaringen av kjærlighet, som du er. Hun elsker ikke deg. Det ser ut til at hun gjør deg okay med deg selv, slik at du slapper av og starter bevisst å erfare din egen eksistens/ kjærlighet/ bevissthet. Når du ønsker kjærlighet fra noen, setter du deg selv i gjeld til dem, som manifesterer seg som angst, som alltid følger med transaksjonskjærlighet.

Vedanta beviser at du er kjærlighet, som reverserer den reverseringen, og fjerner din gjeld, fordi du trenger ikke kjærlighet mer. Dine økonomiske problemer er ikke forskjellig fra dine kjærlighetsproblemer. En selvaktualisert person er likeglad til menneskelig kjærlighet. Han eller henne setter pris på den til hva den er, men den har ingen innflytelse på han eller henne, fordi han eller henne er kjærlighetsessensen. Dualistisk kjærlighet er smertefull og nesten umulig å skake, fordi den gjemmer din virkelige natur, prema, kjærligheten som gjør kjærlighet kjærlig.

Vedanta student: Hvis bevissthet er Gud sin, hvordan kan den bli noe annet enn kjærlig/ affeksjon? Oppmerksomhet er den ikke-dualitetsportalen for Gud sin kjærlighet som aktiveres i vårt vesen? Noe sånt?

Vedanta lærer: Vi trenger å skape en forbindelse mellom noe vi erfarer og noe som vi ikke vet at vi erfarer, og oppmerksomheten er den. Vedanta flytter bare din oppmerksomhet til selvet, helt til den forblir der. Med en gang du er klar på hva det er, vil du ikke ha problemer lenger, fordi alle transaksjonsting ses tydelig til å være en drøm.

Hva er ikke-dualistisk Kjærlighet

Ikke-Dualistisk Kjærlighet er Hvem Du Er.

Ikke-dualistisk kjærlighet som den relaterer til forhold er ikke vanlig uttrykk i den spirituelle verden. Det har ikke med å forelske seg, som er en vanlig terminologi for å uttrykke kjærlighetsforhold, fordi noe du faller inni vil du falle ut av. Det er ikke noe å falle ut av ikke-dualistisk kjærlighet, fordi det er hvem du er, hvorvidt du er i et forhold eller ikke.

Ikke-dualistisk kjærlighet er ikke et moderne konsept, selv om de fleste mennesker utvilsomt er ukjent med det. Terminologien er en oversettelse av et Sanskrit ord, parabhakti. Faktumet er at alt er bevissthet som Vedanta erklærer, alt er ikke-dualistisk kjærlighet, kjærlighet som aldri involver en annen. Det er selvet, som elsker seg selv, i alle former. Når to frie mennesker kommer sammen i et forhold, hvorvidt det er seksuell eller familiemessig, vil kjærligheten automatisk være ikke-dualistisk fordi de vil se på seg selv som ikke-forskjellig fra hverandre. Forholdet er i deg, kjærlighet/ bevissthet, du er ikke inni den. Den velger deg, du velger den ikke.

Ikke-dualistisk kjærlighet er den høyeste av kjærlighetsuttrykk for et individ, en jiva. Den er lite forstått og søkt av alle, bevisst eller ubevisst, fordi selvet vet om seg selv som ikke-dualistisk kjærlighet. Ignoranse om hvem vi er vender sinnet utover mot objekter i et nytteløst forsøk på å oppnå kjærlighet, istedenfor innover mot selvet. Like mye som vi alle ønsker kjærlighet, kommer ikke kjærligheten fra et ikke-dualistisk perspektiv enkelt, siden ignoranse sitter hardt i. Det er ikke noe vi kan ønske inn i eksistensen. Å elske fritt må bli fri. Du kan ikke hoppe inn i et ikke-dualistisk forhold eller la det skje, det er ingen tryllekule eller mantra å synge. Den kommer som en nådegave når du kommer til et visst vekststadium.

Vi søker ikke forhold for frihet

Hindringene til ikke-dualistisk kjærlighet, spesielt i seksuelle forhold, er mange, og ikke minst hva som er troen på, hvis jeg vet at jeg er selvet, er Jeg bakenfor begjær og kjærlighetsforhold. Det er uunngåelig sant at hvis jeg søker moksa, som er frigjøring fra avhengighet av objekter for lykke, vil jeg ikke søke et forhold, fordi vi søker ikke forhold for frihet. Vi søker dem for binding til en annen. Men å vite at Jeg er alltid-fri bevissthet, impliserer ikke at det er noe spiritielt galt med den menneskelige delen av meg, som har forskjellige behov. I Bhagavad Gita, viser Krishna i verden som et menneske og snakker som selvet og sier: «Jeg er ønske, som ikke er motsetning til dharma.» Det er en veldig interessant erklæring, fordi den sier at ønske opererer i dharma-feltet (verden), som respekterer og er ikke i konflikt med de psykologiske og moralske lover, som opererer i feltet er bevissthet. Men Jeg, alltid fri bevissthet, er fri for ønsker (begjær).

Frihet og begjær er ikke uforenlig

Implikasjonen av denne erklæringen er ikke alltid satt pris på av spirituelle og verdslige typer, som benekter kjærlighet og er ofte redd for menneskelig kjærlighet av utallige årsaker. Det betyr enkelt og greit at det ikke er noe iboende galt med begjær. Du blir den personen du er, føler hva du føler, gjør hva du gjør og tenker hva du tenker, så lenge du følger dharma, som betyr at du er oppmerksom på ikke-dualitetsgrunnlaget av livets regler og lover. Menneskelig kjærlighet betyr at hvis jeg følger kjærlighetsreglene, er jeg helt innenfor mine rettigheter til å elske et annet menneske, som et menneske, som en manifestering av det gudommelige eller for en annen grunn, hvorvidt Jeg er opplyst eller ikke.

Begjæret som er motsetning til dharma er også bevissthet

På den annen side, det som er motsetning til dharma er også bevissthet, det kan bare være på den måten hvis virkelighet er ikke-dualitet, som den er. Selv om vi kan si at dharma er et annet ord som peker på selvet, er det ingen dharma for selvet, fordi selvet er ikke i verden. Verden og dens lover er i bevissthet. For at verden, eller tilsynelatende virkelighet, skal fungere må både dharma og adharmas være mulig. Dharma gjelder bare til personen som lever i verden, aldri til selvet. Spørsmålet er alltid, hva er mine hovedmotivasjoner og hva er det som tjener min høyeste hensikt?

Hvis jeg ønsker sinnsro og et lykkelig liv, trenger jeg å innrette mine ønsker mot hva som produserer sinnsro og frihet fra begrensning, derfor må mine ønsker eller begjær være dharmisk. Hvis ikke-dualistisk kjærlighet er mitt mål, trenger jeg å løse hva som står i veien for å uttrykke ubetinget kjærlighet, min sanne natur. Hva som står i veien er adharmiske ønsker, tro og handlinger når jeg ikke følger min natur eller bryter livets grunnleggende lover. Med andre ord, ignoranse av min sanne natur står i veien, troen at jeg er ufullstendig eller mangler på en eller annen måte og må finne det rette objektet til å gjøre meg hel og fullstendig. Når jeg vet hva kjærlighet er, følger Jeg automatisk og utvilsomt dharma (lover og regler i verden).

I det spirituelle spillet, er det ofte betraktet som en stor pris å finne en sjelevenn, noen som på en eller annen måte er bedre enn oss, og som vi projiserer vår perfektjonside. Feilslutningen av den spirituelle forføringen er så gammel som tiden og en stor hindring til både frihet og ikke-dualistisk forhold.

Når ikke-dualistisk kjærlighet er kjent, søker vi den ikke

Noen som sier at han eller hun ikke er interessert i kjærlighet er en løgner. Kjærlighet er selve essensen av livet og naturen av hvert vesen. Vi jakter den på utallige måter, fordi ønsket om å ha kjennskap til kjærlighet er hva som driver oss, hvorvidt det er kjent at søken etter kjærlighet er bak alt vi gjør eller ikke. Når du vet hva kjærlighet er vil du ikke

lenger jakte på den. Du ser den, du nyter den, du er den. Du erfarer den i al og alle, og du både gir og mottar den i ren takknemlighet. Å erfare ikke-dualistisk kjærlighet er alltid en gjenoppgivelse, fordi kjærlighet er essensen av all erfaring, og i de øyeblikk med glede og fred, som kommer ofte eller sjelden, som kan være tilfellet, er alltid øyeblikk av egenkjærlighet.

På denne måten kan du elske hvem som helst, og det gjør du. Men å vite hva kjærlighet er (hvem jeg er) er det mest uvanlige. Hvis du er et fullverdig medlem av kjærlighetsklubben, som du vil bli hvis du har levd bra og har lært livets lekser ordentlig, vil du føle at denne kunnskapen kan bli utviklet hvis det er delt med noen som også vet, noen som ikke er begrenset av små, pregete kjærlighetsoppfatninger, som binder folk hypnotisert av dualitet. Og det kan det og gjør det, om en antar at begge parter er virkelig fri.

Et fritt vesen er alltid alene, men aldri ensom

Det er ikke ensomt å være fri og alene. Å være kjærlighet betyr å være alene, med andre ord er alt ett. Frihet betyr at det bare er et ikke-dualitetsvesen, som alltid er alene, som standard. Å være alene er selvets tilstedeværelse, og ensomhet er oppfattet som mangel på den andre. Et ikke-dualitetsforhold hvor ingen av partene søker etter forhold er vanlig, men man kan ønske å ha en partner som vet og som elsker ubetinget, fordi de vet hvem de er. Det er veldig naturlig for kjærlighet å ønske å bli forstått. Kjærlighet er forståelse, hva som står under (eksisterer) eller støtter oss.

I ikke-dualitetskjærlighet ser du ting gjennom dine øyne og du ser gjennom øynene av den tilsynelatende andre. Faktumet er at ikke-dualistisk kjærlighet krever at du ser gjennom øynene av den elskede. Du ønsker å elske dem på den måten de trenger å være elsket og omvendt.

Ikke-dualistisk kjærlighet er belønning i seg selv

Hvor kjærlighetsforhold er et middel til ikke-dualistisk kjærlighet, er ikke-dualistisk kjærlighet målet. Å si at det er et mål impliserer at ikke-dualistisk kjærlighet er noe som vi kan oppnå, men sannheten er at vi ikke kan oppnå den. Den er belønning i seg selv, fordi det er hvem vi er. Vi verdsetter dette faktumet når selvkunnskap fjerner hindringene av fullt ut uttrykket ikke-dualistisk kjærlighet i våre liv gjennom selvkunnskap og modenheten og selvobjektiviteten som er krevd.

