

Liefde en Vedanta

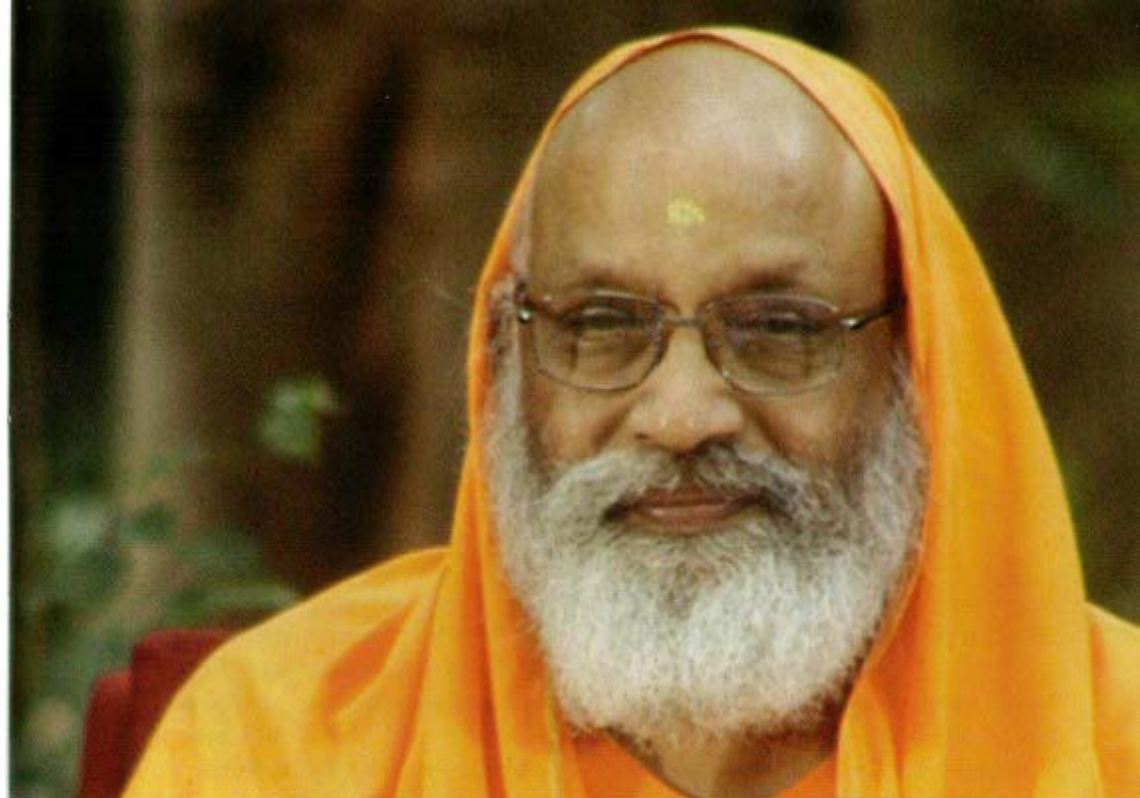
Liefde houdt iedereen bezig. We willen het krijgen, ervaren, controleren. We willen weten wat liefde is: het is zo vaag en ongrijpbaar! Pujya Swami Dayananda Saraswati, vooraanstaand Advaita Vedantaleeraar, beschrijft in zijn nieuwste boek hoe liefde ontdekt kan worden. In heldere taal en aan de hand van de Upanishads en de Bhagavad Gita legt hij uit hoe de ontdekking van liefde een ontdekking van jezelf is.

MANON VAN DIJK Liefde is een primaire emotie. Dat wil zeggen: het is de eerste en de laatste emotie. In feite staan alle emoties in verband met liefde. Liefde neemt vele vormen aan. Zelfs haat is een verwrongen vorm van liefde. In de Veda's, de oudste bron van kennis die de mensheid heeft, is er een uiteenzetting over dit onderwerp 'liefde' opgenomen. In de Brihadaranyaka Upanishad zegt de wijze Yajñavalkya: 'Een object van liefde schijnt iets anders te zijn dan ons zelf. Maar in werkelijkheid is het alleen je eigen zelf waarvan gehouden wordt. Het zelf waarvan wordt gehouden, is niet het veeleisende, ontevreden, strijdende, tekortkomende zelf, maar het zelf dat tevreden en gelukkig is.'

