

Hoofdstuk 8 Karma Yoga

Een korte samenvatting

Als je wilt dat Vedanta voor je werkt, dan moet je je manier van denken veranderen. En al kan het licht aangaan wanneer je deze leringen hoort, eenmalige blootstelling eraan zal je denkpatronen niet veranderen. Het onderricht moet je leven worden. Je moet er elke minuut van de dag mee bezig zijn. Je moet de “big-picture”-logica helemaal begrijpen. Dan kan je, wanneer je vast komt te zitten, de wegenkaart tevoorschijn halen en uitzoeken waar je bent en waar je zou moeten zijn.

We begonnen met de stelling dat de vreugde die we in objecten zoeken eigenlijk bij het zelf hoort en dat geluk zoeken in objecten een zero-sum-game is. Het onderricht over Maya onthult de psychologie die ons naar geluk doet zoeken in objecten. Objecten zijn, zoals je weet, alles wat niet het zelf is. Maya doet het vervulde en complete zelf denken dat het incompleet is en misleidt het met de gedachte dat objecten vervulling kunnen brengen. Deze misvatting vormt de basislogica voor samsara. Zie je dat niet, dan ben je niet klaar voor Vedanta en kan je rustig verdergaan met het najagen van objecten. Ga je door met de objectenjacht dan zal deze logica duidelijk worden op het moment dat samsara je in moeilijkheden brengt en je dwingt om ze te accepteren. De enige manier om in samsara te winnen is er helemaal uitstappen. Elke overwinning in de objectenjacht is eigenlijk een verlies, want het stelt het onvermijdelijke uit, het inzicht dat de wereld een droom is. Dit inzicht is moeilijk te realiseren want Maya projecteert constant, als een breedbeeld hifi TV, mooie sexy beelden die altijd heel echt lijken en je fantasieën aanwakkeren. Je kan ze proeven, ze aanraken, ze ruiken. En daar ga je dan, op jacht naar ervaringen en vasana's verzamelen. En je aandacht, wat gewoon panoramisch bewustzijn is, door Maya vernauwd tot een straal zo fijn als een potloodlijntje, richt zich naar buiten en spijkt zich vast aan objecten. Het is moeilijk om de ironie niet te zien; jij, het zelf, op zoek naar jezelf in objecten die van nature het zelf niet zijn. Wat kan absurder zijn?

Sorry dat ik blijf doorgaan over dit triest feit, maar we moeten je spirituele neus erin wrijven omdat de fundamentele waarheid over de schijnbare werkelijkheid compleet contra-intuïtief is. Het “voelt” fout. Het vraagt geen groot intellectueel vermogen om in te zien dat het leven niet meer is dan een onbewust proces van prikkels en reacties. In de grond is het niets anders dan jij die aandacht geeft aan de reactie van de wereld op jouw reacties op die wereld. Wij noemen dit samsara chakra, gaan van verlangen naar doen en van doen naar verlangen. Het lijkt op vastzitten in drijfzand – hoe meer je vecht om eruit te komen, hoe dieper je erin wegzakt. “Draaikolk” is één betekenis van samsara. Als je erin gevangen raakt, kom je er niet uit. Hoe meer je beweegt, hoe sterker je erin getrokken wordt. De dynamiek van je handelingen in het verleden houdt je gebonden aan dit chakra, dit wiel. Als het omhoog gaat, ga jij omhoog en gaat het omlaag, dan ga jij omlaag. Je houdt je alleen bezig met krijgen wat je wilt en vermijden wat je niet wilt. Dit gebeurde met mij ook. Ik was de levende dood, een complete robot, een marionet aan het touw van mijn angsten en verlangens, zinloos op en neer springend.

Voor we je tonen hoe je uit de draaikolk kan raken en het zelf in jouw leven kan brengen, moeten we hier nog een beetje onplezierig nieuws aan toevoegen. In het vorige hoofdstuk zegden we dat door de opeenstapeling van vasana's in de loop der tijd, het Subtiele Lichaam structureel verstoord wordt. In een gezond geïntegreerd individu zijn de drie centra met elkaar verbonden en werken samen om de jiva te helpen om zijn doelen te bereiken. Maar wanneer de lading vasana's te zwaar wordt, raakt het Subtiele Lichaam verstoord, en dan verbreekt de verbinding tussen de centra en ontwikkelt zich innerlijk conflict.

Om het zelf terug in het spel te krijgen, hebben we Yoga nodig. We moeten rekening houden met onze conditionering omdat die het contact met het zelf verhindert. Ik kan niet begrijpen hoe hedendaagse leraren je kunnen zeggen dat je geen doener bent en dat er geen werk te doen is. Het is natuurlijk goed voor de “business” omdat het ego deze boodschap wil horen, maar het is dwaas advies. Je bent niet gelukkig om een reden, en die reden is dat jouw conditionering je gebonden houdt aan de wereld van objecten. Dus moet je Yoga beoefenen.

Hoe werkt Yoga? Het verwijdert de vasana's die de mind naar buiten richten en ontwikkelt vasana's die de mind naar het zelf keren zodat onderzoek vrucht kan dragen.