Hvis du er en enkel person, som lever et ordinært liv, jobber hardt for å hold deg selv flytende i denne kompliserte og krevende eksistensen, er mulighetene til å møte noen som du kan elske og som kan elske deg alltid begrenset, ikke bare på grunn av hvilken som helst av ytre faktorer, men fordi ugranskete liker og misliker tvinger og begrenser din evne til å elske. Når selvkunnskap har ødelagt bindende liker og misliker, og du lever stort, ubegrenset av frykt, kjærligheten som du er naturlig og flyter i alle med hvem du

kommer i kontakt med, og en antar at evnen til å motta kjærlighet ikke er blokkert i sinnet av mottakeren.

Ikke-dualistisk kjærlighet i forhold

Ikke-dualistisk kjærlighet, å være selvet, er nirguna, som betyr uten kvaliteter. Det er ikke et produkt av noe og har ingen bestemte karaktertrekk, men har en veldig bestemt signatur egenskaper når den uttrykker seg selv i den tilsynelatende virkeligheten i formen av ikke-dualistisk forhold. Et ikke-dualistisk forhold involverer modne voksne, som passer på og stoler på seg selv for alt. Hvor stor frihet du er av dine liker og misliker er hvilken grad du kan ha et meningsfullt forhold.

På den annen side handler dualistiske forhold om å gjenetablere mønstre i barndommen, fordi liker og misliker kontrollerer deg. Du har ikke tatt vare på det indre barnet og forventer at andre gjør det. De grunnleggende prinsippene som avgjør ubetinget, fri kjærlighet, i motsetning til begrenset, betinget kjærlighet, er veldig enkelt, men er udis-kutabel, og veldig sjelden. En liste over noen av de viktigste grunnleggende prinsippene er:

Kvalitetene som er naturlig i ikke-dualitetsforhold:

1. Frihet til å være min egen person

Ikke-dualitetsforhold er noe en bevisst går inn i, etter å ha gitt forsiktig tanke og overveielse til konsekvensene av å være i forhold, til hverandres karma, og det mest viktige, til hva hver partner verdsetter, uten å pådytte hver person sine liker og misliker på hverandre. Den høyeste verdien, som holdes av to mennesker i et ikke-dualitetsforhold (ved siden av ikke-skade) er frihet. Hver person er alltid fri til å tenke, snakke og handle i samsvar med deres natur. De er deres egen person og respekterer dette i hverandre. Hvordan det ser ut er som dette:

Uansett hva som utfolder seg i forholdet, min plikt er hovedsakelig å gjøre min egen dharma (svadharma), det som følger etter er forholds-dharma, som inkluderer å ta dine behov i betraktning.

Siden det alltid er mitt mål å stå til tjeneste og gi hva du trenger, kan jeg ikke gjøre det hvis Jeg ignorerer min svadharma. Hvis jeg ignorerer min svadharma, truer jeg forholdets fundament. Derfor handler jeg i samsvar med min natur og forventer at du gjør det samme, uten forventninger, komplikasjoner eller misforståelser, som at du burde ha gjort/ sagt ditt eller datt. Jeg stoler på at du vil være sann mot deg selv uten å misbruke de gjensidige verdier stadfestet i vårt forhold og omvendt, fordi det er grunnfjellet av vårt ikke-dualitetsforhold. Noen ganger vil det bety at jeg ikke får det jeg ønsker eller kan ikke gi hva du ønsker, men dette er enkelt overlatt i frihetsånden og ikke-dualitet. Det gjør ikke noe, fordi det er ingen forventninger for deg å fullføre mine ønsker eller at

jeg vil fullføre dine. Nei, er alltid akseptert med sinnsro, forstått og gitt av en god grunn.

Ikke-dualitetskjærlighet ber aldri den andre personen om å løse dens problemer. Du løser dem selv med referanse til selvkunnskap, ikke noe annet. Du er aldri en byrde til noen og tar upåklagelig vare på din egen dharma og karma.

2. Vennskap er grunnlaget

Det sunneste grunnlaget for ethvert forhold, hvorvidt det er seksuelt eller ikke, er vennskap. Dette er fordi sann vennskap bare skjer mellom likeverdige. Bare venner kan håndtere objektivt med forholdsproblemer. Vennskap er nærmere til ekte kjærlighet enn seksuell/ følelsesmessig kjærlighet. Venner vil alltid elske deg hvis du feiler å tilfredsstille deres følelsesmessige behov. Venner vil ikke være en byrde til hverandre med urimelige følelsesmessige krav, som å være der for deg hele tiden, for eksempel. Sex og følelser er en naturlig del av livet, men de trenger å bli kontekstualisert av kjærlighet, ikke forventet å stå på egne ben.

3. Fokuset på likhet, ikke forskjeller

Siden forhold eksisterer i bevissthet og ikke omvendt, er det veiledende prinsippet at det ikke er noe annen. Du har bare transaksjoner med selvet. Du ser ikke den andre personen som noe annet, eller forskjellig fra deg selv. Hvordan gjør du dette? Du trekker fra kroppen ved å fokusere på det skinnende vesenet, bevissthetslyset i den andre, som er det samme selvet som skinner i deg.

Så fort som du er oppmerksom på og relaterer til forskjellene som oppnås i den andre personen, blir forbindelsen dualistisk. Dine særegenheter må utføres med deres særegenheter. Ikke-dualitetsforhold er fokusert på åpenhet, likhet, ikke på forskjeller i kropp og sinn. Enhver konflikt eller projeksjoner som dukker opp fra kausalkroppen (det personlige nivået) er umiddelbart oppløst i selvkunnskap, etterlater seg ingen spor og ingen uløst karma.

4. Forholdsdharma er alltid bevart

Forholdet i seg selv har sin egen avtalte dharma, som må bli respektert av menneskene involvert. Når begge partene er enig å sublimere deres liker og misliker til entiteten som blir kalt forholdet, en høyere domstol for det gode av begge menneskene og helsesammenheng spiller inn, basert på implisitte og eksplisitte enigheter, som er basert på evige, og ikke midlertidige, verdier. Når det er konflikt eller et problem om hva som helst av natur, tas det i forholdets hensyn og ikke gitt til egoene å krangle over, som gjør det mye enklere å eliminere konflikt. Det er forholdets dharma som løser problemet.

Forholdet i seg selv blir en innebygget vakker rettferdighet. Det blir ingen rom for mulighet for misforståelse, selv om ingen av partnerne spør den andre om å fullføre noen betingelser. Betingelsene som det er enighet om er gjensidige og sunne for begge parter og får forholdet til å blomstre.

5. Å Kommunisere fra fullstendighet

De fleste konflikter i forhold er et resultat av feilaktige og ubevisst kommunikasjon. Ikke-dualitetskjærlighet bruker ordene klokt og bevisst med kunnskap av de implisitte betydningene av ordene hvordan de lett kan bli mistolket. Den kommuniserer fra fullstendighet, positivitet, tilstrekkelighet og selvtillit. Den rakker ikke ned, minsker ikke, dømmer ikke eller kritiserer noen. Den har ikke et ønske om å spre dårlige følelser ved å snakke negativt eller gi etter for unyttig småprat. Den nyter stillhet og respekterer det i andre. Den lytter når andre snakker, istedenfor å vente på å snakke. Den bryr seg ikke om rykter og sladder, og prøver alltid å se hva som er det gode i andre.

6. Ingen forventninger eller krav

Ikke-dualitetskjærlighet krever ikke kjærlighet og oppmerksomhet, eller prøve å trekke ut hva den ønsker fra andre. Det er ikke om behov for å oppfylle, eller forvente den andre skal oppfylle deg. Du føler deg sikker i deg selv og du søker ikke utenfor deg for fullstendighet, tilfredsstillelse eller lykke. På den annen side, i dualistisk, krevende forhold er det tatt for gitt at den andre skal oppfylle dine forventninger, som din rett. Ikke-dualitetskjærlighet har et primært mål, som er den største gleden, og det er alltid å bidra, og se etter mulighetene til å tilfredsstille den elskede. Oppmerksomhet er alltid på et høyere formål, på velferden av den elskede, og ikke se etter mulighetene til å tilfredsstille deg selv. Du trenger ikke å bekymre deg om å tilfredsstille deg selv, fordi den andre tar vare på deg. Du tar vare på deg selv ved å ta vare på andre. Du ønsker å se andre utvikle seg, du vil alltid tro om den andre først, mens du er sann mot din egen natur.

7. Fysisk tilstedeværelse er ikke nødvendig

Selv om det å være like nærheten er nytet uten å forsømme, er den fysiske tilstedeværelsen av den andre ikke nødvendig, fordi du er aldri separert. Mens den andre er elsket fullt og helt og ubetinget, har behovet for den andre blitt for alltid fjernet av selvkunnskap, og frykten for tap eller ensomhet er ikke-eksisterende. Hvorvidt du er alene eller sammen, er dere begge like lykkelige.

8. Kjærlighet er en hengiven holdning av tjeneste

Ikke-dualitetskjærlighet er kjærlighet som elsker seg selv i formen av den andre i en

holdning av hengiven tjeneste, ukonstruert og naturlig for begge parter, fordi de ser hverandre som deres symbol av selvet. Ikke-dualitetskjærighet fortsetter å vokse; den elsker deg og gjennom deg, som du. Du (som person) er blitt elsket av en større kraft, selvet, og det er ingen hindringer til denne kjærigheten.

9. Objektivitet mot resultater

Karma yoga, likeglad til handlingens resultater, er den naturlige tilnærmingen til livet på alle stadier, siden den er ganske enkelt kunnskapen av hvordan denne virkelighet fungerer. Den ikke-dualitetselskeren har alltid objektivitet om handling og dens resultater, og overreagerer ikke følelsesmessig til situasjoner. Det betyr ikke at du aldri er emosjonell. Det betyr at du ikke tillater følelsene å diktere hvordan og hvorfor du handler. Ikke-dualitetskjærighet er ikke om å undertrykke følelser eller å fornekte at de eksisterer.

Når sterke følelser dukker opp, blir de tatt for å være som en gave(prasad) og anerkjent for hva de er, den relative sannheten om personen i øyeblikket, ikke sannheten om deg. Karma yoga krever at vi handler ved å ta hensyn til Det Totales behov, men vi tar også hensyn til hverandres personlige liker og misliker. Følelser er ikke ignorert, ei heller forvirret med den ultimate sannhet, fordi de endrer seg alltid.

Hvordan bli fri, i et dualistisk forhold

Som sagt, hvis du er en fri og moden person, vil du ikke gå inn i forhold for binding, men for nytelsen av å erfare kjærighet som din natur med en tilsynelatende annen, som du vet å være deg selv. Det betyr ikke at du ikke nyter og respekterer den andres tilsynelatende personlighet for hva den er, selv om du vet det at det ikke er deres primære identitet, mens derimot mennesker i dualistiske forhold går inn i dem spesifikt for binding, fullstendig identifisert med hverandre som mennesker.

