

5 Charles W. Leadbeater, *The Astral Plane*, rev. ed., 1933, reprint (Adyar, Madras, India: Theosophical Publishing House, 1984), 85.

6 Arthur E. Powell, *The Etheric Double: The Health Aura*, 1925, reprint (Wheaton, IL: Quest Books, 1969), 70.

7 Robert Monroe, *Journeys Out of the Body* (Garden City, NY: Doubleday, 1971), 175.

8 Sylvan J. Muldoon, and Hereward Carrington, *The Projection of the Astral Body*, 1929, reprint (New York, NY: Weiser, 1973), 77.

9 Arthur E. Powell, *The Astral Body and Other Astral Phenomena*, 1927, reprint (Wheaton, IL: Quest Books, 1973), 83.

10 Robert Monroe, *Journeys Out of the Body*, 226.

11 Sommige theosofen zeggen dat telepathische, helderziende informatie en voorkennis ook via het etherisch lichaam kan komen. Maar het komt gewoonlijk van het minder aan tijd en ruimte gebonden astrale lichaam, waaruit het als het ware wordt gedownload in het etherisch lichaam. Hierbij gaat gewoonlijk iets van de begrijpelijkheid verloren.

12 A.E. Powell, *The Mental Body*, 1927, reprint 2010, 173.

13 BLE is de afkorting van een buiten-het-lichaam-ervaring. BLE'ers: mensen die uitredingen ervaren. Engels: OBE: out of the body experience.

14 Een avontuur op 20 februari 2007.

15 Annie Besant, *Man and His Bodies*, 1896, reprint (Adyar, Madras, India: Theosophical Publishing House, 1983), 112.

16 Theosofen vermelden dat de akashakronieken weerspiegelingen zijn van het bewustzijn dat onze werkelijkheid en leersysteem creëerde. Deze herinnering bestaat op een hoger gebied (waarschijnlijk het goddelijke gebied), maar men kan er toegang toe krijgen op het astrale gebied. Helaas is informatie afkomstig uit de akashakroniek, als we in het astrale lichaam zijn, vaak verdraaid en onbetrouwbaar. Dit probleem is duidelijk minder in het mentale lichaam en verdwijnt vrijwel geheel in het causale.

Ervaring heeft mij geleerd dat als de akasha kroniek wordt gelezen in het astrale lichaam wij dat doen door onze begeerten en emoties heen. Als we lezen vanuit het mentale lichaam gebeurt dat vanuit onze vaak bevooroordeelde overtuigingen. Als er echter gelezen wordt vanuit het causale lichaam zien we het onbegrensde perspectief van onze ziel. We zien niet alleen ons eigen aandeel in gebeurtenissen uit vroegere levens, maar ook dat van ieder ander die ermee te maken had.

17 Charles W. Leadbeater, *The Masters and the Path*, 22nd abridged ed., 1983, reprint (Adyar, Chennai, India: Theosophical Publishing House, 2002)

18 Kurt Leland, *Otherwhere: A Field Guide for Astral Travelers*, revised enlarged ed. (White Crow Books, 2018).

19 Deze ontwikkelingsstadia worden uitgebreid uitgelegd in de boeken van Arthur E. Powell.

Vertaling Marianne Plokker

Wat zijn de Yoga-Sūtra's van Patañjali?



Foto: Patañjali Statue In Patañjali Yog Peeth

De Yoga-Sūtra's van Patañjali zijn de meest gelezen en becommentarieerde sūtra's. Transformatie en beheersing van bewustzijn staat centraal in dit magnifieke geschrift, gecompileerd door Maharṣi Patañjali rond 350 na Christus. Dit is een bijzonder rijke sūtra, bekend van het achtvoudige pad. Alle yogatradities zijn in deze Yoga-Sūtra's van Patañjali opgenomen: jñāna, bhakti, karma, en als geheel vormen de Yoga-Sūtra's *rāja* yoga.

