

## SYNTHESE (4.17) Beseffen – object “ik”

Het “ik” kan, gelijkaardig zoals naar de andere verschijnselen, zichzelf waarnemen als een object.

Als het mogelijk is om door een methode van intense aandacht zowel pijn als paniek, of om het even welk verschijnsel dan ook, niet meer als zodanig te ervaren (zoals bij Suzanne de pijn en paniek niet meer ervaren werden – zie De Clown (5) buitenspel), is het dus perfect mogelijk zichzelf niet oordelend en niet benoemend waar te nemen en het “ik” niet meer te ervaren.

Dit houdt echter niet in dat fysiek noch psychisch het zogenaamde ik van de aardbodem weggevaagd is, er is alleen een staat van bewustzijn bereikt waarin het als zodanig niet meer ervaren wordt.

Door middel van regelmatige oefening kan de geest zodanig getraind geraken dat gedurende een langere tijd de aandacht zonder enig oordelen of benoemen gericht kan blijven op het object “ik”; het eenvoudigste hierbij is het waarnemen van het lichaam. Dikwijls wordt hier eerst een gevoel van vervloeien ervaren. Echter het waarnemen van een dergelijk gevoel wijst erop, dat de geest weer aan het benoemen of oordelen is geslagen en dat in de oefening ook aan deze ervaring voorbij gegaan dient te worden. Steeds als er een gevoel ervaren wordt is dit een benoemen en dus een indicatie dat de geest in zijn normale status van bewustzijn of bewustheid is terug gekeerd.

Bijzonder duidelijke aanwijzingen die hier op betrekking hebben zijn in de diverse geschriften van de Advaita terug te vinden.

Uit de Ashtavakra Samhita het volgende vers:

*“2.24 Met het gaan liggen van de wind van het denken, in mij de oeverloze oceaan, vergaat(1) de ark van het universum, ongelukkig met het jiva(2) van de handelaar.”*

- (1) Vergaat – Vernietiging van het denken doet de transposities op het Zelf van naam en vorm van de werelden teniet .
- (2) Jiva – Het belichaamde zelf – jiva – is een handelaar, zijn daden zijn zijn handel en goede en slechte vruchten zijn winst en verlies; ook dit gaat tezamen met de werelden teniet als het denken vernietigd is.

Ook vers 1.31 van de Avadhuta Gita is buitengewoon helder :

“.....Wanneer de geest zuiver wordt, word ik niet enig verschil gewaar tussen de geest en het Opperwezen.”

Aansluitend hierbij het parelend vers 3.8 (ibid) :

“ Mijn kind, Ik ben niet moeilijk te bevatten noch verborgen in bewustheid. Mijn kind, Ik ben niet moeilijk waar te nemen noch verborgen in dat wat is waargenomen. Mijn kind, Ik ben niet niet verborgen in mijn meest nabije vormen....”

Het zou niet juist zijn wanneer een dergelijke ervaring beleefd wordt te denken dat de gewone geest nu een buitengewone geest geworden is. De gewone geest blijft niets anders dan een gewone geest, gelijk de gehele fysiek onveranderlijk gebleven is. Wat dit betreft brengt de publicatie 'Advaita en Wetenschap (8) geheugen' een aantal merkwaardigheden naar voren, die de gewoonheid van deze geest goed illustreren. Er is alleen een ervaring ondergaan die een dieper besef geeft van wie men is en die de uitspraak van Ramana Maharshi 'er is alleen Bewustzijn en Bewustzijn neemt alle vormen aan' nog eens onderstreept.