'Dit feit moet je heel goed beseffen', zegt Swami Dayananda in zijn boek *Liefde Ontdekkten*: 'Ik hou van iets omdat het in mij een persoon opwekt die

aanvaardbaar is, die aangenaam is en die tevreden is. Als ik tevreden ben, kan ik mezelf accepteren.' Dit is een verrassende bewering. We denken altijd dat we van de dingen in de wereld houden, maar waar we eigenlijk van houden is ons zelf. Yajñavalkya legt uit: 'Je houdt van je huis, je bezit en al het andere waar je van houdt, omdat zij jou in verschillende mate behagen en jij houdt van de tevreden persoon.'

Het is een feit dat de dingen waar we van houden, ons niet eeuwig tevreden stellen. Je kunt verliefd raken op een bepaald type auto of op een aantrekkelijke man of vrouw, maar als die liefde voor het object bestemd is, zou die dan niet net zolang moeten duren als het object bestaat? Een nieuwe auto stelt je een poosje tevreden, net als die nieuwe partner, maar na een tijdje zie je dat de burens een nog mooiere auto gekocht



hebben en blijkt je nieuwe partner niet volmaakt te zijn. Liefde en geluk zijn vaak van korte duur. 'Er bestaat geen object dat geluk genoemd kan worden', zegt Swami Dayananda: 'Noch kan geluk een kenmerk van een object zijn, zoals zoete limonade of bittere yoghurt.' Als er een object zou bestaan dat elk mens tevreden zou stellen, waar iedereen spontaan van zou houden, dan zou iedereen dat object willen hebben. Zo is het niet. We hebben allemaal andere voorkeuren en antipathieën. Er bestaat ook geen tijdstip of plek op de wereld waar we gelukkig van worden. We kunnen op elk moment en op elke plek gelukkig of ongelukkig zijn.

Worden we dan soms gelukkig door het vervullen van wensen? Er zijn mensen die zeggen dat we gelukkig

worden tussen het in vervulling gaan van de ene wens en het opkomen van de volgende. Is dat waar? Nee, zegt Swami Dayananda. Ook zonder het in vervulling gaan van een wens kunnen we gelukkig en tevreden zijn. We kunnen gelukkig zijn én een wens hebben. Bijvoorbeeld als we spontaan moeten lachen om een leuk grapje. Swami Dayananda: 'Als eerst al onze wensen vervuld zouden moeten worden om ons gelukkig te maken dan zouden we hopeloos verloren zijn.' Het heeft niets te maken met de vervulling van een wens. Jouw geluk en jouw tevredenheid zijn niet afhankelijk van omstandigheden. Wat betekent dit? Het betekent dat geluk en tevredenheid je eigen natuur moet zijn. Jouw zelf (atma) is het enige object van liefde en iedereen die dat gelukkige zelf oproept,

Het wordt een object van jouw liefde. Yajñavalkya leert ons dat ons eigen zelf het object van liefde is. Met andere woorden: hij zegt dat er zelf-liefde is en dat het zelf aantrekkelijk is. Maar wat we ervaren is zelf-afkeer, zelf-kritiek en zelf-veroordeling, geen zelf-liefde! Hoe is dat mogelijk? Swami Dayananda: 'De Veda zegt dat onze ervaring het gevolg is van onze verwarring over ons zelf. Er bestaat verwarring over het zelf. We houden ons eigen zelf voor iemand die we eigenlijk niet zijn. Onze opvatting is dat het object van liefde buiten ons ligt en dat wij zelf ook een object van liefde voor anderen zijn. Onze opvatting is dus net tegengesteld.'