Vele theosofische afdelingen (wereldwijd) hebben de Yoga-Sūtra's gezamenlijk bestudeerd, vaak in de vertaling van I.K. Taimni, met hulp van zijn uitnemende commentaar.

Geheimen

In zijn gezaghebbende tekst over yoga biedt Patañjali niet alleen kennis over de praktische beoefening, zoals meditatie, āsana's en prāṇayāma, maar ook scherp inzicht in de achterliggende filosofie! Het achtvoudig pad vormt het bekendste deel uit de Yoga-Sūtra's.

Wist u dat Patañjali naast de transformatieve weg van het achtvoudige pad een aantal directe paden naar bevrijding beschrijft? Zoals de weg van liefde en devotie in Īśvara-praṇidhāna en meditatie op het woord AUM. Maar er is meer! Want wat is precies de methode die tot samādhi leidt en hoe komen bijzondere vermogens (siddhi's) daarbij tot ontwikkeling? De Yoga-Sūtra's zijn doorweven met de methodes en zienswijzen rondom het ontwikkelen van bijzondere en latente vermogens, die we op veel plaatsen in deze sūtra terugvinden.

Latente vermogens in diverse stromingen staan overigens centraal in het tweejarig programma op het ITC in Naarden dat juni 2019 is gestart.

Een ander onderbelicht deel is de finale bevrijding van de yogi. Want de diepe verbinding met het Absoluut Bewustzijn in de staat van samādhi is niet het einddoel van de Yoga-Sūtra's. De uiteindelijke bevrijding van de yogi staat beschreven in deel vier, genaamd Kaivalya, dat Éénwording behandelt. Een prachtig deel dat diep inzicht verschaft in het proces van 'dharma-megha-samādhi', de uiteindelijke bevrijding van de yogi die leidt tot het gevestigd zijn in zijn Ware Aard die Louter Bewustzijn is. Hoe mooi is dat! Dit artikel is dan ook gewijd aan de sacrale, transcendente en verborgen geheimen uit deze prachtige sūtra!

Geheim 1 & 2: Liefde, devotie en meditatie op AUM

Volgens de Yoga-Sūtra's kan samādhi – totale absorptie in het Absolute – ervaren worden met het stilleggen van het denken door het beheersen en onderdrukken van de citta vṛtti's (modificaties van het denken) met behulp van wilskracht. Maar op het pad van Īśvara-praṇidhāna onderwerpt de yogi zich vanuit devotie en liefde voor Īśvara (God) aan diens Wil en laat al zijn verlangens opgaan in de Goddelijke Wil.

Door Īśvara-praṇidhāna – zelfovergave aan God door liefde – kan finale samādhi (Zelfrealisatie) bereikt worden. De yogi gaat vanuit gelukzaligheid en overgave op in Īśvara en het persoonlijk ego wordt opgeheven. Het is een weg naar Zelfrealisatie die op zichzelf staat en in de Yoga-Sūtra's verwerkt is door Maḥarṣi Patañjali. We vinden deze weg op twee plaatsen terug in de Yoga-Sūtra's (die uit vier 'pāda's' of hoofdstukken bestaat) namelijk in pāda I sūtra 23-26 en pāda II sūtra 45, die de vervolmaking (siddhi) ervan beschrijft.

Patañjali heeft een theïstisch element in deze sūtra ingevoegd door de introductie van Īśvara-praṇidhāna en hij ziet dit als een 'weg-op-zichzelf' naar verlichting. Taimni beschrijft in zijn commentaren dat Īśvara-praṇidhāna niet alleen kennen van de Wil van God is maar ook de leer van bhakti – de yogaweg van liefde.

Īśvara-praṇidhāna beschrijft in een notendop de hele leer van bhakti. Het bevat twee relevante elementen: liefde en de Goddelijke Wil!