Karma Yoga – Geen Slecht Resultaat

Als je weet wie je bent, zal je automatisch in de geest van karma yoga handelen omdat je dan duidelijk weet wat acties en hun resultaten voor je kunnen doen en niet kunnen doen. Karma yoga is dus bedoeld voor mensen met spirituele vasana's die weten dat zij bewustzijn zijn maar geen volledig vertrouwen hebben in de kennis. Het gebrek aan vertrouwen is te wijten aan de verhullende en projecterende guna's, rajas en tamas, die de mind vertroebelen en verstoren zodat hij niet kan genieten van de vrijheid die voortkomt uit rotsvaste onwankelbare zelf-kennis.

Hoewel dit logisch is voor iemand die sensitief is, is de bron van deze gedachte de *Bhagavad Gita*, één van de drie pijlers van Vedanta. In de *Gita* verzaakt een extrovert individu zijn plicht in het midden van een crisis en wordt hem op het slagveld des levens zelf-kennis onderwezen door zijn vriend, een verlicht persoon. Zijn mind is te opgewonden om de kennis te kunnen assimileren en daarom wordt hij aangemoedigd om karma yoga te beoefenen.

Zonder karma yoga blijft zelf-kennis niet hangen. Je kan heel goed non-duale innerlijke ervaringen hebben en voelen dat je verlicht bent, maar zonder karma yoga zal dat gevoel uiteindelijk afnemen en zal je opnieuw gaan zoeken om je "verlichting" terug te krijgen zoals het was.

Wat je ook moet weten is dat karma yoga je een gelukkig leven zal bezorgen, *of je nu wel of niet* bevrijding zoekt. Sommige mensen die onbewust in harmonie leven met de geest van de schepping ontwikkelen en beoefenen karma yoga zonder te weten wat het is. Voor ik verder ga met dit onderricht moeten we nog een spirituele mythe ontcrachten. Karma yoga is geen onbaatzuchtige dienstverlening. Er bestaat slechts één zelf en voor zover het iets doet, dient het zichzelf. Zoals karma yoga wordt voorgesteld aan Westerlingen die vertrouwd zijn met de spirituele cultuur van India, zou het niet veel meer zijn dan een slimme list van goeroes en hun organisaties om goedgegelovige spirituele neofieten vrijwilligerswerk te laten doen.

Als we onze vasana last willen verminderen en de mind willen richten op het zelf, hebben we de karma yoga spirit nodig. Deze spirit kan je niet zomaar met succes overnemen zonder de onderliggende logica te begrijpen.

Karma yoga werkt op het ego, de doener. Het ego is dat deel van het Subtiele Lichaam dat handelt teneinde van de resultaten te kunnen genieten. Het is ook het deel dat zich de actie en de resultaten toe-eigent. Woorden als "Ik doe, Ik geniet, Dit is van mij", horen bij de doener. Voor iemand die vrijheid zoekt, zijn die woorden obstakels omdat zij hinderlijke vasana's opbouwen en zelf-kennis belemmeren.

Mensen houden ervan om hun kindertijd en hun levensomstandigheden de schuld te geven van hun ongemakkelijke gevoelens. Dat is een goede zaak voor psychologen. Mijn vrouw noemt het "wondologie". Ik veronderstel dat zij verwachten dat ze, wanneer ze begrijpen wat er gebeurde en wat dat met hen deed, ze op één of andere manier bevrijd zullen worden van lastige gevoelens. Maar Vedanta zegt dat je niet zo ver hoeft te zoeken naar de bron van je emotionele problemen. Zoals we in het vorige hoofdstuk al zegden, de verklaring is heel simpel: *je krijgt niet wat je wil*. Je doet wat je doet in de verwachting dat het resultaat van wat je doet jou een goed gevoel zal geven. Als je het verwachte resultaat niet krijgt, voel je een vorm van boosheid (rajas) of teleurstelling die tot depressie kan leiden (tamas). Alle oncomfortabele emoties komen voort uit rajas en tamas. Het is heel moeilijk om met deze logica in discussie te gaan want je voelt je heel goed als je krijgt wat je wilt.

Altijd krijgen wat hij wil, dat is het beeld van geluk dat de doener heeft.

We beweren niet dat je wel of niet zou moeten krijgen wat je wilt. Je doet wat je doet *opdat je krijgt* wat je wilt. In de spirituele wereld bestaat een vreemd begrip – populair geworden door de onderrichten van de Boeddha over begeerte als oorzaak van lijden – dat zegt dat je niets zou moeten verlangen. Het is echter onmogelijk niet iets te willen. Dat is niet aan jou. Je komt vol verlangen op aarde en verlangen motiveert je van de ochtend tot de avond, meestal tot op de dag dat je sterft. Een mens is niet veel meer dan wat hij of zij verlangt. Dus staan we er helemaal achter dat je krijgt wat je verlangt. We zeggen alleen maar dat krijgen wat je wilt niet simpel is.