Hele ideen bak de mest dualistiske forholdene er at jeg er en halv person uten den spesielle andre, og når jeg finner dem, trenger jeg å holde på dem til å forsikre om at jeg ikke mister dem. Frykt og angst er signaturkvaliteter av dualistiske forhold, som det er med kjedsomhet og tap av frihet. Som en ikke-dualist, kan det se ut til for andre at du er bundet til din partner, som du er og du ikke er. Som selvet, ser du at det er ingen annen, med unntak i den tilsynelatende virkeligheten, som du vet er uvirkelig.

Likevel, vet du at alle objekter dukker opp fra deg og er avhengig av deg for å eksistere, kan du elske alle objekter som ingen forskjell fra deg. På denne måten er du bundet og samtidig ubundet, fordi du vet at du ikke kan oppnå eller tape noe ved å være inne eller ute av et forhold. Ubetinget kjærighet tar vare på ideen om den andre, slik at kjærighet flyter lett. Hvis du er kvalifisert og i forhold med en kvalifisert partner, vil de elske deg på samme måte, slik at det ikke er noe angst, ingen tap av frihet eller frykt for tap.

Dualistiske forhold er fullt av vanskeligheter fordi mennesker identifiserer seg med seg selv som personer og er usikre og vanligvis har de lav selvfølelse, ønsker alltid at deres partner som en stedfortreder for Mamma eller Pappa til å fikse deres problemer og gir dem hva de ønsker. Hvis du er kvalifisert og i et forhold med en ukvalifisert partner, dukker komplikasjoner ofte opp, slik at karma yoga er den eneste veien videre. Karma yoga tar vare på ditt forhold med verden, siden den omdanner følelsesmessige behov til hengivenhet for sannhet. Den tillater deg til å handle uten bindinger til resultater. Et hvert forhold kan være hengiven og vil vokse hvis du kan få dine personlige problemer løst gjennom selvkunnskap. I spirituelle forhold, tar du vare på deg selv og du tjener den andre personen uten motsigelse, fordi du ser den andre som deg selv.

Problemet er ulike forhold, hvor den andre personen ofte manglende interesse til din karma yoga holdning, din manglende behov og objektivitet. Som en ikke-dualist, blir du ikke opprørt og du kan ikke bli opphisset av ting, fordi du ser at alle problemer er forfalskninger av sinnet. De er ikke virkelig og har ingen ultimat betydning. Du vil ofte bli anklaget for å ha ingen følelser, fordi du er ikke emosjonell i din respons til situasjoner som dukker opp. Slik at din partner kan tro at du ikke bryr deg om dem og vil projisere deres dårlige følelser på deg. De kan føle seg forsømt eller redusert fordi de har lav selvfølelse og trenger deg til å føle dem bra om seg selv. Slike forhold er veldig vanskelige, fordi dere er ikke likeverdige.

Behov tiltrekker

Verden er full av behovstrengende mennesker, desperate etter kjærlighet, ønsker å bli ønsket, og som føler seg lykkelige bare når de er ønsket. Å være ønsket får dem til å føle seg elsket og validert. Dette er farlig, fordi behov og kjærlighet er to veldig forskjellige ting og hvis du forvirrer kjærlighet med behov, vil du lide. Det er garantert. Behov tiltrekker seg i begynnelsen, men behovstrengende mennesker er ekstremt lite tiltrekkende på veldig kort tid. Det er slitsomt å prøve å oppfylle en trengende persons behov, og omvendt, fordi ingenting kan føle oss sikker, bortsett fra å vite hvem vi er. Ingen kan gi dette til oss. Bare vi kan gi det til oss selv gjennom dedikert selvgransking med et gyldig kunnskapsmiddel som er i stand til å fjerne ignoranse. To behovstrengende mennesker prøver å få det de ønsker fra hverandre kan bare ende opp med katastrofe hvor begge parter skylder på hverandre for å ikke oppfylle deres fantasier eller ønsker.

I et ikke-dualistisk forhold, vil du alltid føle deg ønsket, lykkelig, aldri behovstrengende. Du kan spille, handle ved å være behovstrengende, men du tar det aldri seriøst. Du vet at det er et spill. To lykkelige, selvforsørgende mennesker skaper en synergi, hva vi kaller en kjærlighetsboble og det fortsetter å vokse. De er aldri skuffet i den andre, fordi de forventer ingenting, siden de er selvtilfredse. Hvis den andre oppfyller deres behov er de lykkelige, og hvis ikke er de også lykkelige, mens derimot to ufullstendige personer i et dualistisk forhold er alltid urolige, fordi de vet aldri om deres behov blir imøtekommet. De må være forsiktige med hva de sier fordi deres kjærlighetside er at du tilfredsstiller hverandres liker og misliker. Men problemet er at du kan ikke alltid vite hva den andres

liker og misliker er. De endrer seg alltid og er ofte høyst urimelige krav. Når en partner ikke kan tilfredsstille den andre, skaper det sinne og fornektelse, fordi de føler seg ikke elsket. De tror at de kan bare bli tilfredsstilt gjennom den andre og det er den andre sin feil, hvis de er utilfredse.

Avsluttete Forhold

Det eneste målet til et ikke-dualistisk forhold er å nyte hverandre som selvet i en fri forbindelse basert på gjensidige verdier. Det er imidlertid mulig at et ikke-dualistisk forhold ikke lenger tjener dets mål og begge parter bestemmer seg for å gå videre, men det er aldri fordi forholdet feilet å levere forventninger. Kanskje logistikk eller andre ytre faktorer, som helse eller praktiske problemer, spilte en rolle. Eller en partner velger å leve alene. Det er aldri noe nag eller klandring om dette skulle skje, bare en vennskapelig og kjærlighetsfull atskillelse.

Hvis du er fri og i et dualistisk forhold, kan du flytte ut av et dårlig forhold uten å forlate forholdet, gjennom karma yoga. Du gjør det ved å sette behovene av det totale først, og du underlegger dine personlige behov til forholdet, og gjør det som en tjeneste og lærer av resultatene. Det vil ikke være lett å holde på et fredfullt sinn hvis du stadig kommer på kant med en partner sine urealistiske krav, men det kan bli gjort som en spirituell praksis. Ikke bli fristet til å uttrykke falsk følelse inn i dette, siden det aldri vil fungere.

Hvis du virkelig elsker din partner og vil at forholdet skal fungere til tross for dens ulikheter i forståelse, må du akseptere dem som de er og elske dem som selvet, med kunnskapen at du ikke kan få dem til å se livet som du ser det som. Det krever tålmodighet og forståelse, men det er mulig å oppnå fornuftig lykke på denne måten. Hvis du ikke kan gjøre dette og det er kontinuerlig konflikter som et resultat, er det beste å skille sine veier så vennskapelig som du kan, selv om du fortsatt elsker den personen. Det er ikke noe riktig eller galt over dette, bare det som virker til beste for begge mennesker på lang sikt.

Råd for å søke etter et bra forhold

Det er aldri tilrådelig å søke et forhold, spesielt hvis du er viet til selvgransking. Ved å søke et sier du at du er ufullstendig og du trenger et objekt til å fullføre deg, som vi vet ikke fungerer. Å endre din holdning mot behov. Se hvor fåfengt det er å forvente en annen skal gi deg hva du ønsker. Gjør deg selv sterk, uavhengig og fri, la livet, Eksistensfeltet levere hva du trenger. Ta vare på deg selv, din uløste karma og psykologiske problemer først. Du trenger å bli en moden voksen før du kan elske ordentlig, med ingen betingelser eller krav i din kjærlighet. Følelser bør flyte fra oppmerksomhet til verdier, som skaper beundring, respekt og kjærlighet for deg selv så vel som den andre. Forsikre deg om at du er totalt ærlig med deg selv og alle andre. Når du jobber med deg selv, vil alle dine forhold forbedre seg. Du ønsker ikke å være en byrde til noen.

Når du spør etter noe, er du en byrde for andre mennesker, du liker å være ønsket. De må ta vare på dine behov hele dagen lang, som ingen kan gjøre. I frie forhold, er det ingen forpliktelser, og du ønsker å tjene. Du viser oppmerksomhet til den andre fordi kjærlighet er oppmerksomhet. Vi elsker ikke hva vi ikke viser oppmerksomhet til. Hvis du sier at du elsker noen, men du viser aldri oppmerksomhet til dem, vil de ikke føle seg elsket. Hvis du er i et forhold, forsikre deg om at dine verdier på viktige emner som sex og penger stemmer overens. Trofasthet er om respekt og ærlighet, som støtter den grunnleggende livsstrukturen. Åpne forhold hvor flere sexpartnere er involvert har med grådighet å gjøre, og ikke noe annet.

Ikke-dualistisk kjærlighet og menneskelig kjærlighet

Du er ikke alene i din forvirring om hva kjærlighet egentlig er. På individnivå sier vi at kjærlighet er å være oppmerksom på. Vi elsker ikke hva vi ikke er oppmerksom på. Verdslig kjærlighet blir kalt for kama og dens natur er ønsker (begjær). En verdslig elsker (kami) elsker et objekt med ønske og tilber ikke objektet. Han eller henne ønsker noe fra objektet, som produserer begrensede følelser forårsaket av atferden av kjærlighetsobjektet.

Kama er høy-vedlikehold type kjærlighet og utgjør en sans av eierskap. Å eie et objekt får elskeren til å føle seg sikker. Kama blir kalt for kjærlighet, men den er egentlig motsetningen av kjærlighet, fordi ekte kjærlighet er fri og subjekt-avhengig. Objektet er elsket for ens egen skyld, og ikke for hvordan objektet gjør subjektet til å føle. Ekte kjærlighet ønsker ikke noe og frykter ikke noe. Den er selvtilfreds. Begjær føles som kjærlighet, fordi når dens behov og preging er møtt så er sinnet beroliget og lykksalig. Når dens behov og begjær ikke er møtt, er den en virkelig hav av stormer. Kama, begjær er mynten av virkeligheten av Samsara (verden, som også blir kalt for lidelseshjulet).

Når du vet om deg selv, som selvet, er kjærlighet kjent til å være deg, som betyr bevissthet. Denne kjærligheten blir kalt for parabhakti. Det er å ha alt du kunne ønske deg og vite at det aldri vil forlate deg. Det er kjærlighet som elsker seg selv. Det er grenseløs tilfredsstillelse, parama sukka er frasen brukt i tekstene. Selvets natur, bevissthet er parama prema svarupa. Parama betyr grenseløs, svarupa betyr natur og prema er kjærligheten som gjør kjærlighet mulig. Det er bevissthetens natur. I dens tilstedeværelse vil selv spirituell/ menneskelig kjærlighet våkne til live.