De op Īśvara-praṇidhāna aansluitende directe weg naar zelfrealisatie die Patañjali beschrijft in sūtra's I.27-29 is meditatie op het heilig AUM. Īśvara (God) wordt aangeduid door AUM. Wie AUM kent, kent God. Want deze hele wereld is geschapen en wordt in stand gehouden door trilling, en AUM is het allesdoordringende geluid van het bewustzijn, God zelf, hier Īśvara genoemd.

Daarin vinden we dan ook de beginselen van mantra yoga! In hoofdstuk één van de Yoga-Sūtra's zijn overgave aan God en meditatie op AUM met elkaar verbonden. Dat is meteen het geheim, want door met liefde en overgave AUM te reciteren en je daarbij te richten op het Absoluut Bewustzijn in jezelf mét gevoel, kan je ziel zich verbinden en kan het Absolute ook bij jou komen. Het is de aantrekkende kracht van liefde en devotie die je ziel en het Absolute naar elkaar toe trekt en dat is de sleutel tot bevrijding via deze weg!



Foto: Sri Anandamayi Ma - Bhakti & devotie

Geheim 3: yama en niyama, 'verboden' en geboden

De eerste twee fasen van het achtvoudige pad van rāja yoga zijn verboden (yama) en geboden (niyama) die de levenswijze van de yogi beschrijven in ethische zin.

Yama betreft de vijf 'geloften van zelfonthouding':

Ahiṃsa	geweldloosheid, onschadelijkheid
Satya	waarheidsliefde
Asteya	eerlijkheid, niet stelen
Brahmāchārya	kuisheid, beheersing van de seksuele energie
Aparigraha	vrij zijn van hebzucht

Niyama betreft de vijf 'geboden':

Śauca	zuiverheid, reinheid
Samtoṣa	tevredenheid
Tapas	strengte soberheid, onthouding
Svādhyāya	zelfbeschouwing, introspectie
Īśvara-praṇidhāna	overgave aan God (Īśvara)

We kunnen deze eerste twee fasen zien als een belangrijke voorbereiding, niet alleen voor de fasen die nog volgen op het pad, maar met name voor het ontwikkelen van de bijzondere vermogens, de siddhi's. Zonder een onwankelbare ethische ondergrond is de persoonlijkheid niet in staat om op een verantwoordelijke manier om te gaan met de siddhi's, en zou met behulp van deze grotere vermogens ook grotere schade kunnen aanrichten in de wereld.

In het verband van het verwerven van bijzondere vermogens is ook sūtra II.37 interessant, over asteya, 'niet stelen':

Als iemand stevig gegrondvest is in waarheidlievendheid en oprechtheid, komen allerlei kostbare (schatten, juwelen) omhoog (voor de Yogij).

Wat hier bedoeld wordt is dat door deze discipline het intuïtief gewaarzijn van de yogi zodanig gecultiveerd wordt dat hij waarneemt waar zich waardevolle schatten bevinden. Taimni vergelijkt het met het intuïtieve weten van een wichelroedeloper die naar water zoekt. (p. 252)

Geheim 4: de siddhi's

De siddhi's in de psychologie van de Yoga-Sūtra's

In de Yoga-Sūtra's wordt een mensbeeld beschreven waar de mens in de begintoestand minder vrij is en minder capaciteiten heeft dan in de eindtoestand. Het traject dat leidt van begin- tot eindtoestand wordt yoga genoemd, letterlijk 'Éénwording', of zelfs 'heelwording'. De eindtoestand wordt Kaivalya, 'bevrijding' genoemd.