Karma Yoga, de stress vernietiger

Angst/Bezorgdheid over de resultaten van je acties, is een mooi woord voor stress. Als je mensen vraagt waarom zij mediteren, zullen de meesten antwoorden: "om stress weg te nemen." Stress vermindert door middel van meditatie, maar de oorzaak van stress wordt er niet door weggenomen. Dat is de reden waarom mensen vele jaren mediteren zonder succes. En dat is de reden waarom zo veel mediterenden meditatie

laten voor wat het is en iets anders proberen. Karma yoga neemt de oorzaak van stress weg door de angsten en verlangens die de stress veroorzaken uit te doven.

Resultaten heb je niet in de hand

Zoals we eerder zegden en zullen blijven herhalen, wanneer je verlangt wat je verlangt is er jammer genoeg een klein probleem: de resultaten van je acties liggen niet in jouw handen. Zoiets horen we niet graag. Hoewel het nooit zal verdwijnen, ongeveer elke twintig jaar wordt spiritueel materialisme in de spirituele wereld een obsessie onder de vorm van leringen als “The Secret”. Het enige doel van dit soort onderricht is het ego het gevoel geven dat er hoop is. Dat men, na het mislukken in de wereld, zijn toevlucht kan nemen in de fantasie dat er een speciale manier bestaat, een geheime techniek, die hem in staat stelt controle uit te oefenen over de resultaten van zijn handelen en het dharmaveld op eigen terrein te verslaan. Dat is aantrekkelijk want de meeste spirituele mensen – eigenlijk alle mensen – zijn lui en houden er niet van door iets of iemand beheerst te worden. Pas wanneer je hier doorheen kan kijken ben je feitelijk klaar om naar rede te luisteren.

Als je de resultaten van je acties in de hand zou hebben, dan zou je alles hebben wat je wenst. Wat heeft dan wel de zeggenschap over de resultaten? De wet van karma en het dharmaveld!

In het zesde hoofdstuk gaven we een ruwe schets van het dharmaveld. Ik noem het de “mandala van bestaan”. Het is een enorm veld. Het is samengesteld uit alle materiële elementen, de Grofstoffelijke Lichamen en de krachten en wetten waaraan ze zijn onderworpen. Het omvat de Subtiële Lichamen en alle krachten en wetten die psychische, psychologische en morele aspecten van het veld, de macrokosmische mind, beheersen. En tenslotte wordt het uiteindelijk beheerst door het Causale Lichaam en de Wet van Karma.

En wie ben ik? Ik denk dat ik een klein vliegenstrontje van beperkt bewustzijn ben in deze enorme complexe oceaan van droombewustzijn. Als deel van het veld lijkt het alsof ik acties genereer, kleine rimpels aan het oppervlak van het leven. Mijn acties verdwijnen niet naar een ander universum om daar vrucht te dragen. Zij blijven in het veld. Het veld gedraagt zich alsof het bewust is omdat het zich in bewustzijn situeert, net als de slang in ons vroegere voorbeeld zich situeert in het touw en levend lijkt te zijn wanneer het in een specifieke context wordt waargenomen. Het veld reageert dus. Het produceert karma. Karma wil zeggen dat er iets gebeurt. En karma keert terug naar de doener van de actie, niet altijd op een duidelijke manier. Of, zoals men zegt “na actie volgt reactie.” In de Bijbel zegt men het anders: “Wat je zaait zal je oogsten.” Iedereen heeft weet van karma, maar bijna niemand begrijpt het.

Even je geheugen oprispen; de grote vraag is: op welke basis keert het veld mijn actie terug naar mij? Je kan moeilijk zeggen dat het veld geen acties teruggeeft want mijn leven is niets anders dan de gebeurtenissen die het veld van het leven mij brengt. Het veld moet op één of andere manier intelligent zijn want ik krijg geen acties die jou toebehoren. Als jij je partner vermoordt komt de politie bij jou, niet bij mij. Als jij alcohol drinkt dan krijg ik geen levercirrose. Maar welk principe bepaalt het resultaat?

Het veld bepaalt het resultaat op basis van de behoeften van het veld.

Negeer het Dharma Veld op eigen Risico

Het ego vindt het heel moeilijk om dit feit te accepteren want het heeft alleen oog voor dat kleine deel van het veld dat een direct effect op hem heeft. Sommige individuen zijn zo egocentrisch dat ze zelfs niet met hun eigen familie overweg kunnen, en nog minder met hun burens, collega's enz. Dit is heel kortzichtig, want alles komt tot ons via anderen. Ook zij die wel zorg dragen voor hun directe omgeving, hebben geen controle over wat er gebeurt want wat er gebeurt met de mensen rond een individu wordt geconditioneerd door de mensen waarmee hij of zij verbonden is, en die bredere cirkel wordt beïnvloed door een nog grotere cirkel tot de cirkel zich opent en alles omvat. Dat “alles” is Isvara. Vanuit zijn standpunt is geen enkel object in het veld meer of minder belangrijk dan enig ander. Dit is slecht nieuws voor mij wanneer ik iets verlang dat niet dienstbaar is aan de noden van het Geheel.