Spirituell eller menneskelig kjærlighet, uansett hvor ren den er, er dualistisk, en transaksjon mellom et subjekt og et objekt, en følelse av kjærlighet, for eksempel. Når jeg vet at Jeg er bevissthet, Jeg er Prema, grenseløs kjærlighet. Denne kjærligheten er kunnskap, fordi bevissthet er intelligent. Prema er bare kjent når handleren har blitt fullstendig nergert av selvkunnskap.

Alle tre gunar (kvaliteter eller energier på makro (Det Totale Sinn) og mikro (indi-

vid nivå) er alltid tilstede i den tilsynelatende virkeligheten eller en kunne ikke erfare noe, men parabhakti, prema eksisterer forut til rajas og tamas, som har enda til gode å spire fra kausalkroppen. Det er en erfaringsløs erfaring. På dette nivået er erfaring og kunnskap ett, fordi en erfarer i hjertet av skapelsen, før gunaene har differensiert. Hva er kunnskap? Jeg er bevissthet/ Jeg er kjærlighet/ Jeg er ren lykksalighet (bliss). Hva er erfaring? Bevissthet/ Kjærlighet/ lykksalighet. Her er erfaring og kunnskap en og det samme. Jeg kan forstå din forvirring, fordi du tror at denne kjærligheten er en følelse, som den er og som den ikke er. Denne kjærligheten er selvtillit, det er kunnskapen uansett hva som skjer i livet av individet og ingenting rører deg. Og det er den kunnskapen som alt du har oppfattet som individ er virkelig bevissthet, som ser på seg selv. Fra dette perspektivet, hva er det man ikke kan elske?

SEX OG FORHOLD

Å se bakenfor hvorfor en røyker cannabis sativa for eksempel og fråtser i porno

Vedanta student: Kanskje er det fordi jeg starter å jakte damer, flere på en gang. Og erfarer alt fra avvising (fra de jeg liker best) til beundring og begjær (fra de jeg ikke ønsker å være sammen med) og selv en ny beste venn, som er spirituell, som jeg trodde ønsket å være en elsker. Det ble ikke sånn jeg forestilte meg.

Jeg gjør fortsatt praksis, de fleste dagene i sengen, vasker sattvaenergien over meg gang på gang. Jeg tror jeg bygger den opp, og noen ganger når Jeg praktiserer diskriminasjon, er det som om sattvisk energi sprenger demotanken eller smertefull følelser midt i lufta.

Jeg har gitt opp pornografi og føler meg bra på grunn av det, men det kan forklare noe at motivasjonen til å jakte på forskjellige damer. På det andre problemet, det å røyke Cannabis sativa innimellom, rådet du meg å kutte ned til ca. en gang pr uke, og tror at moderasjonen har ført til mer klarere sattviske erfaringer. Kan jeg gå opp til to ganger pr uke? Det føles rett for meg.

Vedanta lærer: Ideen om at Cannabis sativa gjør deg sattvisk (fredfullt sinn) er sant, men ikke sant. Kortsiktig ja, langsiktig nei. Tendensen/ vanen den produserer maskerer (dekker over) det virkelige problemet, som du feiler å adressere. Hvis den produserte nyttig sattva, da burde du røyke hver våkne time. Men den gjør ikke det. Den gjør sinnet tamasisk (sløvt). Sattva som sativa produserer er rett og slett en kjemisk måte å håndtere psykologiske smerte, med andre ord rajas (urolighet f.eks.).

Hele poenget med Vedanta er å granske hvorfor. Hvorfor ønsker du deg en dame og hvorfor trenger du å røyke dop (cannabis sativa som et eksempel) er interessante spørsmål å stille. Hvilket spiritielt behov er det begjæret for nytelsen dekker over? Hvordan er de forbundet? For meg høres det ut som dame=sex for deg. Stemmer det? Pornografien

ser ut til å indikere at det er det. Pornografi er grunnleggende en respons til sammenbruddet i kommunikasjon mellom kjønnene og vanskelighetene av forholdet, som er en måte hvor to mennesker beskytter seg selv mot å utnyttelse hverandre og av deres egne ønsker.

Pornografi er seksuell hurtig mat. Du er for lat og for billig til å gjøre en reservering, kle på deg, gå ut til en god restaurant og ha et skikkelig måltid. Den unngår alle de rotete tingene, uroligheten, avvísningen, løgnen, med andre ord å være ærlig med seg selv osv. Men hva er bak dette? Jeg vet, men jeg vil la deg fortelle meg. Med en gang du finner ut, da vil du ha noe meningsfylt å jobbe med.

Grunnleggende hva du sier er at mithyaverden er ikke et null-sum spill, og at du egentlig tror at du kan lure systemet ved å få deg en dame. Hvordan virker det? Hvordan har du virket hittil? Fra hva du har fortalt meg er det ingen bevis på at det virker. Har du spurt deg selv ordentlig, hvordan mennesker som jakter på kjærlighet kommer til å finne kjærlighet med mennesker som jakter på kjærlighet?

Svaret er: Det er et kjærlighetsproblem. Runking gjør ikke at du elsker deg selv mer, tvert imot: Det minner deg på at du er en taper i kjærlighetsspillet, som ikke er en god følelse, men det er ikke dødsbysset. Faktumet er at det er en mulighet for granskning. Å røyke dop får deg ikke til å elske deg selv mer, den dekker over en fiasko til å bli høy naturlig ved å gjøre hva som er riktig, som for en spirituell person er å rense opp rotete karma.

Forresten, hvordan er din finansielle situasjon? Selvfølgelig er det ikke noe galt med å ønske et forhold, men er det ikke for tidlig? Har du fred med ditt forhold med din eks? Enhver dame ville ikke investere i emosjonelle energier i en mann som ikke har bearbeidet følelsen som ble investert i hans eks, og for ikke å snakke om finansielle problemer. Hvis du finner en som vil så har ikke hun bearbeidet sine ting. Det er nok ting å bearbeide.

Sex-og-Forhold Vasana (Programmeringer, tendenser, vaner)

Det korte svaret på forholdsproblemet er:

Det er to problemer her, behovet for sex og behovet for forhold og deres opprinnelse er det samme, troen på at du er ufullstendig og trenger noe for å fullføre deg. Disse programmeringene/ vanene/ tendensene (vasanaer). Du kan ikke klage på dem, så la oss gå dypere. Selvgranskning er alltid om hvorfor. I denne saken, er de hvorfor trenger du sex eller et forhold? Det korte svaret, som alltid er det beste er: Du elsker ikke deg selv nok til å være lykkelig med deg selv. Hvis du elsker deg selv som du burde ville du sannsynligvis ikke ha et problem i å tiltrekke en passende partner eller du ville være lykkelig med å være alene, som virkelig betyr: (Alone-All one) Du er ett. Det er ikke noe poeng å i å hente opp din barndom for å forklare opprinnelsen til følelsen av manglende kjærlighet: Vi kommer ingen vei med det.

Hovedproblemet her (som er problemet og som er underliggende alle våre psykologiske problemer) er at du ikke får det du ønsker deg og du er ulykkelig, fordi du tror det ikke er riktig. Hvis vi ikke verdsetter oss selv som kjærligheten vi søker, søker vi den i en annen. Og ironisk nok er hva du søker etter i en annen, noe du alltid har i formen av deg selv, i den utstrekning at du bare ville ha en annen fordi det setter deg i kontakt med deg selv. Du virker allerede å ha realisert at det å søke etter kjærlighet i et forhold ikke virker. Skriftene sier at det ikke virker. Verdenslitteraturen sier at det ikke virker. Fordi? Fordi du er hva du søker etter. Men dette faktum er ikke kjent av deg på en måte at det vil nøytralisere ønsket for kjærlighet eller sex. Vi håper kunnskapen blir solid og stødig på et visst punkt, men hvorvidt eller ikke er opp til Det Totale Sinnet (Isvara), la oss vurdere to valg til.

I dette valget kaster vi ut den sultne vasana-hunden et bein. Det er basert på ideen om at den slags kjærlighet du søker er der ute og venter på deg, men den måten du går for det er upassende og ubeleilig (husk svadharma, passende og beleilig handling). Det er vanskelig å snakke om dette problemet, fordi egoet kan være uenig og det kan bli irritert på meg for å si dette. Likevel vil jeg si (kanskje uønsket) det åpenbare: Forvirrete mennesker som søker etter kjærlighet fra mennesker, som ikke vet hva kjærligheten er, produserer sjelden langvarig lykke. Den fjerner ikke forvirringen ei heller er den likeverdig kjærlighet. Å si det åpenbare igjen: Ingen vil ha et forhold for moksa, frihet. Kanskje, moksa fra ensomhet, men frihet fra ensomhet er ikke moksa. Mennesker søker et forhold bare fordi de tror ved å ha noen i deres liv vil de bli mer fullstendig, lykkeligere, mer fullkommen. Men moksa, frihet, er frihet fra avhengighet av objekter for lykke, fullstendighet.

Frigjøring eller jakten på frigjøring betyr ikke at en ikke bør ha et forhold. Det betyr at søkeren egnet til selvgransking søker ikke aktivt et forhold, hvis frigjøring er hovedmål, fordi den har allerede prøvd det og det virker ikke. Skulle en forholds-mulighet by seg og det ikke avleder sinnet fra selvgransking, bør forholdet bli tatt med karma yoga ånd, som en gave fra Det Totale Sinnet, og sett som en del av ens spirituelle praksis. En spirituell praksis er enhver praksis og er gunstig til sinnsro. Hvis forholds-tankens fortærer sinnet med ønsker og den verken kan stå imot den ved å sublimere ønsket gjennom selvgransking, eller fortsette forholdet uten å miste sinnsro, vil ikke selvgransking være mulig lengre.

Frihet for selvignoranse er moksa. For at valg to skal virke, trenger du å være litt mer realistisk. Hvis du insisterer på et forhold, hvis eller når den rette dukker opp, gjør forholdet som karma yoga. Forhold kan være nyttig spirituelt, siden energien du tidligere brukte å jakte for et kan bli fordelaktig investert i høyere søken, hvis en antar at forhold er dharmisk og ikke vil fortære sinnet med opprørte tanker/ ønsker og følelser.

Valg tre: Mann deg opp! Forplikt deg selv til moksa som definert av Vedanta og gjør et løfte til å stå opp mot sexvasanaen helt til den fullstendig dør ut. Gjør en bindende kontrakt med deg selv, ingen stevnemøter i et år, som utvides hvis nødvendig. Når du ser

noen som du er tiltrukket til, vend bort øynene dine: Ikke la fantasiene slå seg ned. Tilgi meg for å være ærlig, men hvis du prøver å få begge deler og spiser den også, vil det ikke virke. Hvis du vil ha et forhold, gå for det og glem frihet fra begrensning, moksa.