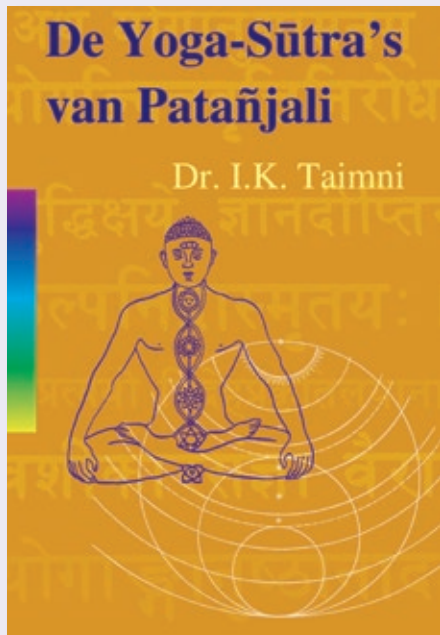
Je zou dus kunnen zeggen dat de begintoestand van de mens, dat wil zeggen de mens voordat hij het pad van yoga betreedt, wanneer hij nog niet 'Ééngeworden' is, in die zin een gefragmenteerde toestand is, een toestand waarin de mens eigenlijk niet optimaal functioneert. In het proces van ontwikkeling dat yoga heet, gaat de mens steeds beter functioneren omdat karmische belemmeringen (kleśa's, vāsanā's, saṃskāra's) uiteindelijk worden ondervangen en opgelost. Op een natuurlijke manier openbaren zich dan ook nieuwe vermogens, die siddhi's ('verworvenheden') worden genoemd. Taimni zegt dit in zijn commentaar (p. 354) eenvoudig als volgt:

Aangezien Puruṣa [geest] verheven is boven de beperkingen van Prakṛti [stof], moet Zijn [Puruṣa's] perceptie eveneens uitgaan boven de begrenzingen van het denkvermogen en de zintuiglijke organen.

Wat zijn de siddhi's?

In het derde deel van de Yoga-Sūtra's wordt beschreven dat de yogi in de loop van zijn ontwikkeling bijzondere vermogens kan verkrijgen, de zogenaamde siddhi's, letterlijk 'verworvenheden'. De siddhi's ontstaan volgens de Yoga-Sūtra's vanuit grote verdieping van inzicht (saṃyama), en niet door oefening of het verrichten van bijzondere handelingen. Deze beschrijving is heel anders dan in de meer fysiek

gerichte haṭha yoga geschriften, waar vaak moeilijke opgaven moeten worden gedaan om vermogens te ontwikkelen. In die geschriften wordt het verwerven van de siddhi's ook vaak gezien als een nastrevenswaardig doel op zich, of een gift van de goden voor uitverkorenen, terwijl de siddhi's in de Yoga-Sūtra's eerder een bijproduct zijn van de beschreven ontwikkeling. In III.38 wordt ook aangegeven dat ze de ontwikkeling kunnen belemmeren (upasarga) als ze worden opgeroepen wanneer de persoonlijkheid daarvoor nog niet rijp is. Ook schade aan anderen kan het gevolg zijn van het voortijdig oproepen van deze vermogens, zonder voldoende wijsheid te hebben ontwikkeld. (Taimni p. 357)



De acht māhasiddhi's die vluchtig worden aangeduid in III.46 zijn de zogenaamde 'klassieke' siddhi's:

Aṇiman	zo klein worden als een atoom
Mahiman	oneindig groot worden
Laghiman	bijna gewichtloos worden
Gariman	oneindig zwaar worden
Prāpti	vermogen overal te zijn waar je wilt
Prākāmya	alle wensen vervullen
Īśaṭva	macht hebben over de natuur
Vaśitva	beheersing van de natuurkrachten

Hoe verkrijgen we deze vermogens?

In III.45 wordt beschreven dat deze mahāsiddhi's kunnen worden verkregen door het mediteren (saṃyama) op de verschillende toestanden van de vijf elementen: vuur, lucht, aarde, water en ether.