Iedereen kent dit op één of andere manier. Religieuze mensen noemen het God. Zij zeggen dat alles Gods genade is. We gaan hier min of meer mee akkoord, maar zoals gezegd, dan bekleden we God met menselijke en goddelijke kwaliteiten en plaatsen hem buiten het dharmaveld. Het veld zelf is God. Wij stellen niet dat alleen goede karma van God komt, maar ook het slechte karma, omdat we weten dat de werkelijkheid non-duaal is. Eigenlijk zijn er geen twee aparte principes werkzaam in het dharmaveld, hoewel Maya dit zo doet lijken.

Het Geheim van Actie

Ik begrijp dat wat mijn geluk betreft, het veld almachtig is en dat afhankelijkheid ervan lijden veroorzaakt. Ik weet ook dat ik er niet gewoon eenvoudig van kan weglopen. Het verlangen dat in mij is, vraagt om actie en actie veroorzaakt verlangen. Dus, ook al vertrek ik naar een grot in India, mijn probleem los ik er niet mee op. Mijn vasana's en mijn verstoorde mind reizen met me mee.

Wat ik niet begrijp is waarom actie vasana's veroorzaakt. De vasana's worden veroorzaakt door mijn houding tijdens het handelen. Wat is die houding? Die is "Ik wil, ik wil niet." Kortom, angst en verlangen motiveren mij. Ook al heb ik dit (nog niet ervaren, het is logisch dat een andere houding wellicht geen vasana's produceert die mij binden aan actie en de resultaten. Bestaat er zo'n houding en welke zou dat kunnen zijn?

Over 't algemeen zijn volwassenen geen goede voorbeelden, maar spelende kinderen geven ons een hint. Onlangs was ik aan het strand en observeerde een groepje kinderen terwijl ze een zandkasteel bouwden. Gedurende ongeveer een uur werkten ze vrolijk met hun kleine schepjes en emmertjes en dan, zodra ze klaar waren, vernietigden ze het even vrolijk en renden naar de branding om te zwemmen. Een paar jaar geleden was ik in Londen in het Nationaal Museum en observeerde er een groep Tibetaanse monniken terwijl ze een grote ingewikkelde mandala maakten van gekleurd zand. Zij hadden er blijkbaar weken aan gewerkt en na een paar dagen waren ze ertoe bereid om alles weg te blazen. Wat speelde er door hun hoofd? Zij waren er kennelijk niet in geïnteresseerd om van de mandala te genieten toen die klaar was. In beide situaties worden geen bindende vasana's gecreëerd door de acties. Wat kinderen intuïtief begrijpen en monniken bewust weten is dat een actie die in een bepaalde geesteshouding wordt uitgevoerd bevrijdend is, niet bindend. Wat is die geesteshouding?

Er is niet al te veel introspectie nodig om toe te geven dat je niet wilt sterven. Mensen houden van het leven. Een familielid van mijn vrouw met een bijzonder type kanker onderging drie chemokuren en bestralingen voor hij bezweek. We willen leven omdat het leven mooi is. Het is een groot voorrecht en een grote vreugde om hier te mogen zijn, om te leven. Slechts een paar momenten in de omhelzing van de schoonheid van leven en liefde is genoeg om grote ellende te kunnen verdragen.

Nogmaals, je moet geen genie zijn om uit te vinden dat je jezelf het leven niet hebt gegeven. Jij hebt de wereld rondom jou niet zelf gemaakt. Je hebt jouw mind of jouw lichaam niet zelf geschapen, evenmin voer jij de talloze ongeziene taken uit die je in het leven houden. Als je eerlijk bent moet je toegeven dat jij niets creëerde. Op een mooie dag verscheen je hier en alles was klaar, op maat gemaakt voor jouw plezier. Wie of wat deed dit? Isvara, God, het dharmaveld, deed dat. Een andere verklaring is er niet.

Dharma is Gepaste Reactie

Als iemand je een geschenk geeft, wat is dan de gepaste reactie? Als je welopgevoed bent zal je "Dankjewel" zeggen, niet alleen om dat je beleefd wil zijn, maar omdat je je echt dankbaar voelt. Het lichaam en de mind kunnen alleen handelen omdat ze gezegend zijn met het geschenk van het leven, en daarmee kan je hier succes zoeken. Het doet er niet toe wat je doet. Bewustzijn heeft biljoenen handen en voeten nodig om deze wonderlijke droom in stand te houden. Zij behoren allemaal toe aan bewustzijn en jij krijgt ze te leen. Jij bent hier met een reden en je hebt de vermogens gekregen die nodig zijn om jouw dharma, jouw plicht, te vervullen. Er wordt van je verwacht dat je reageert. Het gaat er niet om *wat* je doet. Het gaat er alleen om *dat* je doet, dat je *kan* doen doet ertoe. Hoe vrijgevig, hoe grootmoedig is God! Hoeveel geluk heb ik dat ik hier ben, dat ik leef! Elke actie die in deze geest wordt uitgevoerd, in dit weten, produceert geen vasana. Als je in deze geest handelt is het dus wel degelijk mogelijk om jezelf te de-conditioneren. Het is ook mogelijk om jezelf te her-conditioneren, daarover zullen we meer zeggen in wat volgt.