Velt deg i sex/forhold helt til du er fullstendig overbevist at de ikke virker og objektiviteten, som er egnet til moksa utvikler seg. Det ser ut til at du ikke er særlig overbevist om at kjærlighetsforhold er en blindgate. Hvis du tenker gjennom dine tidligere erfaringer, vil du realisere at selv om det var bra, var du fortsatt alene, utilfreds og ulykkelig. Vedanta kaller din situasjon for manglende (purusharta nischaya) klarhet med referanse i hva du ønsker deg.

Det Lange Svaret på Sexlivet

Verdier avgjør hvordan seksuelle preging spiller ut i ens kjærlighetsliv. Det er ingen vits i å prøve å undertrykke eller nekte denne vasana, fordi det er naturlig del av det å være menneske. Siden primitive former av liv viste seg på denne planeten, de mest grunnleggende makrokosmiske impulsene er å formere og reproducere. Faktumet er, fra et evolusjonsståsted, kan det bli sagt at sex bare er et belønningssystem for å oppmuntre oss til å overføre våre gener! Det ville vise seg at våre gener bruker oss til å reproducere seg selv. En kan gi etter det fullstendig eller anvende kontroll over denne driften ved å forvandle energien til spirituell arbeide. Hvis sinnsro er målet, er en sunn dharmisk holdning til sex essensielt. Det er ikke noe grunnleggende rett eller galt med sex, med eller uten kjærlighet: alt avhenger av hva du verdsetter mest. Misbruket av seksuell energi er imidlertid en av de hovedårsakene til lidelse og avler selvmishandling og misbruk.

Sex er en naturlig trang og en kilde til stor nytelse, som når forbundet med en sans av lav selvfølelse eller ufullstendighet kan bli fordervet. Det er en stor mengde av nytelse låst inni menneskekroppen, hvorvidt det er gjennom mat, sex eller noe annet. Det Totale Sinnet/ Makrokosmisk Sinn gjør det mulig, men det har en pris når selvignoranse styrer sinnet. Nytelse er et tveegget sverd. Vi kan verken unngå eller ettergi uten å betale en høy pris. Det er en farlig energi, fordi det kan være en fallgrube til bindende vasanaer. Men det er ikke noe galt med kroppslig nytelse hvis det ikke overtrer dharma. Når det er forbundet med en sans av lav selvfølelse eller ufullstendighet, kan imidlertid sex bli fordervet og forårsake forferdelig lidelse.

Kulturelle og religiøse vaner

I urgamle tider, så Østlig spirituelle tradisjoner på sex og seksuelle organer som et av de mest vanlige symboler av selvets lykksalighet. De antok en mytisk status og funket som metaforer for skapelse og opplysthet. En må bruke sunn fornuft i vår holdning til sex, som i alt. En fisefin eller måteholden holdning nekter en veldig naturlig tendens, å omdanne det inn i noe vemmelig, noe å frykte og undertrykke. Øst og Vest, de fleste hovedreligioner har en hånd i å fremme usunne ideer om sex. India i de siste 70 årene

har blitt en høyt undertrykket og prippent samfunn på grunn av innflytelsen av de Engelske Victorianske herskere. Det er nå mye tabuer og negativ holdning mot sex, som utviklet seg fordi samfunnet gikk imot det, bortsett fra forering. Når man må jobbe så hardt for å nekte noe så naturlig og så innebygget, blir det som en formidabel fiende en må kjempe mot hele tiden, noe som avler unaturlig atferd. Du kjenner uttrykket: Hva du nekter vedvarer. Men det er noe verdi i dette og grunnen er hvorfor de fleste religioner og kulturer utviklet tabuer om sex. Den kan fort bli ens fall når det blir nektet eller misbrukt.

Krigen mellom kjønnene

Sex kan også bli brukt til å kontrollere og manipulere. Siden huleboerens tid, samfunnets- og sivilisasjonens fødsel, har kontroll av sex og fødselsprosesser blitt et vanlig tema i å sikre dominans, spesielt av menn. Når forskjellige kulturer går til krig, har det å voldta damer blitt normen, med ødeleggende effekt. Sex er uløselig linket til krigen mellom kjønnene og rollene mennesker spiller som mann og kvinne, begge parter utnytter sex som et verktøy for å oppnå kraft over og utnytte den andre, med menn som ofte oppnår overtak. Berøvede kvinner som oppfatter seg selv som maktesløse, som ofte må ty til sex for å få det de ønsker. Begge kjønnene frykter hverandre som et resultat, og det forårsaker ødeleggelser til hverandre og deres barn.

Yogaens ståsted

Hva som ofte forvirrer granskere er erklæringer gjort av Yoga om sex, spesielt av Sivananda, en Indisk sannyasi, som tok sølibatsløfte. Han var ikke en huseier, og for han var sex forbudt. Yoga er veldig gunstig for å rense sinnet. Men mange yogiere er hekta på ideen om å forbedre personen istedenfor av forståelsen i lyset av selvkunnskap og disidentifisere deg med den. Sivananda virket å foreslå at moksa er uoppnåelig for enhver om ikke du gjør noe spesielt med sex og nytelse generelt sett. Å gjøre dette er enten avkall eller å omdanne seksualdriften til en komplisert renselseshandling. Ved å formane hans følgere til å avstå fra sex eller transformere den seksuelle handlingen, fokuserte Sivananda på kroppen og handleren istedenfor å negere begge. Selvfølgelig er det en spesiell dharma for en gransker, som inkluderer en hellig (helhets) holdning til kroppen og dens behov.

Det er forskjellige sannyasinivåer. Du kan være en sannyasi ved å ikke å ta et sølibatsløfte. Hvis en har tatt sølibatsløfte, er sex ikke tillatt, og du trenger en sadhana (spirituelt arbeid) til å hjelpe deg sublimere den. Seksualdriften forsvinner ikke når du vil. Hvorvidt om du er en huseier eller ikke, sex kan eller kan ikke være et hinder til selvgranskning. Alt avhenger av motivasjonen for å ha den.

Er seksuell sublimasjon en kvalifikasjon for moksa?

Er sex sublimasjon nødvendig kvalifikasjon for selvgransking eller moksa? Det er det ikke, hvis ikke sex er en bindende vasana (vane, tendenser). Imidlertid kan sublimasjon brukes effektivt til å overgi noen bindende vasana til ikke-bindende. Som granskere, når vi har et ønske for et objekt, som går imot dharma, nøytraliserer vi ønsket ved å sublimerer (omdanne/ transformere) den til en høyere ide, frihet fra binding til ønske, som er å ta ståsted i bevissthet som bevissthet og anvende den omvendte tanken.

Sannyasier sublimerer seksualenergien til selvets kjærlighet, som over tid og med dedikert praksis automatisk sprer eller hever begjæret. Det er ingen råd for eller imot noen seksuelle praksis i Vedanta, unntatt for de menneskene som har tatt sølibatsløfte. For verdslige granskere, er selvgransking for modne mennesker, som har jobbet ut deres psykologiske problemer. For selvkunnskap til å virke for å fjerne ignoranse, må vi ha negert handleren, og gjort det slutt på alle selvforførmende og skadende handlinger og overgitt bindende vasanaer til ikke-bindende.

Selvkunnskap betyr ikke at vi må gi opp sex eller, for å avstå fra utløsning, en tvil som også er vanlig å få spørsmål om. Som en mann/ partner som er forpliktet i et forhold, er det en del av ens dharma å glede ens partner gjennom tilfredsstillende sex.

Opprinnelsen av begjæret

Hovedproblemet er begjæret for sex, ønske om menneskelig kontakt, som er hva som er begjært og ikke sex. Begjæret i seg selv er problemet, som å begjære noe uansett hva det er, fra mat til å være sammen med andre, er bare tilstede når vår sanne natur som ikke-dualistisk, hel og fullstendig, grenseløs og uforanderlig bevissthet ikke er forstått og verdsatt. Et slikt sinn forstår ikke at dens sanne natur er ubetinget kjærlighet og den kan verken oppnås eller bli mistet. Vi føler ufullstendig, slik at vi jakter objekter i et forgjeves håp om at de vil gi oss hva vi tror vi mangler, som aldri virker lenge. Den egentlige kil-den til begjæret er ønsket om helhet. Med andre ord, det er et psykologisk problem, som bare kan ha en spirituell løsning, som betyr selvgransking. Å nekte eller gi etter for begjæret (for sex eller noe annet) vil aldri løse begjæret, men forverre det, som du sikkert har funnet ut.

Gi avkall på

Denne slags avkall er ikke benektelse. Det er forståelsen av at ingenting er oppnådd ved å gi etter for denne sexvasana (begjæret), slik at en gjør forskjellige valg hver gang begjæret dukker opp, ved å sublimerer ønsket med den motsatte tanken, med karma yoga holdning. Og som en person, hvis du virkelig vil forbedre din selvfølelse, er en sikker måte å si nei når ønsket til å handle ut en bindende seksuell vasana dukker opp og sublimerer den til en høyere tanke. Dette er dedikert praksis, spesielt hvis vasana er dypt befestet og bundet, men det kan bli gjort, som avhenger av hva du ønsker mest. Hver gang

du gir etter til ønsket, minker selvfølelsen. Hva er din verdi mot deg selv? Hva er prisen for frihet?

Karma Yoga

Karma yoga betyr at du dedikerer dine handlinger og overgir resultatene til Det Totale Sinnet, før du gjør dem. Med mindre sex er et kjærlighetsuttrykk, er det en ren rajasisk handling, basert kun på oppfyllelsen av dine kortsiktige behov. Det er virkelig ingen bekymring for behovene til den andre når sex ikke er et kjærlighetsuttrykk. Binding til sex, ikke sex i seg selv, er problemet spirituelt. Rajas produserer binding og agitasjon, og det er uunngåelig koblet til sløvhet (tamas), ingen av delene er gunstig til gransking eller tilfredsstillende langsiktig oppfyllelse og sinnsro. Selv om sex produserer midlertidig kortsiktig tilfredsstillelse eller sattva, varer den ikke, og langsiktig effekten er sløvhet, tamas. Praksisen av Karma yoga krever sattviske handlinger, og sex er ikke en sattvisk handling, med mindre det er et kjærlighetsuttrykk.

Når sex er drevet med karma yoga handling, gjør det ikke noe om hva resultatet er. Det kan eller kan ikke være et klimaks, som orgasme. Det viktigste er den gjensidige kjærlighetsenergien. Den varer, fordi kjærlighet er hvem du er. I denne saken, grunnen for å ha sex er ikke kun for din egen nytelse. Det er å gi nytelse på en hellig måte, som er tilfredsstillende uansett hva resultatet er.