In VI.1 staat in meer algemene zin dat de siddhi's op verschillende manieren kunnen ontstaan:

1. door geboorte (aangeboren)
2. door 'verdovende middelen'
3. met behulp van mantras
4. door harde strenge leefwijze of onthouding, en/of
5. in samādhi

De siddhi's worden in de Yoga-Sūtra's beschreven in pāda III, sūtras 16-51. Er worden in totaal 32 verschillende siddhi's beschreven. Ze zijn verdeeld in twee groepen, van 20 en van 12, waarvan sommige westerse commentatoren beweren dat de eerste groep lagere, en de tweede groep hogere siddhi's zouden zijn. Ze worden alle verkregen door het verrichten van saṃyama op bepaalde objecten, en komen voort uit dieper inzicht in de wetmatigheden van de natuur.

Enkele voorbeelden van de siddhi's genoemd in pāda III:

16. kennis van het verleden en de toekomst
17. begrip van de betekenis van de geluiden van welk levend wezen dan ook
18. kennis van de vorige geboorte
19. kennis omtrent het bewustzijn van anderen
- ...
24. versterking van vriendelijkheid, mededogen, enzovoort
25. sterkte van een olifant en dergelijke
26. kennis van het kleine, verborgene, of veraf gelegene
- ...
40. de kunst van levitatie
- ...

Siddhi's in de theosofische beweging

In de moderne theosofische beweging vinden we een bont palet van verschillende siddhi's. H.P. Blavatsky, medeoprichtster van de Theosophical Society, had al vanaf jonge leeftijd bijzondere vermogens. De theosofische Mahātma's projecteerden begoochelingslichamen en lieten brieven uit het niets verschijnen ('precipiteren') C.W. Leadbeater schreef over de chakra's en zijn onderzoek op de verschillende gebieden van bestaan, en Geoffrey Hodson onderzocht onder andere de patronen op hogere gebieden die onder invloed van muziek ontstaan.



A. Besant en C.W. Leadbeater onderzochten gezamenlijk de atomen van verschillende scheikundige elementen. Daarbij beschreven ze ook elementen die tot dan toe nog onontdekt waren (occulte scheikunde). Binnen het atoom zagen ze een serie kleinere deeltjes waarvan nu kan worden gezegd dat het quarks moeten zijn geweest.

Stephen M. Phillips geeft in zijn boeken aan, dat hun onderzoek een bewijs geeft van het bestaan van een yogische siddhi, namelijk *aṇiman* ('zo klein worden als een atoom'). In het werk *Occulte Scheikunde* wordt kort beschreven hoe ze dit vermogen toepasten.

Wetenschappelijk onderzoek

Tegenwoordig zouden we de siddhi's wetenschappelijk omschrijven als 'paranormale verschijnselen'. In zijn boek *Supernormal* uit 2013 verdeelt Dean Radin 25 van de Yoga-Sūtra-siddhi's in drie groepen (p. 109):

1. uitzonderlijke controle van de geest over het lichaam (6 siddhi's)
2. helderziendheid: kennisvergaring niet gelimiteerd door de gewone beperkingen van tijd en ruimte, en zonder het gebruik van de gewone zintuigen (15 siddhi's)
3. psychokinese: beïnvloeding van materie door middel van de geest (4 siddhi's)

Deze worden in verschillende takken van wetenschap onderzocht en er zijn ook boeiende resultaten te melden bij sommige van deze vermogens. Anderzijds rust er nog steeds een taboe op het serieus nemen van dergelijke vermogens, dat voor het onderzoek belemmerend werkt (Radin p. 129).

Geheim 5: finale bevrijding van de yogi

Het vierde en laatste pāda van de Yoga-Sūtra's is Kaivalya en betekent Éénwording. Kaivalya beschrijft de finale bevrijding van de yogi, want *samādhi* uit het achtvoudige pad resulteert op zichzelf nog niet in bevrijding, omdat het steeds tijdelijk is en onderbroken wordt. Ook de vergevorderde yogi kent nog steeds subtiele gehechtheden en gedachten die voortdurend weer opkomen en overwonnen moeten worden!