Wanneer je verlichte mensen bestudeert, merk je dat zij geen karma creëren en niet-gehecht zijn aan objecten. Zij creëren geen bindende vasana's omdat zij, heel en compleet zijnd, één met bewustzijn – al het leven – weten dat zij geen objecten nodig hebben om gelukkig te zijn. Zij zijn tevreden met het zelf alleen en tevreden met om het even welke objecten ze hebben of niet hebben. Natuurlijk handelen ze. Niemand heeft de vrijheid om niet te handelen. Maar zij handelen uit volheid – vanuit geluk – niet vanuit onvolledig zijn teneinde gelukkig te worden.

Dat ik niet verlicht ben betekent niet dat ik niet redelijk vrij van karma en vasana's kan worden. Er is geen grote verlichtingservaring nodig om al mijn verlangens te niet te doen. Verlangen overleeft alle verlichtingservaringen. Ook al vernietigt een verlichtingservaring het verlangen naar alledaagse objecten, het creëert een bindende vasana voor de verlichtingservaring, want zo'n ervaring is zo wondermooi dat je ze,

wanneer ze stopt – en stoppen doen ze allemaal omdat elke ervaring in samsara gebeurt – onmiddellijk terug wilt hebben. Non-duale ervaringen kunnen gevaarlijke drugs worden.

Alles wat nodig is om mijzelf te ontdoen van bindende vasana's is een wijziging in de houding die mijn handelen motiveert. Karma Yoga is een houding die je aanneemt ten aanzien van actie en haar resultaten, een houding die vasana's wegbrandt. Ze creëert er geen, behalve de vasana voor karma yoga, en die verteert zichzelf wanneer zelf-kennis ontstaat in de door karma yoga voorbereide mind. Dit onderricht is ontworpen om het inzicht te creëren dat je zal motiveren om karma yoga te beoefenen, ervan uitgaand dat je bevrijding wilt. Door te zeggen "al wat nodig is" zou je kunnen denken dat karma yoga net zo makkelijk is als uit een boom vallen. Het is niet makkelijk wanneer de overtuiging dat het geluk in objecten zit zelf een bindende vasana is geworden. Dan is er dus onmiddellijk weerstand tegen het vestigen van karma yoga, weerstand van niemand minder dan de persoon die verondersteld wordt door karma yoga te worden bevrijd, meneer of mevrouw Ego.

Intelligente Onwetendheid

Het ego is wellicht het meest tamasisch van de drie innerlijke centra. Het verzet zich met handen en voeten tegen verandering. Het kan niet gedwongen worden om karma yoga te doen. Karma yoga lijkt op jezelf op dieet zetten. Het vergt constante waakzaamheid. Als je op dieet gaat kan je wilskracht groot zijn en je kan jouw doel heel helder voor ogen hebben, maar de obese persoon binnen in je is niet je beste vriend. Hij zal er alles aan doen om je inspanningen te saboteren. Bijvoorbeeld, terwijl je koffie drinkt in de koffiebar zie je lekker gebak in de toonbank. Je weet heel goed dat gebak niet op je dieetlijst staat. Je kan aan de dikkerd in je zeggen dat hij het gebak niet mag eten, maar hij is slimmer dan je denkt. Hij zal alles doen om het intellect te overtuigen dat er niet zo veel calorieën inzitten als je denkt, dat het gemaakt is van gezonde biologische bloem en honing, wat zoveel "beter" voor je is dan die vieze toxische witte suiker, dat je een traktatie verdient omdat je zo "goed" bent geweest, enz. En voor je 't weet heeft je koffie gezelschap van een kleverig zoet gebak. Onwetendheid is heel slim. Zij vind een eigen weg.

De manier om met meneer Ego om te gaan is door hem op te voeden, niet door hem uit te schakelen. Daarom is Vedanta, dat een padloos pad is, superieur aan andere paden. Het zegt je niet wat je moet doen. Het leert je geen grillige ontsnappingsroutes. Het voedt je op, leidt je weg van onwetendheid. Zodra je de logica begrijpt wordt het redelijk makkelijk om te doen wat moet gedaan worden. Karma Yoga is dharma yoga, de passende respons.

Werk is Aanbidding

Tot nu toe hebben we de logica van karma yoga uitgelegd. Maar logica is slechts het begin. Voor we karma yoga ruggengraat geven, is het goed om een recente misleidende opvatting over Yoga te onderzoeken. Het is natuurlijk om te denken dat verschillende yoga's bedoeld zijn voor verschillende persoonlijkheids-types. Deze idee werd een goeie honderd jaar geleden voorgesteld door Swami Vivekananda, die men de vader van "Nieuw" Vedanta of "Modern" Vedanta zou kunnen noemen, de voorloper van Neo-Advaita, op 't ogenblik de meest populaire iteratie – ik zou durven zeggen corruptie – van traditioneel Vedanta. Deze misvatting wordt de multi-pad verwarring genoemd en onthult een fundamenteel misverstand over de aard van het zelf. Ze ontstond ten tijde van Freud, vandaar zijn eigenaardige psychologische bochten.

