

## SELVET OG IKKE-DUALITETSVISJONEN(13 sider)

Selvet.....**side 1**

Lyset som opplyser.....**side 1**

Sat-Chit-Ananda.....**side 1**

Sat-Chit-Ananda er vår natur eller essens.....**side 2**

To typer lykksalighet.....**side 3**

Ananda mot Anantum - Lykksalighetstyper på sanskrit.....**side 3**

Å skifte identifikasjon.....**side 3**

Subjekt og Objekt.....**side 4**

Ikke-dualitetsvisjonen.....**side 5**

Reell og den tilsynelatende reelle.....**side 5**

Grenseløs betyr ikke stor.....**side 5**

Ikke-Dualistisk Betyr Ikke Det Samme Som Likhet.....**side 8**

Nøkkelen til Frigjøring: Å Forstå Bevisstheten, Jiva og Isvara.....**side 8**

Frihet fra eller Frihet for Jiva.....**side 10**

Grenseløs Lykksalighet.....**side 10**

Analysing av Swami Dayananda rundt ordet Ananda.....**side 11**

Analysen av et par vers i vedaene om fullkommenhet.....**side 12**

## 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 materiens 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 granskning 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 fullføring 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 Brahma 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 Brahma 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 regjert 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 ubrukkelig. 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 unikhhet. 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 utfolde seg. Det som skjedde er ikke her. Men jeg er. Jeg er som himmelen der skyene passerer. Jeg er ikke forurenset 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 spiritielt 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 objektene 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 Moksha 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 naparah. 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. Verdsettelsen 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 iforhold 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 opplevelsesobjekter. Men vi trenger disse ordene og andre som er lik dem for å sette opp diskriminering, som medfører moksa, 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 verdenene 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, guneaene er handleren. 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, kropper 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 erfarenen 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).

### **Analysen av et par vers i vedaene om fullkommenhet**

Om purnamadaha purnamidam purnaata purnamaduchyate purnasya purnamadaya purnameva 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 trinnet 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.