De 34 aforismen van deze laatste pāda gaan over het loskomen van de vele indrukken die achtergelaten zijn door onze eindeloze cycli van geboorte, en de reden achter de noodzaak om dergelijke indrukken te wissen.

Pāda IV maakt duidelijk dat alle voorbereidende stappen van het achtvoudig pad hier tot een transcendente culminatie komen. Viveka – onderscheidingsvermogen en vairagya – ongehechtheid – zijn de twee wapens van de yogi in het eerste en ook in dit laatste stadium op het steile pad van de yogi naar bevrijding!

De yogi moet telkens opnieuw het besef van de Realiteit door viveka proberen te verkrijgen zodat hij dit besef zonder onderbreking kan behouden. Tegelijkertijd moet de yogi vairagya zodanig intensiveren dat hij dharma-megha-samādhi binnen kan gaan. De techniek van dharma-megha-samādhi wordt in sūtra IV.29 uiteengezet.

En wanneer alle subtiele gedachten en gehechtheden zijn opgegeven en overwonnen, dan ontstaat de uiteindelijke vernietiging van de illusie van het afgescheiden leven en kan de yogi permanent in de eenheid met bewustzijn verblijven! De onbeschrijflijke aard van deze Werkelijkheid wordt in de laatste sūtra's weergegeven.

Uiteindelijk leidt yoga tot een mystieke innerlijke ervaring en opgaan van de yogi in vreugde die niet persoonlijk is, maar Sat-Cit-Ānanda, het Bestaan-Zijn-Gelukzaligheid of Louter Bewustzijn zelf (zie sūtra IV.34). Het is dus niet alleen maar een exercitie van 'niet-denken'!

Over de schrijvers:



José van der Loop is lid van de TVN. Al meer dan vijftien jaar verdiept zij zich in Indiase geschriften, zoals de Yoga-Sūtra's van Patañjali. Voor haar gaat het in het leven om liefde, inzicht en persoonlijke transformatie. Dat brengt ze met een diep gevoelde bevoegenheid en enthousiasme in de vorm van lezingen en workshops.

Ingmar de Boer is sinds 1989 lid van de TVN. De afgelopen twintig jaar heeft onder andere het Tibetaans boeddhisme in relatie tot het werk van H.P. Blavatsky zijn belangstelling gehad. Hij publiceert met enige regelmaat artikelen en geeft lezingen. Zijn studie van het Sanskriet is van nut bij het bestuderen van hindoeïstische en boeddhistische wijsheidsgeschriften, waaronder de Yoga-Sūtra's.



Literatuur

Annie Besant and Charles W. Leadbeater, *Occult Chemistry*, Theosophical Publishing House, Adyar, 1951, 3rd ed.

Ingmar de Boer, *Het hart van Patañjali's Yoga-Sūtra's* in *Theosofia* jg. 113 nr. 3, Theosofische Vereniging in Nederland, Amsterdam, 2012

Geoffrey Hodson, *Music forms: superphysical effects of music clairvoyantly observed*, Adyar; Wheaton (Ill): Theosophical Publishing House, 1976

Charles W. Leadbeater, *Helderziendheid*, Theosofische Uitgeversmaatschappij, Amsterdam, 1904

José van der Loop, *Geheimen uit de Yoga-Sūtra's van Patañjali*, Yoga International Online, 2019,
<https://yoga-international.nu/blogs/geheimen-uit-de-yoga-sutras-van-patanjali>

José van der Loop en Ingmar de Boer, *Hand-out Yoga-Sūtra's van Patañjali*, Najaarsdag 20 oktober 2018

Stephen M. Phillips, *Anima, evidence of a yogic siddhi*, Theosophical Publishing House, Wheaton Ill., 1996

Dean Radin, *Supernormal: Science, Yoga, and the Evidence for Extraordinary Psychic Abilities*, Deepak Chopra Books, New York, 2013