Denken dat Vedanta en Yoga zich moeten aanpassen aan de tijd is een vergissing omdat mensen vandaag fundamenteel niet anders zijn dan zij ooit waren: bewustzijn plus drie lichamen. Vedanta gaat over de essentiële persoon, de universele mens, niet over een geconditioneerde persoon. Jazeker wij hebben iPods, we genieten van vliegtuigreizen en leven in complexe samenlevingen, maar zoals de dichter zegt "Er is niets nieuws onder de zon." Een mens is een mens. Om iets toe te voegen aan of weg te nemen van de essentie van de logica of de onderrichten zo te verdraaien dat ze aansluiten op de ervaring van een specifiek individu of passen bij de tijd, helpt niet.

De multi-pad verwarring beweert dat karma yoga geschikt is voor actieve types, terwijl devotionele yoga – algemeen gekend als het pad van liefde – wordt voorgeschreven voor devotionele types, en kennis yoga wordt aanbevolen voor intellectuele types. Dit "onderricht" is absurd omdat elk individu een ego, emoties en een intellect heeft. Dus één yoga-vorm beoefenen ten koste van de andere, vergroot de structurele vervorming van het Subtiële Lichaam. Al de centra moeten harmonieus ontwikkelen, samen achter één idee: "Ik ben heel en compleet, gewoon, non-duaal, actieloos bewustzijn." Bovendien, wanneer je de aard van de werkelijkheid begrijpt kan je geen onderscheid maken tussen liefde, handelen en weten.

Spijtig genoeg identificeren mensen zich met verschillende aspecten van het Subtiel Lichaam en ontwikkelen zo begrensde identiteiten gebaseerd op de soort activiteiten die hun onwetendheid hen laat kiezen.

Karma yoga is tevens devotionele yoga. Het is gewoonweg liefde voor het eigen zelf in de vorm van de schepping. Jouw liefde voor het leven is niet zelfgeschapen. Het is niet “jouw” liefde. Het is bewustzijn, wat liefde is, dat als jij in jou en door jou bemint. In het geval van karma yoga denkt het zelf, onder de begoocheling van Maya, dat het een persoon is die zijn liefde – wat slechts bereidwillige aandacht is – investeert in objecten; en omdat dit niet werkt moet de aandacht die hij in het leven investeert in de vorm van handelingen, terug aangeboden worden aan de schepping in dezelfde geest waarin ze werd gegeven – om zo de kosmische cyclus te voltooien.

Toewijding

Karma yoga is ook kennis yoga want om het leven zinvol te kunnen eren met mijn acties moet ik de non-dualiteit van de werkelijkheid waarderen. De liefde in mij voor objecten is simpelweg het zelf dat via mij liefheeft, foutief gericht naar objecten. Maar, is het wel foutief gericht? Als ik begrijp dat de werkelijkheid non-duaal is, zijn dan niet alle objecten die in mij verschijnen – mijn leven en alles in dat leven – alleen maar mij? Zijn daarom niet alle objecten het eren waard? Aanbidden betekent niet smeken. Het is erkentelijke liefde. Ik ben dankbaar voor wat mij is gegeven, mijn zelf in de vorm van de schepping, en ik bied mijn acties aan de schepping aan met een houding van dankbaarheid.

Karma yoga ontspant de angstige hebbelijke oriëntatie van het Subtiel Lichaam. Deze onbewuste houding is er op het ogenblik dat een impuls om te handelen ontstaat en is aanwezig bij elke gedachte, gevoel en actie. Ze is er wanneer een actie vrucht draagt, een constante stille metgezel. Een levenslange oriëntatie verschuiven naar zijn tegenovergestelde is zwaar werk, een gevecht met het ego. Toewijding betekent simpelweg denken aan het zelf, jezelf herinneren aan je doelstelling hier, een dankbare houding oproepen bij elke actie die je onderneemt en dan doen wat nodig is zonder aanspraak te maken op de resultaten. Wanneer de impuls tot actie direct op deze manier wordt benaderd dan is het onmogelijk om zelfvernederende acties of acties die anderen kwetsen te ondernemen. We veroorzaken kwetsuren alleen wanneer we ons niet bewust zijn van wat we doen. Niemand kan meer bewust worden omdat bewustzijn niet verandert, maar we kunnen meer besef krijgen van onze beperkte oriëntatie en van de ongewenste effecten die het produceert.

Afgezien van de gebrekkige logica waarop hun gezichtspunten gebaseerd zijn, zouden de voorstanders van op ervaring gebaseerde verlichting enorm veel baat hebben bij karma yoga. De ervaring van de reflectie van het zelf in het Subtiel Lichaam kan min of meer constant, stralender en intenser worden wanneer rajas en tamas door karma yoga uit het Subtiel Lichaam gezuiverd worden. Hoe meer men karma yoga beoefent, hoe zuiverder de mind wordt en hoe meer openbaringen erin plaatsvinden, hoe intenser het vertrouwen wordt, ervan uitgaand dat de openbaringen correct worden begrepen.