We denken dat we klein en onbetekenend zijn, maar volgens de Veda is het zelf volmaakt. 'De

volmaaktheid van de mens is merkbaar in de vorm van liefde', zegt Swami Dayananda: 'Liefde is de basisemotie en gaat over in medeleven, sympathie, begrip, delen en geven. Dit gaat vanzelf. We zijn van nature liefdevolle mensen. We zijn liefdevol op een roekeloze en niet-eisende manier.' Wat is er gebeurd met die liefdevolle persoon? Waar is hij naartoe gegaan? Waar heeft hij zich verstopt? Hij heeft zich nergens verstopt, zegt Swami Dayananda: 'Hij is in wantrouwen gesmoord.' Swami Dayananda gaat in zijn boek in op verschillende factoren die onze liefde verstikken. Als belangrijkste noemt hij 'gebrek aan vertrouwen'. Hij zegt: 'Liefde is alleen werkzaam in de vorm van vertrouwen. Als we vertrouwen, kunnen we liefhebben. Als we niet vertrouwen, dan zal de getoende

In de aanloop naar Diwali en het nieuwe jaar 2008 maken we graag anderen blij. Schenk uw relatie, uw goede vriend of uw familielid daarom een jaarabonnement op OHM Vani. Zo blijven ze een heel jaar op de hoogte van boeiende ontwikkelingen op het gebied van filosofie, religie, cultuur en spiritualiteit en van alle programma's die OHM op radio en televisie uitzendt. Voor € 12,- maakt u iemand een heel jaar lang blij.

Voor meer informatie neem contact op met:



OHM

Stichting OHM (redactie OHM-Vani)
Koninginneweg 8
1217 KX Hilversum
Telefoon: 035 - 6260920
E-mail OHM: info@ohmnet.nl

CADEAU-TIP



liefde, de ontdekte liefde, verstikt en verminkt worden door dit gebrek aan vertrouwen.' In zijn boek legt hij uit dat dit gebrek aan vertrouwen in de kindertijd ontstaat. Eerst zijn de ouders nog onfeilbaar voor het kind en is het vertrouwen absoluut, maar als het opgroeit merkt het dat niets onfeilbaar is, ook de ouders niet. 'Mensen groeien op met allerlei soorten complexen en we interpreteren daarmee voortdurend alles wat we zien. We interpreteren en we interpreteren altijd verkeerd, omdat we niet van onszelf houden. Dit betekent dat we door moeten gaan met groeien om van deze complexen af te komen.'

Om ons zelf te bevrijden van al deze complexen is het daarom nodig dat we liefde ontdekken als een liefdevol mens. Swami Dayananda: 'Er is één waarheid die je heel goed moet begrijpen: je bent liefdevol, en niet alleen als iemand jou liefheeft. De gelukkige, liefdevolle persoon komt tevoorschijn zodra

een ander jou liefheeft en zodra je denkt dat een ander jou liefheeft. En hetzelfde gebeurt als jouw liefde zich uitstrekt naar een ander. Het hangt van jouw waarneming af of die ander wel of niet van je houdt. Als je echter liefde schenkt aan een ander, speel je op zeker. Het hangt van niemands waarneming af.' Om liefde te ontdekken is het nodig om liefdevol te zijn, zegt Swami Dayananda. Enerzijds om inzicht te krijgen in de waarheid van onszelf als een individu en anderzijds om ons die waarheid eigen te maken. Als we ons openstellen en liefde verspreiden, dan brengt dat op den duur de liefdevolle persoon in ons naar buiten. Swami Dayananda: 'Doe iets liefs! Doe alsof, maar doe het!' Door liefde te verspreiden wordt het onvermijdelijk dat we de liefdevolle persoon in onszelf gaan ontdekken.

Het boek 'Liefde Ontdekken' van Swami Dayananda is te bestellen bij Uitgeverij Viveki via www.viveki.nl. ■