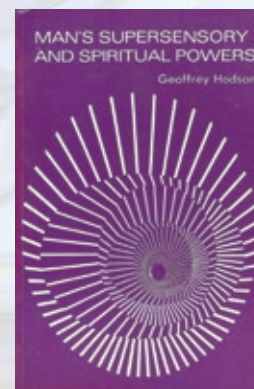
I.K. Taimni, *De Yoga-Sūtras van Patañjali*, Esoterische Studiegroep Theosofie, 's Gravenhage, 1975

Theosofische boekhandel Adyar

Tolstraat 154 - 1074 VM Amsterdam - Telefoon: 020 676 5672

E-mail: books@theosofie.nl - Website: www.theosofie.nl

Open: woensdag t/m zaterdag van 13:00 - 17:00 uur



Geoffrey Hodson

Man's Supersensory and Spiritual Powers

The Theosophical Publishing House, Adyar,
193 bladzijden, softcover, 7th reprint 2005
ISBN: 8170593220 - Prijs € 8,00

De mens bezit ongetwijfeld, hoe rudimentair misschien ook, bepaalde boven-zintuiglijke krachten. Hun ontplooiing kan worden versneld door Raja Yoga. Dit boek is een handleiding voor het menselijk leven en het ontwikkelen van het karakter dat nodig is voor een dergelijke ontplooiing. Het is echter niet de ontwikkeling van psychische vermogens die het allerhoogste doel van de mens is, maar 'zelfrealisatie'. Psychische vermogens zijn slechts bijproducten van het spirituele proces van het zoeken naar 'realisatie', en zijn geen doel op zich. . .

Dr. Arthur Ellison

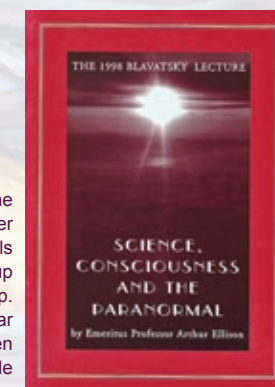
Science, Consciousness and the Paranormal

Blavatsky Lecture 1998 - Theosophical Books Limited

34 bladzijden, A5, softcover, 7th reprint 2005

Prijs € 3,25

In deze lezing bespreekt professor Ellison zijn benadering van het theosofische beschrijvende model van het universum op al zijn niveaus en bekijkt hij de manier waarop leden kennelijk de bedoeling hadden om dit model te benaderen zoals aangegeven door de drie doeleinden. Hij bespreekt het werk van de Science Group en trekt mogelijke lessen uit de daaropvolgende ondergang van deze Engelse groep. Hij benadrukt het belang van praktisch onderzoek naar het derde doeleinde en naar veranderde staten van bewustzijn. Ten slotte wordt kort ingegaan op de activiteiten van anderen, die het baanbrekende onderzoek op het gebied van het derde doeleinde hebben opgestart na de Science Group.



Charles W. Leadbeater

The Hidden Side of Things

A classic work of clairvoyant investigation

The Theosophical Publishing House, Adyar,

560 bladzijden, softcover, 3rd edition, 2nd reprint 2012

ISBN: 9788170593386 - Prijs € 17,50

Leadbeater beschrijft in dit boek allerlei zaken die voor de normale mens onzichtbaar en onkenbaar zijn, maar gaat uiteindelijk in op de vraag "Waarom is er zoveel chaos in deze wereld?" Dit boek kan de lezer helpen de invloed te begrijpen die gedachten en acties hebben op de manier waarop we ons verhouden tot ons innerlijke zelf, tot menselijke en niet-menselijke wezens en tot het universum. Op een stimulerende manier beschrijft de auteur hoe we invloed hebben op, en beïnvloed worden door onze omgeving. Daardoor kunnen we de effecten beter begrijpen van alles wat we zijn en doen, en van al onze relaties, zodat we beter in staat zijn om onze gedachten en acties zodanig te reguleren dat ze bijdragen aan vrede en harmonie in de wereld.