Utroskap og Flere Sex Partnere

Fra et Vedantisk ståsted, er verdien for troskap viktig, som sex med andre er ikke dharma for mennesker som er forpliktet til kjærlighetsforhold. Den overtrer kjærlighetens dharma, som former grunnlaget av tillit og følelsesmessig ærlighet, som er essensielt i ethvert kjærlighetsforhold. Hvis en person ønsker seksuell frihet, må det virke for begge mennesker, som er mulig for verdslige mennesker. Imidlertid, for de fleste mennesker, hvorvidt de er interessert i selvgransking eller ikke, er seksuell frihet og forpliktet forhold totalt motsatt og virker ikke. Ved dens kjerne, er dette mønsteret om selvettergivenhet og grådighet. Disse er negative verdier, som eksisterer på grunn av en iboende mangel på selvfølelse, egenkjærlighet og ærlighet, essensen av egokbasert, som vil undergrave ethvert forhold før eller senere. Det å ha sex med flere partnere, å se på porno eller fantasere er rett og slett et desperat behov for å føle seg hel.

Tantra

Å dreie sex til yoga (tantra) har en tendens til å legitimere det som en vei til opplysthet, som skaper bindende knytting. Tantra er ikke bare for å legitimere veien til opplysthet: Den er også ikke gunstig til selvgransking. Selv om mange som underviser tantra hevder noe annet, bygger tantra vasanaer (tendenser) og kan også bli en måte å spiritualisere

dem, å gjøre dem hardere å bryte. Å gjøre en stor historie ut av sex ved å dreie det til en spirituell praksis skaper binding til den, forsterke ideen om at det er noe du kan gjøre om sex til å transformere den, og å gjøre det ved å dreie det i en utviklet spirituell praksis. Sex er ikke problemet: Begjæret og handleren er problemet.

Det Sunne Synet på Sex

Ikke-bindende sex med kjærlighet er vakkert og naturlig, hvorvidt en er i et forpliktet forhold eller ikke eller i en samme-sex-forhold. Sex med kjærlighet er sex med følelser, hvor din partners behov blir tatt hensyn til, og det er en forbindelse. Det er ikke utelukkende for å tilfredsstille dine behov. Ikke-bindende sex er ingen stor sak og ikke en hindring til selvgransking eller moksa.

Bindende sex uten kjærlighet er utelukkende for å tilfredsstille dine behov, hvorvidt en har sex med prostituerte, tilfeldig fremmede eller din partner er frastøtende, unaturlig og blir en stor sak. Det er en hindring til selvgransking og moksa (frihet). Selv et normalt ønske for sex kan bli adharmisk i et ekteskap eller forpliktet forhold med noen du elsker hvis det er en bindende vasana. Hovedproblemet er motivasjonen som det er med begjær for et objekt. Krishna sier: «Jeg er begjæret, som ikke er imot dharma».

Noen Spørsmål og Svar rundt emnet Kjærlighet og Forhold

1. Hvorfor er det å søke et kjærlighetsforhold kontraproduktivt spirituelt sett?

Svar: Fordi det betyr at du ikke vet at din natur er kjærlighet.

2. Hvis du er forelsket i en annen, hvorfor er du egentlig forelsket i deg selv?

Svar: (a) Fordi virkelighet er ikke-dualitet er det ingen annen. (b) Fordi de er et kjærlighetssymbol slik at når du tenker på dem, påkaller tanken kjærligheten som er din natur og du erfarer lykksalighet.

3. Lag en liste over noen av problemene, som kommer ut fra å ikke vite at du egentlig er forelsket i deg selv, men du er forelsket i noen annen?

Svar: Engstelse, binding, sinne, begjær, depresjon.

4. Kjærlighet forårsaker følelser og handlinger, men det er verken en følelse eller en handling. Det er ren bevissthet/ eksistens. Hvis det er ren bevissthet, som står alene, hva er den praktiske forbindelsen til verden av følelser og handlinger?

Svar: Oppmerksomhet. Oppmerksomhet er bevissthet fokusert på et objekt.

5. Å ønske kjærlighet fra andre er smertefullt. Hvordan kan du helbrede smerten?

Svar: Å praktisere den motsatte tanken, å gi kjærlighet til andre.

ALT ER EN DRØM

«Vi er som drømmeren, som drømmer og som lever inni drømmen» og Vi lever i en drøm inni en drøm. Det er to sitater fra Upanishadene, en samling av vediske tekster som inneholder frøene av både Hinduisme og Buddhisme.

Din realisering er riktig: Alt som individet erfarer, hvorvidt det er i våken eller i drømmetilstand, er alt en drøm. Ingenting av det er virkelig, virkelig er definert som alltid tilstede og uforanderlig, en definisjon som passer bare deg, den som har kjennskap til drømmen, ikke-erfarende bevissthet.

Drømmetilstanden har to aspekter: Den våkne drøm og sovende drøm. Det blir kalt for pratibasika tilstand, subjektiv virkelighetstilstand. Det er all skapelse av individet (jiva sristi). Både den våkne tilstanden og den drømmende tilstand er et individuelt individ sin virkelighetstolkning.

I drømmetilstanden (hvorvidt individet er våken eller i søvntilstand) påvirker programmeringer/ tendenser hvordan virkeligheten er tolket av individet. Det Totale Sinnet leverer råmaterialet for tolkningen, men ikke selve tolkningen.

Til slutt er alt Det Totale Sinnet (blir også kalt for Isvara, Det Makroksomiske Sinn eller Kausale), men for å få den forståelsen (som er ensbetydende med frigjøring), må individet forstå dens enhet med Det Totale Sinnet og dens forskjell fra Det Totale Sinnet, slik at det kan være fri av både seg selv og Det Totale Sinnet.

Det Totale Sinnets skapelse er en drømmeskapelse. Den er der så lenge du er inne i den, men den forsvinner når du våkner opp. Noen mennesker har erfaringer i Det Totale Sinnets livsdrøm, den forbigående skygge, som vekker dem opp, men denne type oppvåkning er utsatt for en smertelig ironi. Du våkner opp i en annen drøm, drømmen om at du er våken. Frigjøring er mye mer enn å våkne opp. Det er å våkne opp fra den som våkner og den som våkner opp, fordi deg som har våknet opp har aldri sovnet. Og denne oppvåkning er ingen erfaringsbasert oppvåkning. Det er ingen oppvåkning i det hele tatt. Det er enkel selvkunnskap.

Det Totale Sinnets skapelse er en projeksjon, en drøm. Fra Det Totale Sinnets ståsted er det en vakker drøm, vakker og intelligent. Vi kaller Det Totale Sinnets drømmignoranse, ikke fordi Det Totale Sinn er ignorant, men fordi den er en sånn vidunderlig drøm at den glemmer Det Totale Sinn fra oss. Vi er fasinert av det og tror det er virkelig. Det Totale Sinnet er bevissthet pluss ren sattva. Ren sattva er bevissthet i form av en spesiell substans som gjør kunnskap mulig. Hele skapelsen er intelligent laget. Den er laget av kunnskap. Det at det er en drøm som er vanskelig å realisere fordi *Maya* (*upersonlig skaper*), som en wide-screen HD-TV, som kontinuerlig projiserer nydelige sexy bilder, som ser tilsynelatende reelle ut, begeistrer dine fantasier. Du kan smake på dem, ta på dem og lukte dem. Du drar avsted, jakter opplevelser og samler opp vasanaer. Og din oppmerksomhet; som er din panorama syn av bevissthet redusert til en knøttliten blyant

– lignende stråle av Maya, som blir vendt utover naglet fast til objekter. Det er hardt å miste ironien; du, selvet, som ser deg selv i objekter, som ikke har selvets natur. Hva kan bli mer absurd? «Den tilsynelatende virkelighet er en drøm inni en drøm; ingenting av det er virkelig. Bare bevissthet passer til definisjonen av virkelighet.»

Hvis sinnet er veldig sattvisk (klar, intelligent, moden, fredfull) vil du være klar over at drømmen er en drøm i drømmen. Frigjøring (moksa) er å ha kjennskap til at den våkne tilstanden er en drøm.

Overlapping

Overlappingen (ren potensiale) av kvantemekanikken, overlapper i seg selv hele universet av ting og vesener. Det er selvobservasjon alene som forestiller seg dette universet. Det er ikke det store smellet, men den store drømmen. Vi er ikke rollefigurene av dette hologrammet, men drømmeren i seg selv, den ene potensialiteten som forestiller og oppfatter seg selv i den og det. Nytt spillet.

Vedanta elev: Hvordan kan det ha seg at skriftene (sastra) ser på den våkne verden (jagrat) og drømmeverden (svapna prapanchas) på lik linje, når den våkne verden kontinuerlig er erfart og drømmeverden er bare erfart i drømmer?

Vedanta lærer: I lys av skriftene, er begge veldig lik i natur. Slik som at alt viser seg virkelig i den våkne tilstanden, er drømmeverden og det man erfarer i den tilstanden ganske lik, men bare i en drømmetilstand. Når en våkner opp, forsvinner alt. Den samme logikken kan en bruke til den våkne verdenen også. Den våkne verden er også som en lang drøm siden det er også en sinnsprojeksjon. I dyp søvn (sushupti), er den holdt i potensiell form. Den våkne verden er Det Totale Sinnets sinnsprojeksjon og drømmeverdenen er individets projeksjon.

David Lynch, Drømmer og Kreativitet

En ser i David Lynch sine filmer og serier fasinasjon for drømmer, meditasjon og det spirituelle. En ser jo hele spekteret av det og livet i seg selv i serien Twin Peaks hvor en ikke helt vet om en ser Dale Cooper sin drøm eller Laura Palmer sin drøm. Eller begge sine drømmer på ulike måter. Å elske det vakre og det stygge er også et tema i den serien. David Lynch er absolutt inspirert av de evige/ tidløse historiene og sitatene fra Upanishadene.

Monica Bellucci i en episode av Twin Peaks sesong 3, sier den urgamle frasen: «Vi er som drømmeren, som drømmer og lever inni drømmen». Og hun stiller spørsmålet som er essensielt for serien Twin Peaks, som også kan relatere til livet vi lever i - hvem er drømmeren?

Er livet virkelig en drøm?

Å se bak filosofihistorien indikerer at det østlige synet av Maya og Platons hulebildet er en erklæring av livets illusoriske natur, som har lurt oss, med noen få unntak av oss som har våknet opp og forstått/ erkjent den virkelige virkeligheten. En kan på en måte si at de har våknet opp av Maya-drømmen vi erfarer og oppfatter i verden.

I Platons bilde, er det hverdagslige livet som å se skygger i spill på en hulevegg, og bare de som snur seg rundt og ser solen projisere skyggespillet vet hva som er virkelig og hvor illusjonen kommer fra. Den drømmelignende naturen av livet er også sentral i Shakespeares siste stykke, *The Tempest* og hos den spanske dramatiker Pedro Calderon, som hadde et berømt stykke som bokstavelig talt heter *Livet er en drøm*.