Een Godsgeschenk

Het leven is niets anders dan de vruchten van iemands acties nadat die hun weg zijn gegaan door het dharmaveld. Voor een volledig begrip van de karma yoga houding moeten we wat er ook gebeurt zien als een geschenk van God. Een mooi model van dit idee is het tempel offer. Een gelovige brengt een offergave naar de tempel, overhandigt ze aan de priester die ze offert aan de godheid en ze dan gezegend teruggeeft. De gelovige is vrij om ermee te doen wat hem of haar gepast lijkt; gewoonlijk wordt de offergave verdeeld onder de bedelaars aan de ingang van de tempel.

Gemoedsrust

Het is makkelijk om dat wat er gebeurt als een geschenk te zien zo lang dat wat er gebeurt is wat ik wil, maar wat moet ik doen als het dharmaveld mij iets geeft dat ik niet wil? Moet ik kwaad worden en het afwijzen? Neen, ook dat moet ik als geschenk aannemen. Wereldse mensen zijn tevreden wanneer ze krijgen wat ze willen en ongelukkig als dat niet zo is, maar karma yogi's zijn tevreden wanneer ze krijgen wat ze willen *en* wanneer dat niet zo is; hun doel is een vredige mind, niet de vluchtige vreugde die via objecten komt. Hoe werkt dit?

De vasana's verschijnen in het Subtiel Lichaam als voorkeur en afkeer. Voorkeur en afkeer, aantrekking en afstoting, angsten en verlangens zijn de vijanden van de karma yogi. Karma yoga is bedoeld

om ze te neutraliseren omdat ze de mind continu prikkelen, waardoor die ongeschikt is voor onderscheid makend onderzoek. Het dharmaveld is een universiteit, bedoeld om ons te leren wie wij zijn. We slagen niet voordat we onze lessen hebben geleerd. Het onderwijst ons door ons de vruchten van onze acties te geven. Sundari, mijn vrouw, zegt het zo: “Een karma yogi weet dat ervaring een langzaam aftakelende tijdcapsule is, bedoeld om ons kennis te leveren.” Resultaten blijven nooit duren maar de kennis die in ervaring verborgen zit, leidt ons naar het zelf. Dus, als er iets gebeurt, ongeacht of het iets is dat we willen of niet, worden we geacht het te verwelkomen en ervan te leren. Op deze manier worden voorkeur en afkeer geneutraliseerd en kan zich de objectiviteit ontwikkelen die nodig is voor onderzoek.

Gemoedsgesteldheden

Onlangs werd mij door een vriend een “goede” film aanbevolen. Maar die film was heel verstorend omdat hij over zinloos geweld ging, hoewel aan het einde het goede – een zeer gebrekkig individu – triomfeerde. Ik sliep daarna niet goed en de volgende dag was het Subtiële Lichaam van streek. Tot nu toe heb ik karma yoga voorgesteld als antwoord op uiterlijke gebeurtenissen maar karma yoga is ook toepasbaar op gemoedsgesteldheden. De gevoelens die de film opriep waren de ongewilde resultaten van mijn actie. Ik kon niet weten hoe mijn onderbewustzijn op de film zou reageren. Moest ik kwaad worden op mijzelf omdat ik de aanbeveling van mijn vriend om de film te bekijken had opgevolgd en daarmee een extra laag lijden stapelde op de bestaande laag? Of moest ik de film en mijn reactie erop bezien vanuit het gezichtspunt van Isvara en ze blij aanvaarden? Ik heb een keuze. Karma yoga is omzichtigheid met betrekking tot actie en haar resultaten. Het moet toegepast worden op goede en slechte gevoelens die in mij verschijnen alsook op de gebeurtenissen die deze gevoelens oproepen.

Drie Soorten Actie

Karma yoga is niet alleen de juiste houding; het is juist handelen. Acties kunnen worden ingedeeld volgens het nut dat ze hebben bij de voorbereiding van de mind op onderzoek. Zij zijn 1) sattvisch: acties die maximale spirituele voordelen opleveren, 2) rajasisch: acties die noch gunstig noch nadelig zijn en 3) tamasisch: acties die nadelig zijn en het individu weg leiden van het doel.

Het derde type actie, adharmische karma's, wordt niemand aanbevolen en is ten stelligste verboden voor een karma yogi. Ook al brengen zij de doener een bepaald fysisch of psychologisch profijt, zij beschadigen de levende en niet-levende objecten in het dharmaveld en halen de doener spiritueel omlaag. Zij moeten koste wat kost vermeden worden. Het tweede type actie is niet noodzakelijk adharmisch. Zij brengen geen leed toe aan zichzelf of aan anderen, behalve misschien ongewild, maar ze zijn ego-centrisch, dwingen de doener de noden van anderen te negeren. Zij leveren geen spiritueel voordeel – of misschien een heel klein beetje – noch zijn ze noodzakelijk nadelig, maar ze zijn gericht op materiële doelen.

Het eerste type actie, *sattvische* karma's, is noodzakelijk voor karma yoga om vrucht te dragen. Sattvische karma's zijn gevende karma's, geen hebzuchtige. Hoe meer je geeft hoe meer je groeit. Je kunt je wellicht herinneren dat *vasana's* worden gecreëerd door een hebberige houding. Zonder al te veel in detail te gaan, zij worden geneutraliseerd door een tegenovergestelde houding. Karma yoga gaat om acties die waarde toevoegen aan elke situatie, offers die bijdragen aan het welzijn van het dharmaveld. Deze offers worden besproken in hoofdstuk 9.