Verden føles virkelig 99 % av tiden, som er bevis nok ville en naturlig nok tro. Men moderne vitenskap kan ikke bevise at virkeligheten vi oppfatter egentlig er gyldig. Materie kan bli redusert til usynlige bølger, som ikke har noe definitiv lokalisering i tid og rom. Big bang skapte et univers hvor tid og rom eksisterer, men det var en førskapelse tilstand hvor ingen kan verifisere at tid og rom eksisterte i det hele tatt. Kropp, sinn og hjerne gjennom erfaring er også en del av drømmen.

Hele verden er en mental konstruksjon eller en virtuell verden, som vi tror er virkelig. De vediske skrifter sier tydelig fra om at vi kan provisorisk tro at verden er virkelig og at det har skjedd en skapelse, helt til vi forstår at alt er en virtuell eller tilsynelatende skapelse eller verden.

Livet er en drøm presenterer den mest frigjørende innsikt som har kommet til menneskesinnet og vil aldri gå bort. Det er ingen flukt fra virkeligheten som vi alle lever i, men å se verden som den virkelig er.

Drømmer – Fantasier – Det Totale Sinnet - Individet

Hvis drømmer er produsert av selvet, er den våkne- og drømmeverdenene ikke forskjellige, fordi selvet har ingen dualitet. Faktumet er at de er ikke produsert av selvet, fordi selvet er ikke i stand til å handle. Det er den uforanderlige substansen av de tre tilstandene. Det er produsert av Maya, som ikke er selvet, men den er ikke ikke selvet. (paradoks). Uansett, legger ikke Det Totale Sinnet/ Maya Verdi til eller henter ut verdier fra tilstandene. Den bare skaper og ødelegger dem upersonlig.

Forestillingen er din ide, den våknetilstandsidentiteten som legger eller henter ut verdi. Det er en psyko-spirituell tro at på en eller annen måte at drømmetilstanden er mer virkelig enn den våkne tilstanden. Det er det ikke. De har lik verdi. Faktumet er at de fleste mennesker tror at den våkne tilstanden er mer forestilt, med andre ord mer virkelig enn drømmen. Ignoransen viser seg igjen i erklæringen «I drømmer skaper du verdenen...».

Det stemmer ikke. Fantasien og skapelse er den samme. Verken individet eller selvet skaper verdenen. Maya/ Det Totale Sinnet skaper den. Den «du» refererer til er ikke Det Totale Sinnet. Disse er eksempler av overlapping (adhaya). Du forvirrer Det Totale Sinnets kraft til å projisere med individets kraft til å projisere, som leder til neste problem. Du sier at Gud skaper den, men erklæringen motsier erklæringen at individet skaper den. Du adresserer individer med din skriving. Hvis de tar deg i å være en autoritet, vil de bli villedet. Du må ha kunnskapen av Det Totale Sinnet for hånden eller du vil få argumenter.

Det Totale Sinnet skaper drømmen, men individet tolker den. Det Totale Sinnet/ Maya tolker den ikke, fordi Det Totale Sinnet er ikke en person med karma. Den har ingen tendenser/ vaner/ inntrykk (vasanas), ingen tolkningsmekanisme. Den skaper tendenser, men er fullstendig upåvirket av dem. Drømmeren tolker ikke drømmen. Drømmen er bare tolket av det våkne tilstandsindividet, jeg i denne saken. Tolkninger kan være basert på ignoranse, med andre ord hans/ hennes preging/ tendenser/ inntrykk.

Drømmen er en handlingsløs handling, som betyr at ingenting har egentlig skjedd i drømmen. Det ser ut til å gjøre det. Dette leder til neste ignoransedel: individet skaper eller sliter ut karma i drømmen. Karma er bare skapt eller ødelagt i den våkne tilstanden av den våkne-tilstandsentiteten, som antar at det er virkelig. Drømmen og drømmeren er mithya, tilsynelatende virkelig. Tilsynelatende virkelighet er så godt som ikke virkelighet, fordi den har ingen påvirkning på deg, selvet. Den påvirker bare de våkne, som tror den er mer verdifull enn den våkne tilstanden, som begge er drømmeaktig. Men hvordan kan noe som er uvirkelig påvirke noe eller noen? Det virkelige har ingen påvirkning og det uvirkelige har ingen påvirkning. Med andre ord, er karma også mithya. Slik at du trenger å være forsiktig med å ikke skape ideen om at drømmer er mer verdifull for selv-kunnskap enn andre arbeide. Faktumet er at karma yoga og kunnskaps yoga er overlegen, fordi de er basert på ideen om at tanker og handlinger er uvirkelige, fordi meningen av de begge er å negere den våkne og den drømmende.

Drømmetilstanden og den drømmende er bare ignoranse som viser seg i tilsynelatende bilder. Ingenting skjer. Drømmer er, bare drømmer. De er bare nyttig til den våkne, som også er bare ignoranse som viser seg i bilder. I Vedanta aksepterer vi provisorisk ignoranse, fordi det er alt vi har å jobbe med. Slik at vi later som om individet er virkelig og at hennes/ hans drømmer er verdifulle.

Individer har ikke klar kunnskap om de fire faktorene i virkeligheten: selvet, Det totale sinnet, individet og verdenen. Hvis deres natur og deres forhold er klare, vil da drømme-arbeide være marginalt hjelpfull for den våkne.

Avsluttende kommentarer

Lykke vi søker i objekter tilhører egentlig selvet og å søke lykke i objekter er et nullsum spill i verden. Undervisningen om *Maya* avdekker psykologien, som er årsak til

å søke lykke i objekter. Objekter, som du vil huske, er alt annet enn selvet. *Maya* får det fullstendige og komplette selvet til å tenke at det er utilstrekkelig og narrer en til å tro at objekter kan gjøre det mer fullstendig. Denne feilen utgjør grunnfjellogikken av Samsara (verden og dens objekter). Hvis du ikke kan se det/ forstå det så er du ikke klar for Vedanta og du er velkommen til å fortsette å jakte på objekter. Hvis du fortsatt jakter etter objekter så vil logikken bli klar når Samsara underkuer deg og tvinger deg til å akseptere det. Eneste måten å vinne i *samsara* er å komme seg ut av det. Hver seier i jakten på objekter er grunnleggende tapt fordi det utsetter det uungåelige, realiseringen av at verden er en drøm.

Å leve inni Det Totale Sinnets drøm er ikke bare dans på roser, som alle vet. Når vi erkjenner at vi lever i en drøm og at verden er en drøm er det også en påkjønning for egoet. Det er et sjokk for egoet at alt den «ser» utenfor en selv er livløst og tomt i utgangspunktet. Det bekrefter kvantefysikken og vitenskapen at all materie jo egentlig bare er 99,999 % tomrom eller vakuum. Mens alt foregår inni sinnet vårt og alle erfaringer i verden er fra ulike tanker. Det største marerittet i livet er å ikke vite hvem du egentlig er og late som om du er kroppen og sinnet. Men tenk hvor stor lettelse det må være å realisere at alt er en drøm, verden er en drøm og at essensen over hva vi erfarer, observerer, oppfatter og ser er oss, bevissthet/ selvet.

«For den ene med kunnskap (jnani), vet de at den våkne tilstanden er en drøm. Men i motsetning til å våkne opp fra en drøm, hvor drømmeverdenen forsvinner, forsvinner ikke den våkne (drømme) tilstanden. Jnani vet at det er en drøm og hun/ han spiller ut rollene som de var tiltenkt som, men dramaet går ikke under huden på dem.»

Swami Paramarthananda, kommentarer av Rama Gita

KILDER:

Nettsider:

For nybegynnere - introduksjon:

Shiningworld.com – hjemmeside til James og Sundari Swartz.

Flere lærere er tilknyttet og har vært tilknyttet Shiningworld, som har inspirert meg.

Bøker som Vedanta – Den Store Sammenhengen av Swami Paramarthananda og et par bøker hvor Edwin Faust har jobbet med og kommet med kommentarer, som har med Ramana Maharshi sine tekster å gjøre. Bøkene heter Sat Darshanam – Ikke-dualitetsvisjonen og Upadesha Saram – Vi kan ikke bli hvem vi er.

Discovervedanta.com – hjemmeside til Neema Majmudar og Surya Tahora, som begge har vært elever under Swami Dayananda. Deres bok Å leve i enhetsvisjonen – Å utforske virkeligheter og vokse som et individ er verdt å nevne.

For viderekomne:

Bøker/ Ebøker/ audio/ videoer:

Swami Dayananda med noen bøker som er verdt å lese inkludert (finnes blant annet som ekindle amazon.com)

Bhagavad Gita Home Study Course

Tattva Bodhah

Value of Values

Vivekachudamani

Swami Paramarthananda har en del gratis ebøker i pdf format som er transkripsjoner fra hans undervisninger samt audio og videoer:

arshaavinash.in/index.php/books-by-swami-paramarthananda/

yesvedanta.com/swami-paramarthananda/

En dokumentarfilm som også kan inspirere til å drive med selvgransking og følge vedantaundervisningen siden den nevner emner som bevissthet, kvantefysikk, Vedanta m.m.

Videoen **Bevissthetens Kreative Spill** av Terje Toftenes er inne på emnet hologram, som nevnes litt her i et sammendrag:

Holografiske bilder er enda en del av puslespillet hvor hver eneste del av en holografisk plate inneholder informasjon om hele platen. Det er enda en nøkkel til hvordan naturen kan skape mineraler, planter, dyr, mennesker, solsystemer og en uendelighet av skapninger i en

harmonisk orden langt ut over tilfeldige og kaotiske mutasjoner av prøving og feiling over lang nok tid.

Grensesprengende er ordet for å beskrive New Paradigm Films nye prosjekt. En reise i kunnskap, møte med intelligente mennesker og et fyrverkeri av en film om bevissthet og livets dypeste eksistensielle spørsmål. Med god fortellerevne og mestring av filmmediet er det faktisk mulig. Filmen vil lett kunne oppfattes som intellektuell og for teoretisk, men det er en stor feil. Denne filmen er full av kjærlighet til kunnskap.

Du kan kjøpe den på dvd/ blu ray eller strømming via nett på newparadigm.no

Kontaktinfo:

For mer info om Tradisjonell Advaita kan du besøke hjemmesiden min, som heter bevissthetsvitenskap:

www.bevissthetsvitenskap.com

Om du ønsker individuell veiledning eller har forespørsel om foredrag/ satsang, webinar og kurs kan du skrive til meg: davidvedanta@icloud.com eller ringe/ sende sms til mobilnr: 47078723

Du finner meg også på facebook og twitter. (begge David Storoy).

Sanskrit ordliste: (Tattva Bodhah)

Tattva Bodhah ordliste – fra sanskrit til norsk

Her er de vanligste ord på sanskrit i Vedantaundervisningen – alfabetisk rekkefølge:

A:

Agami karma – handling (karma) gjort med handleren

Aham – Jeg. Spesifikt selvet, det bevisste subjektet

Avidya – Ignoranse, spesifikt ignoransen av det faktum at en er selvet

Ahamkara – ego

Anadi – begynnelsesløs, det refererer spesifikt ignoranse (avidya)

Anandamaya kosha – lykksalighetsslire, en av de fem slirene (pancha kosha)

Anatma – ikke - selv

Anirvachaniya – udefinerbar, det referer spesifikt til maya eller mithya, fordi de kan ikke bli definert som fullstendig virkelig eller fullstendig uvirkelig.

Annamaya kosha – næringssliren; en av de frem slirene (pancha kosha)

Antahkarana – det indre instrumentet, med andre ord sinnet, intellektet, egoet og minnet; subtilkroppen

Anumana – konklusjon (slutning)

Apana – den fysiologiske prosessen av fjerning og ekskresjon; en av de frem pranaer

Aparoksha – umiddelbart; refererer til selvkunnskapsnaturen

Asangha – fri for assosiasjoner med noe; det refererer til selvet

Atman – selvet; selvet når referert til som individets essens

Avastha – erfaringstilstand

Avastha traya – de tre tilstander

B:

Bodha – kunnskap

Brahman – selvet; selvet når referert til som hele skapelsens essens

Buddhi – intellekt; den diskriminerende sinnsevne

C:

Chitta – minne

D:

Dama – kontroll av sansene; en av de seks foldete ferdigheter (shamadi shatka sampttihi)

G:

Guna – kvalitet; tau; det refererer til sattva, rajas og tamas, de tre kreftene, som utgjør maya

I:

Idam – det; spesifikt objekter og/ eller erfaringer

Indriya – sanseorgan

Isvara – bokstavelig talt Gud; verdens skaper så vel som skapelsen i seg selv; selvet assosiert med maya, kraften til å skape

Isvara-jiva-aikyam – den essensielle enheten av individet (jiva) og det totale (Isvara) som selvet

J:

Jagat – universet; skapelsen

Jagrat avastha – den våkne tilstanden; en av de tre tilstandene (avastha traya)

Jiva – individet; et levende vesen; selvet forbundet med subtilkroppen

Jivanmukti – et frigjort levende vesen

Jnana – kunnskap

Jnanendriyas – Kunnskapsorganer, med andre ord øyeorganet (syn), øre (høre), tunge (smak), hud (berøring) og nese (lukt)

K:

Karana – Årsak

Karana sharira – Årsakskroppen; en av de tre kroppene (sharira traya)

Karma – handling; handlingens resultater

Karmendriyas – Handlingsorganer (tale, hender, ben, kjønnsorganer, anus)

Karya – virkning

Kosha – slire

M:

Mahabhutas – de fem elementene (luft, ild, jord, vann, rom) i deres grove (fysiske) former

Manana – refleksjon; kontemplasjon; det andre selvgranskingsstadiet

Manas – sinn; funksjonen av sinnet som er ansvarlig for tvil og følelse

Manamaya kosha – sinnssliren; sinnet (manas) sammen med kunnskapsorganer (jnanendriyas); en av de frem slirene

Maya – en kraft avhengig av selvet som gjør skapelse mulig, består av tre gunar (sattva, rajas, tamas)

Mithya – det som verken er virkelig eksisterende og ei heller ikke-eksisterende; det som er avhengig av satya (selvet) for dens tilsynelatende eksistens

Mumukshutva – altomfattende ønske for frihet

Moksha – frihet; frigjøring; opplysthet

N:

Nididhyasana – assimilering; det tredje selvgranskingsstadiet (Vedanta)

Nimitta karana – effektiv virkning; i Vedanta referer det spesifikt til Maya å være kunnskap eller evne krevd til å skape universet

Nirvikalpa – ikke-differensiert; fri for distinksjoner

P:

Panchikarana – prosessene som gjør at de subtile elementene deler og setter de sammen igjen til å forme de grove elementene

Pancha kosha – de fem slirene

Panchakoshatita – uberørt og upåvirket av de fem slirene

Papa karma – ugunstig karma

Prakasha svarupa – opplysningsnaturen

Prarabdha karma – resultatene av fortidens handlinger som skaper og avgjør ens omstendigheter og levetid

Pratyaksha – direkte persepsjon

Prajna – den dypt sovendes entitet

Prana – vital luft eller livspust; i konteksten av pranamaya kosha, prana refereres til åndedrett

Pranamaya kosha – energisliren, består av de frem vitale energier; som har med kroppens fysiologiske funksjoner: fordøyelse, respirasjon, absorpsjon, sirkulasjon og utskillelse

Punya karma – gunstig karma

Purna – fullstendighet; fullkommenhet; i Vedanta referer det spesifikt til selvets natur

R:

Rajas – aktivitet; energi; en av de tre gunaene som gjør handling og lidenskap mulig

S:

Sadhana chatusthaya – fire foldete kvalifikasjoner krevd til å studere Vedanta og assimilere dens undervisninger

Sakshin/Sakshi – vitne; i Vedanta refererer det spesifikt til selvet, bevisstheten som er vitne til alle erfaringsobjekter

Samadhana – evnen til sinnet å fokusere på et gitt emne; en av de seks foldete arbeide

Samana – De fysiologiske prosessene av fordøyelse og assimilering; en av de fem pranaene

Sanchita karma – de totale akkumuleringer av gunstige og ugunstige handlinger, resultatene som ikke har blitt produktiv

Sat/Satya – eksistens; virkelighet; sannhet; det som eksisterer uavhengig og forblir uendret i fortiden, nåtiden og fremtiden; selvet

Sat-chit-ananda – tre ord brukt til å beskrive selvets natur; eksistens (sat), bevissthet (chit), lykkسالighet (ananda)

Sattva – lys; opplysning; en av de tre gunaene som gjør kunnskap og glede mulig

Shamadi-shatka-sampattihi – de seks foldete arbeidene begynner med shama; den tredje av de fire foldete kvalifikasjonene

Sharira traya – de tre kroppene

Shama – sinnsro; en av de seksfoldete arbeidene

Shradda – åpensinnet tiltro i læreren og undervisningen; en av de seksfoldete arbeidene

Sravana – å lytte; det første selvgranskingsstadiet

Sthula sharira – den fysiske grove kroppen; en av de tre kroppene

Sushupti avastha – dyp søvntilstand; en av de tre tilstandene

Sukshma sharira – subtilkroppen, består av fem handlingsorganer, de fem energiene, kunnskapsorganer, sinnet og intellektet; en av de tre kroppene

Svapna avastha – drømmetilstanden; en av de tre tilstandene

Svarupa – den sanne naturen av noe

T:

Taijasa – drømmetilstandsentiteten

Tamas – mørke; treghet; sløvhets; en av de tre gunaene som gjør materie og ignoranse mulig

Tanmatras – de fem elementene i deres subtile (umanifesterte) former

Tattva – sannhet; virkelighet

Titiksha – overbærenhet; evnen til å holde ut vanskelige situasjoner; en av de seksfoldete arbeidene

U:

Udana – den fysiologiske prosessen som er omvendt de andre fire; årsaken til nysing, raping, gråting, tarmgass, spying; en av de fem pranaer

Upadana karana – materialistisk årsak eller substans; i Vedanta refererer det spesifikt til maya å være den materialistiske substansen fra hvor universet er skapt

Uparama – overholdelse av ens egen oppgave; en av de seksfoldete arbeider

V:

Vairagya – objektivitet; en av de firefoldete kvalifikasjoner

Vasana – et inntrykk igjen på kausalkroppen av ens handlinger; kollektivt sett ens pre-inger

Vidya – kunnskap

Vijnanamaya kosha – intellektsliren; intellektet sammen med kunnskapsorganene

Vishva – den våkne tilstandsentiteten

Viveka – diskriminasjon mellom det virkelige (satya) og det uvirkelige (mithya); diskriminasjon mellom det evige (nitya) og det ikke-evige (anitya); diskriminasjon mellom selvet (atma) og ikke-selvet (anatma); en av de firefoldete kvalifikasjonene

Vritti – bevegelse eller sinnsmodifikasjoner; en tanke

Vyana – de fysiologiske sirkulasjonsprosessene; en av de frem pranaene

«Den eneste virkelige suksessen i livet er å oppdage at du er fullstendig, hel, komplett og fri.»

VEDANTA BEVISSTHETSVITENSKAP

Vedanta er en urgammel og tidløs bevissthetsvitenskap, som avslører vår essensielle natur som ikke-dualistisk kjærlighet (ubetinget kjærlighet), eksistens eller bevissthet. Undervisningene begynner med premissene om at lidelse ikke er bra, de leverer en undersøkt prosess av å oppnå frigjøring fra denne lidelsen. Vedanta blir kalt for brahma vidya på sanskrit, som betyr bevissthetsvitenskap eller selvkunnskap.

Vedanta er en systematisk analyse av ens egne ugranskete erfaringer, som fjerner feilaktige oppfatninger en har om erfaringene og avslører den underliggende virkelighet av alle erfaringer, som er grenseløs bevissthet.

Vedanta handler ikke om den materielle verden, men essensen av bevissthet, som støtter alle objektive fenomener. Det er en vitenskap i den forstand at den er basert på grundig gransking, logiske analyser og dens avsløringer er gjentatt verifiserbare.

Selv om Vedanta stammer fra Vedisk kultur, er den grunnleggende undervisningen universell i den forstand at det fundamentale prinsippet er at virkeligheten er ikke-dualitet, i motsetning til en dualitet. Den avslører at det bare er et prinsipp, som opererer der alt har sin opprinnelse, og er laget av bevissthet, Selvet. Derfor er Vedanta i essens ikke noe spesifikt, som tilhører noen kulturer, raser eller religioner, siden bevissthet ikke tilhører noen. Det er hvem vi er, fordi det er bare en bevissthet.

Du har alltid hatt kjennskap til hvem du er, men du vet ikke at du vet det før du har fjernet ignoranse om din virkelige natur og essens. Med andre ord fjernet feilaktige oppfatninger om deg selv.



David Storøy

(født 1973) er en Selvgransker, Bevissthetsviter og Vedantaveileder. Han er opptatt av grundig gransking av virkelighetens natur gjennom selvkunnskap eller bevissthetsvitenskap, som fjerner feilaktige oppfatninger om hvem vi er. Han har vært en sannhetssøker i hele sitt voksne liv helt til Advaita Vedanta kom inn i livet hans i slutten av 2014. Han brenner for helse, velvære og frigjøring. India har betydd mye for hans spirituelle utvikling og visdom gjennom mange år.

www.bevissthetstvitenenskap.com