Een karma yogi heeft de intentie om *sattvische* karma's op de voorgrond van zijn of haar leven te verankeren, om ervoor te zorgen dat *rajasische* karma's worden verbannen naar een ondergeschikte status en om *tamasische* karma's te elimineren. Natuurlijk is het onmogelijk om alle *tamasische* acties volledig te elimineren. Er bestaan bepaalde onvermijdelijke omstandigheden die ervoor zorgen dat de doener zichzelf of anderen kwetst. Hij of zij moet er steeds naar streven om *sattvische* karma's uit te voeren omdat die volwassenheid en spirituele groei voortbrengen door de onrust die ontstaat uit het onvermijdelijk contact met nadelige situaties en mensen te neutraliseren.

Vragen & Antwoorden

1) Zelf-Onwetendheid zet het individu aan objecten na te jagen, wat op zijn beurt oorzaak is van de afhankelijkheid van “doen” en een extroverte verstoerde mind die discriminatie blokkeert, terwijl het het zelf van objecten afscheidt. Wat is de oplossing en hoe werkt die?

Karma Yoga. Het verwijdert vasana's die de mind naar buiten richten en ontwikkelt vasana's die de mind naar het zelf richten, zodat onderzoek vruchten kan afwerpen.

2) Waarom is karma yoga geen onzelfzuchtige dienstverlening zoals het gewoonlijk wordt voorgesteld aan spirituele beginners die aan zichzelf willen werken?

Omdat er slechts één zelf is en alle handelingen worden uitgevoerd in het belang van het zelf.

3) Hoewel karma yoga het intellect concentreert en negatieve gevoelens transformeert, richt het zich op het ego. Wat is het ego?

Het ego is de doener/genieter, het deel van het zelf dat zich handelen "toe-eigent" en dat erop gericht is te krijgen wat het wil.

4) Psychologie concentreert zich op onplezierige factoren uit de kindertijd waarvan zij denkt dat ze oorzaak zijn van negatieve gevoelens die aanzetten tot handelen, maar Vedanta heeft een eenvoudiger en krachtiger verklaring. Welke?

Het ego krijgt nu niet wat het wil. Dit scheidt onrust, boosheid, depressie en andere negatieve gemoedstoestanden.

5) Karma Yoga betekent niet dat de doener niet zou mogen krijgen wat hij wil. Het zegt echter dat krijgen wat je wilt niet eenvoudig is. Waarom is het niet eenvoudig?

Jij hebt de resultaten van je acties niet in de hand.

6) Als jij de resultaten van je acties niet bepaalt, welke factor is er dan verantwoordelijk voor?

Het veld van actie, het dharmaveld.

7) Het veld van het leven toont zich aan elke doener als zijn omstandigheden, in wezen als zijn relaties met andere bewuste wezens. Waarom is het dwaas om de behoeften van het veld te negeren?

Omdat alles wat ik wil via het veld komt. Als alles via mij zou komen, zou ik alles hebben wat ik wil.

8) Welk op het veld gerichte principe bepaalt het resultaat?

De noden van het veld.

9) Welke houding creëert de vasana's die de doener afhankelijk maken van handelen?

Ik wil, Ik wil niet. Mijn angsten en verlangens.

10) Wat is het fundamentele existentiële feit dat de basis vormt voor de karma yoga houding?

Het leven is mooi en het is een heel waardevol geschenk. Ik wil dit leven niet loslaten.

11) Als je iets waardevols krijgt wat is dan een gepaste reactie?

Iets teruggeven.

12) Wat kan je aan het veld geven? Mijn acties.

13) Wat is de gepaste houding? Dankbaarheid en liefde.

14) Karma yoga is het aanbieden van zijn handelingen aan het bestaans-veld in een geest van liefdevolle toewijding, voordat de actie start. Met welke houding ontvangt de karma yogi de resultaten van zijn acties?

Een houding van dankbaarheid.

15) Is dankbaarheid ook van toepassing bij ongewenste effecten? Zo ja, waarom?

Ja. Omdat de karma yogi voorkeur en afkeer wil elimineren, niet om een bepaald resultaat van de wereld te verkrijgen.

16) Mijn emoties zijn het resultaat van mijn reactie op gebeurtenissen in de karmische wereld. Is de karma yoga houding van toepassing op ongewenste emoties? Zo ja, waarom?

Ja. Omdat ik even makkelijk een voorkeur of afkeer, een vasana, kan ontwikkelen voor een gevoel als voor een gebeurtenis in de wereld.

17) Karma yoga is de juiste houding plus de juiste handeling. Handelingen zijn sattvisch, rajasisch en tamasisch. Welke acties zijn gunstig, welke zijn nadelig en welke zijn noch gunstig noch nadelig?

Sattvische acties zijn gunstig. Rajasische acties zijn noch gunstig noch nadelig en tamasische acties zijn nadelig.